

## Il vissuto della morte in Psicossintesi

Uno degli aspetti positivi dell'attuale pandemia è stato quello di aver portato alla ribalta il tema della morte, tema che negli ultimi decenni si è andato sempre più occultando nella nostra società occidentale, perché evidentemente non funzionale né consono ai suoi imperativi standard ludico-consumistici. E quindi sempre più accuratamente rimosso: non ricordo più ad esempio qual è stata l'ultima volta che ho visto un portone addobbato a lutto, cosa che una volta era normale.

Al di là di come il circo mediatico ha rappresentato e rappresenta – naturalmente a suo beneficio, e cioè spettacolarizzandolo – il tema della morte, le varie reazioni che ho constatato ad esso fra i miei conoscenti, anche e soprattutto psicossintetisti, mi ha stimolato ad affrontare in modo organico un argomento che considero paradossalmente assolutamente vitale e imprescindibile nel processo stesso della formazione psicossintetica, e cioè dell'**apprendimento a vivere**. E lo farò mantenendomi appunto **all'interno del modello psicossintetico**, e quindi solo in riferimento a quanti lo praticano. Quindi non una riflessione generale sul tema della morte,<sup>1</sup> ma ristretta all'ambito psicossintetico.

Una prima precisazione da fare è questa, che non tratterò della morte come evento terminale della vita, quell'esito culminante così intimo e personale per ciascuno; questo sia perché non ne ho esperienza, e quindi non ne posso fare oggetto di psicossintesi, sia perché non ne ho la competenza culturale. Ma chi vi fosse interessato può fare riferimento all'ampia e valida letteratura in merito ora disponibile. E penso agli scritti di Cesare Boni, di Elisabeth Kübler-Ross, al *Libro Tibetano dei Morti*, e a tanti altri.

Mi occuperò invece del **vissuto della morte che si ha in vita**, di come ci si rapporta in vita a questo grandissimo tema, e spesso tabù. Tema che il più delle volte è rimosso, ma che quando per qualche motivo occasionale, come ad esempio questa pandemia, riemerge, dà adito a vari e interessanti vissuti psicologici, come vedremo molto rivelatori.

Rivelatori di una psicossintesi personale più o meno realmente esperita e vissuta, stante che la sua tecnica o meglio pratica fondamentale – cioè l'esercizio di disidentificazione e autoidentificazione – non è altro a ben vedere che un continuo lasciar andare, un continuo distacco e allontanamento dalle ricorrenti identificazioni in ruoli, maschere e subpersonalità, che ha il pregio di configurarsi di fatto anche come un **preciso e costante allenamento e preparazione preventivi alla morte**, alla propria futura morte al termine dell'incarnazione.

Ma non solo, questa disidentificazione, questa **“morte” all'attaccamento e all'identificazione dentro di noi**, che dovrebbe arrivare a scandire

---

<sup>1</sup> Per questa, rimando a un mio precedente scritto: *Chi vive? Chi nasce? Chi muore? “Chi” è il soggetto?*

ritmicamente la vita in coscienza degli psicosintetisti, è anche direttamente **apportatrice di maggior vita**, ovvero di quella rinascita e rinnovamento interiori che accompagnano necessariamente ogni fase di autoidentificazione, ogni ritorno al centro di sé, ogni recupero della propria Individualità.

Ecco perché il tema, anzi l'esperienza o pratica in vita del processo della morte è centrale in Psicosintesi, laddove il classico binomio "vita o morte" si risolve sinteticamente in un'alternanza complementare di "vita e morte", di reciproco potenziamento della coscienza: più morte, più vita.

Et voilà, il tema è bello che svolto: l'essenziale è stato detto, e l'articolo potrebbe in un certo senso terminare qui.

E invece no, la parte più interessante arriva adesso, perché se il ragionamento precedente fosse conclusivo e risolutivo, non si spiegherebbe allora la quantità di psicosintetisti metaforicamente in lacrime alla vista (spettacolo) dei camion militari carichi di vittime della pandemia. I quali psicosintetisti sono magari stoicamente molto più distaccati di fronte alle centinaia di migranti affogati nel Mediterraneo, perché con quelli l'identificazione non scatta. O al contrario sono angosciati da eventuali gravi problemi di salute, propri o dei propri cari.

Evidentemente, il vissuto della morte è molto più complesso e contraddittorio di come dovrebbe essere in Psicosintesi, perché complesso e contraddittorio è l'animo umano, compreso evidentemente quello degli psicosintetisti. E come sempre è proprio questa contraddizione che mi stimola ad approfondire l'argomento. Ovvero, **perché per molti psicosintetisti la morte rappresenta ancora un problema, quando non dovrebbe esserlo.**

### **La morte come stato**

Cominciamo allora ad affrontare l'argomento della vita e della morte secondo la comune concezione ordinaria che li vede come due stati dell'essere – o sarebbe meglio dire dell'esistere – opposti e mutuamente alternativi; in cui la vita corrisponde al periodo di incarnazione, e la morte allo stato che segue. Questa morte si potrebbe quindi definire semplicemente come una condizione di non-vita. Quindi priva di realtà propria, ma definita solo dall'assenza del primo termine, la vita.

Questa è l'ovvia e direi giusta concezione del materialista, del positivista, per il quale esiste solo il piano fisico. Una concezione rispettabile, che non ha però nulla a che vedere con quella che ne ha la Psicosintesi. Questa, in perfetta sintonia con tante altre filosofie o religioni (si pensi ad esempio all'Induismo, al Cristianesimo, ecc.) postula l'esistenza in ogni individuo di un'Identità spirituale profonda, il Sé, o Anima, o Atman, che preesiste alla nascita, e che alla nascita semplicemente si manifesta o incarna o proietta in un veicolo di manifestazione, o personalità, dando luogo nel modello psicosintetico al famoso Ovoide di Assagioli, che rappresenta appunto l'individuo durante la sua cosiddetta esistenza in vita.

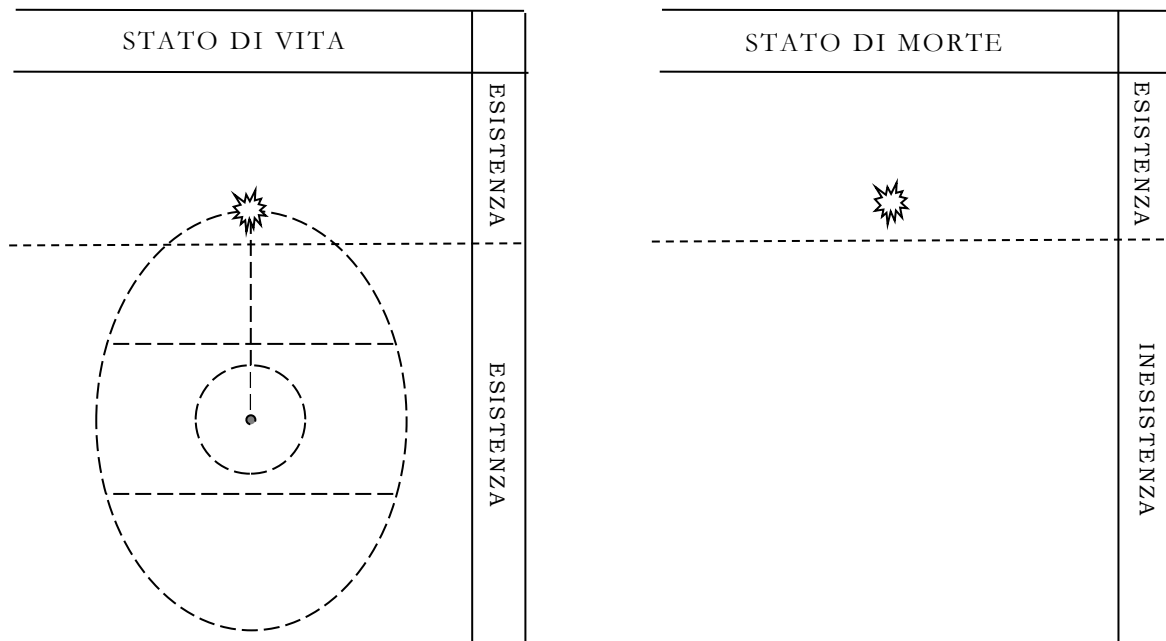
Al termine di questa, l'Ovoide viene per così dire riassorbito, o disciolto, o ritirato, e si ritorna alla condizione di partenza, ante nascita – in cui c'è solo il Sé, senza l'Ovoide.

Come evidenziato nel disegno sottostante, succede quindi che **la cosiddetta nascita, il venire in vita, riguarda solo la personalità**, che è il veicolo del Sé. Il quale Sé invece non nasce affatto, perché c'era già, perché preesisteva, e continua tranquillamente ad esistere – sul suo piano, immanifesto e inconscio – a prescindere dal temporaneo “venire in vita” della personalità.

Ora, è lapalissiano il fatto che ciò che non nasce, non muore. Anche volendolo, con tutta la sua buona volontà, non potrebbe morire.

Ecco perché durante lo “stato di morte” (della personalità) il Sé nel modello psicossintetico continua ad essere rappresentato sempre nello stesso modo, inalterato, come esistente. Sempre esattamente come nello “stato di vita” (della personalità). Si dice a volte che il Sé o Anima è immortale, ma questa è un'espressione impropria, perché immortale sarebbe eventualmente qualcosa che nascesse e che poi non morisse più.

Ma non è questo il caso, perché, ribadiamolo, **il Sé non nasce**, e quindi come tale è estraneo e incommensurabile alla categoria concettuale stessa di mortalità/immortalità. Questa è un'antinomia che non lo riguarda, ma che riguarda solo la personalità. E anche dire che il Sé è eterno risulta parimenti fuorviante, perché il Sé è fuori dal tempo, è nel senza tempo, fuori della dimensione spazio-temporale.



Devo confessare un certo imbarazzo nel vedermi diciamo così costretto a evidenziare qui didascalicamente e pedissequamente un fatto che invece balza o dovrebbe balzare immediatamente all'occhio di chiunque veda per la prima volta

l'Ovoide e lo studi – ad esempio in un corso introduttivo di Psicossintesi, o in un libro. Anche se poi è vero che l'ovvio è elusivo.

Ovvero il fatto che, se una parte di noi è mortale, e un'altra parte invece non lo è – esiste cioè sempre e comunque, ed è sempre viva e vivente anche quando la personalità è morta – allora basta identificarsi in quella parte di noi che non muore, anziché in quella che muore, per eliminare alla radice il problema, ovvero la paura della morte.

Diciamo che non bisogna essere dei geni per capirlo, ed è infatti questa l'ovvia soluzione che propone Assagioli, e come vedremo in termini anche più perentori dei miei. Se questa è la soluzione, l'unica soluzione, allora il problema si sposta, e diventa: “che capacità ho di identificarmi nel mio Io/Sé, nella mia Identità profonda?”. “E in che misura? In che profondità? Con che continuità?”.

Certo, se uno si serve della Psicossintesi giusto per risolvere qualche problema funzionale di personalità, come potrebbe d'altronde fare servendosi anche di qualsiasi altra psicologia, e si accontenta di questo perché non cerca altro, allora non può certo ambire a modificare il suo vissuto nei confronti della morte.

Ma se si intraprende un percorso e un'esperienza a tutto tondo di autopsicossintesi, completa e sistematica in tutti i suoi livelli, allora si che le domande suaccennate si ripropongono con forza, e a ragion veduta.

E faccio qui notare che la disidentificazione/autoidentificazione è un processo che non compete né alla psicossintesi personale né a quella transpersonale, bensì a entrambe e congiuntamente. Perché l'Io nel quale sempre più ci si allena a identificarsi e a riconoscersi, si colloca esattamente all'interfaccia fra queste due “sezioni” della psicossintesi – che in effetti sussistono solo a livello didattico, ma non reale.

**La disidentificazione/autoidentificazione è un processo personale e transpersonale allo stesso tempo.** Perché comunque l'Io è un riflesso del Sé, è una sua proiezione sostanziale, che al momento della morte (della personalità) viene ritirata e riassorbita nella sua sorgente. E la nostra coscienza con essa, nella misura in cui in vita (della personalità) ci siamo sempre più familiarizzati, approssimati e identificati con l'Io.

L'effetto in vita (della personalità) di questa progressiva e crescente identificazione in esso, o autoidentificazione, è un vissuto di sempre minor paura nei confronti della morte (della personalità), perché ci si riconosce sempre più Individualità e sempre meno personalità. **Sempre più “abbiamo” una personalità, e sempre meno “siamo” la nostra personalità.** Il che ci rende per forza di cose diciamo più indifferenti al suo destino finale, ancorché pur sempre molto riconoscenti nei suoi confronti per tutto il servizio che essa ci ha reso durante la sua vita. Come un abito infine logoro che dismettiamo con gratitudine, dopo un suo lungo e onorato servizio.

Quindi **l'identificazione nell'Io ha come effetto non solo lo svanire della paura della morte** (della personalità), ma anche una certa indifferenza ad essa. Questo che sia la morte propria, o di propri cari, o in generale di esseri umani, perché appunto si sa che la loro parte più profonda ed essenziale non è quella che muore.

Concetto questo – faccio fra l'altro notare – che in Oriente è da sempre considerato ovvio, e neppure meritevole di discussione, come ad esempio riporta Giuseppe Tucci, celeberrimo orientalista e tibetologo di fama mondiale: “*I Tibetani sono, di fronte alla morte, così sereni, si potrebbe dire quasi, così indifferenti come gli Indiani. La morte è cosa che non dà ad essi eccessivo pensiero: la morte, che per noi conclude una realtà e apre un mistero, è per essi un piccolo iato in una serie indefinita di esistenze, che si snoda nell'eternità*”.<sup>2</sup>

Allora una figura come quella di quel famoso filosofo greco, che alla notizia della morte improvvisa della figlia, senza batter ciglio si narra che abbia affermato: “Non ho mai pensato di aver generato un immortale”, riprendendo quindi subito la conversazione che stava facendo, non ci appare più come un marziano disumano, un esempio inverosimile e assurdo, ma viene invece a rappresentare un esempio paradigmatico ancorché estremo di autopsicosintesi realizzata, ante litteram.

Se invece siamo ancora identificati nella personalità, allora è chiaro che il discorso si ribalta. Se infatti ci consideriamo di fatto ancora personalità – nonostante la nostra professata psicossintesi – tutto il comune vissuto di massa verso la morte (della personalità) – ovvero la paura, il dolore, il lutto, il cordoglio, la depressione, la compassione per i “poveri” morti, ecc. – diventa non solo logico e inevitabile, ma si ammanta anche di una certa sua nobiltà, la nobiltà di chi “compatisce” col cuore le sofferenze e le disgrazie altrui, ovvero delle altrui personalità.

Ovvio che le com-patisce, **le com-patisce come personalità e in quanto personalità**, perché **come tale** empatizza e solidarizza con le altre personalità, a lei omologhe, con le quali si identifica e convibra.

E questo viene anzi presentato come una forma di altruismo e sensibilità d'animo, e a quel livello senz'altro lo è – ma siamo però sempre in piena identificazione con la personalità, e sul piano delle personalità. Si tratta di compassione, empatia e solidarietà – ribadiamolo – **fra sole personalità**.

A questi psicossintetisti non viene il dubbio che l'Anima possa invece soffrire ed essere meritevole di essere lei compianta, e per ben altre cose, magari anche opposte rispetto a quelle di cui soffrono le personalità.

Con un noto paradosso degli insegnamenti della Saggezza Eterna, si dice infatti che nel caso di un evento criminoso che si verifichi, l'Anima non provi compassione per la vittima, la cui Anima così si libera di un debito karmico evidentemente accumulato in passato, bensì del colpevole, che proprio in quel momento se ne sta a sua volta gravando di uno nuovo, e che dovrà ripagare in futuro, magari con gli interessi.

Ho detto che questo è un paradosso, ma lo è solo evidentemente nella logica della personalità. Questo si rivela quindi essere un'altra preziosa occasione di riscontro **per valutare dove siamo effettivamente identificati in coscienza**, se con la nostra Anima o la nostra personalità. Ovvero con quale delle due convibriamo, e quale dello loro due opposte logiche **in realtà** adottiamo.

Basta infatti chiedersi: io per chi provo spontaneamente compassione? Per la vittima o per il colpevole? Ed è un test facilissimo... basta farlo.

---

<sup>2</sup> G. Tucci, *Dei, demoni e oracoli*

Questo aspetto, che ovviamente non riguarda le masse materialiste, dovrebbe invece mettere sul chi vive quanti teoricamente ritengono di aver effettuato la loro psicosintesi personale, e di essere ora occupati con quella transpersonale. Ovvero gli esoteristi, e quelli che Assagioli chiama spiritualisti.

In costoro, la riscontrata presenza di una residua paura della morte dovrebbe far scattare un campanello d'allarme, perché come abbiamo visto essa è l'indice invece di una **identificazione ancora nella personalità**, di una convibranza in termini psicoenergetici con i chakra inferiori.

Assagioli parla della gioia come di un termometro della misura dell'infusione dell'Anima nella personalità. Ed essendo la gioia qualità esclusiva dell'Anima,<sup>3</sup> ovvio che la gioiosità di una persona rappresenti la dimostrazione di questa infusione.

Ebbene, *lo stesso si potrebbe dire della **paura della morte***. Essa viene ad essere **il termometro della nostra identificazione nella personalità**. E quando è paura o sofferenza per la morte degli altri, della nostra identificazione proiettiva nelle personalità altrui. Della nostra solidarietà o solidalità di personalità con le altre personalità.

In altre parole, il vissuto di paura della morte, in ogni sua forma e riferimento, non è compatibile con una professata adesione al modello non solo psicosintetico, ma a maggior ragione esoterico e spirituale della vita.

Come fra poco avremo occasione di constatare, Assagioli a questo proposito è chiarissimo nel distinguere le **due diverse e opposte prospettive** derivanti e corrispondenti alle due diverse e opposte identificazioni. I **due diversi e "opposti" vissuti dell'Io/Identità e della personalità**.

Insisto volutamente sull'aggettivo "opposti" perché questo è uno dei rarissimi casi in cui Assagioli "tradisce" il suo celeberrimo "e ...e" per un incontrovertibile "o...o". Qui Assagioli non si pone neanche l'idea di cercare come al solito una sintesi fra queste due opposte polarità (l'Identità e la personalità), ma la pone come **alternativa secca**: o l'una, o l'altra, tertium non datur.

E l'unica altra situazione che mi viene in mente in cui Assagioli sostenga l'"o...o" a scapito dell'"e...e", è quella dello stadio della scelta nell'atto di volontà, scelta che implica infatti la negazione e la rinuncia (ancorché magari temporanea) all'opzione scartata. Credo debba far riflettere il fatto che quest'unico altro esempio dell'uso dell'"o...o" avvenga in relazione alla volontà, quindi all'aspetto potere/responsabilità, uno dei più intimi e nobili dell'essere umano.

Qualcuno però potrebbe dubitare di questa posizione che ho attribuito ad Assagioli sul tema della morte, pensando che questa sia piuttosto una mia interpretazione del suo pensiero. Sarebbe un dubbio più che legittimo, e niente di meglio allora che dare adesso direttamente spazio alla sua voce, verificando così di persona. Il materiale non manca.

\* \* \*

---

<sup>3</sup> Mentre la corrispondente per la personalità è la felicità.

## Il pensiero di Assagioli sulla morte<sup>4</sup>

“La paura della morte è espressione dell’istinto di conservazione del corpo fisico soltanto in quanto ci identifichiamo col nostro corpo e quindi temiamo che la sua dissoluzione porti al nostro annientamento. **Ma questo è un errore, un’illusione, un’eresia. Noi, in realtà siamo Anime.** Possediamo un corpo fisico, ma siamo diversi e indipendenti da esso. Quanto più realizziamo ciò quanto meno subiamo passivamente l’influsso del corpo, quanto meglio ci alleniamo a dominarlo, tanto più saremo liberi da paura, tanto più entreremo nella Pace, nella Luce, nella Gioia che dominano nel mondo dello Spirito, della Realtà, nel nostro vero mondo.”<sup>5</sup>

“Bisogna vincere la morte, non la morte ma il terrore della morte **che deriva dal non comprendere la vita.** Se riesci a comprendere la vita e il suo fine indispensabile e benefico, la morte cesserai di temerla, cesserai di servire a te stesso mortale per servire all’immortale: a Dio da cui vieni e al quale ritorni. **Dal punto di vista spirituale, la morte non esiste.** Quando abbandoniamo il corpo fisico, passiamo ad una vita più bella, più luminosa e più libera. Il corpo è un vestito...”<sup>6</sup>

“**1. Istinto di conservazione - Paura della morte** - Dal punto di vista spirituale la morte non esiste. Quando abbandoniamo il corpo fisico passiamo ad una vita più bella, più luminosa, più libera.”<sup>7</sup>

“**Transmutation.** 1. Elevazione dei moventi - “Physical plane methods, when motivated by unchanging love of humanity and under the direction of an enlightened soul become agents of righteousness. **There are worse things than the death of the physical body; there is the enslaving of the human Soul.**” Extern. 311.”<sup>8</sup>

“**Non diamo troppa importanza alla vita incarnata,** ognuno di noi e tutta l’Umanità passa la maggior parte del tempo fuori del corpo, alternando periodi più brevi e ciclici di incarnazione. **Ma le Anime non incarnate sono altrettanto viventi di quelle incarnate,** anzi uno dei paradossi spirituali è che la vera vita è nella libertà gioiosa fuori dalle limitazioni della materia del corpo, e che **per l’Anima la vita del corpo è simbolicamente equivalente a una morte, a una tomba.** Perciò, nella grande comunione delle Anime includiamo anche tutte quelle che stanno discendendo, o che sono in attesa di discendere nella tomba della materia, e tutte quelle che invece si stanno liberando, o che stanno facendo esperienze operando in livelli invisibili ma reali di vita.”<sup>9</sup>

“In molti casi esso [il pacifismo] è motivato in gran parte dalla compassione e dal desiderio di evitare sofferenze mondiali, ma in questo c’è un certo materialismo: **il materialismo che la vita fisica, individuale e collettiva, sia da preservare a ogni costo. Ma questo non è vero.**

<sup>4</sup> Tutte le evidenziazioni a seguire sono dell’autore dello scritto, ad eccezione delle sottolineature.

<sup>5</sup> Archivio Assagioli Online – AS – ID Doc. 16668

<sup>6</sup> Archivio Assagioli Online – AS – ID Doc. 16689

<sup>7</sup> Archivio Assagioli Online – AS – ID Doc. 16698

<sup>8</sup> Archivio Assagioli Online – AS – ID Doc. 7497

<sup>9</sup> R. Assagioli, Wesak 1967

La vita è sacra, ma la vita del piano fisico rappresenta solo una parte della vita. In realtà, la morte non esiste – o meglio, **esotericamente la morte è rappresentata dall'incarnazione in un corpo fisico, e la vita libera è quella al di fuori di un corpo.** Quindi, la distruzione del corpo umano non è tale da dover essere temuta ed evitata ad ogni costo. **C'è la preservazione dei valori, la preservazione della libertà e di altri valori superiori che è più importante della morte fisica.**

Questo deve essere molto ben chiaro perché ci sono molti idealisti, e anche spiritualisti, che non se ne rendono conto, e ignorandolo [...] con tutte le buone intenzioni ostacolano la vittoria delle Forze della Luce.”<sup>10</sup>

**“I processi del distacco, “purificazione”, “rinuncia”, “morte”** – come erano chiamati in passato – rappresentano in realtà il normale corso di armonici processi di attualizzazione per mezzo del superamento, un più o meno spontaneo scartare o “lasciarsi dietro”, una “mancanza di interesse in”, uno “scioglimento di fissazioni”, un’“eliminazione di regressioni”, svalutazione, sostituzione di interessi relativi a stadi precedenti, analoghi a quanto avviene nel passaggio dall’infanzia all’adolescenza.”<sup>11</sup>

**“La realizzazione dell’immortalità può essere conseguita solo grazie, e attraverso la psiche spirituale.** Il problema può essere quindi risolto solo innanzitutto la nostra coscienza a quel livello, o aprendo la nostra mente alle rivelazioni che ne provengono. Questo è possibile e può essere realizzato da una cospicua minoranza in ogni tempo e luogo.”<sup>12</sup>

**“La fase di manifestazione attiva della coscienza personale corrisponde alla vita terrena, quale si svolge dalla nascita alla morte.** Infatti, una breve limitata vita terrena non sarebbe certo sufficiente, per le sue rapidissime esperienze, alla lunga e complessa evoluzione che deve compiere la coscienza personale nella condizione umana per passare dal suo stadio primitivo, e poco più che animale, alla piena efflorescenza della sua più alta personalità che la rende quasi divina. Molte e molte vite occorrono per produrre una sì stupenda trasformazione, vite di gioia e di dolore, di sensazione e di apprendimento, di attività svolte nei più diversi campi e nelle più diverse condizioni, come nelle varie giornate di una lunga, cieca, fortunosa esistenza terrena. E, come le giornate di questa sono necessariamente alternate con altrettante notti di riposo, così tutto ci indica che ciascuna vita terrena sia seguita da un periodo di riposo, trascorso in altre sfere invisibili dell’essere.”<sup>13</sup>

“La paura della morte è un controsenso dal punto di vista della vita spirituale. [...] **Come Anime possiamo stare senza un corpo,** anche il corpo planetario terrestre. [...] Noi dovremmo identificarci come Anime. Non serve nessun veicolo materiale. Potremmo lasciare un corpo e prenderne un altro, come nella reincarnazione; o un pianeta e prenderne un altro. [...] Ci sono centinaia di reincarnazioni.”<sup>14</sup>

<sup>10</sup> R. Assagioli, Wesak 1970

<sup>11</sup> R. Assagioli, *Disidentificazione – distacco – superamento*

<sup>12</sup> R. Assagioli, *Immortalità nella psiche*

<sup>13</sup> R. Assagioli, *Per i nostri cari scomparsi*

<sup>14</sup> R. Assagioli, 1972-08-07 *Domande e risposte*



**“Per l’Anima la vita nella materia, nel piano fisico, è in realtà una “morte”, una prigionia, mentre la vita fuori del corpo è la sua vera vita. Via via che ci identifichiamo con l’Anima, cioè con quello che siamo in ispirito e verità, la morte assume un aspetto completamente diverso. La paura della morte, che è una delle cause maggiori di sofferenza per l’Umanità, è dovuta all’attaccamento alla vita nella materia, ai desideri per le esperienze dei sensi, nella vana illusione di potervi trovare soddisfazione e la cosiddetta felicità. Ma dopo una serie di delusioni e di sofferenze, l’attaccamento alla vita nella forma si attenua fino a sparire, ed è sostituito dall’aspirazione alla libera vita dello Spirito. Allora la morte non è più temuta, ma è considerata quale una liberazione, un passaggio alla vera vita.”**<sup>15</sup>

**“La lotta che lo Spirito combatte è lotta contro le forme che devono essere distrutte, dissolte, trascese, affinché la Vita che le anima trovi sempre più ampie e più alte espansioni. Le forme hanno un loro “ciclo vitale”: esse sorgono, si sviluppano e devono infine perire quando hanno assolto la loro funzione. Se comprendessimo la bontà, l’utilità, il valore reale di questo ciclo, allora tutto ciò che è distruzione e morte della forma non ci spaventerebbe più, e più che soffermarci sul lato distruttivo e perituro, ci renderemmo conto che ciò che a noi “appare” come morte è in realtà solo liberazione. **Ciò che muore è solo la forma, che ha compiuto la propria funzione e i cui elementi ritornano nel grande insieme di energia e di materia**, per lasciare la vita che l’animava libera di evolversi. Temere la morte è un grande errore, è un errore materialistico, perché proviene da una falsa identificazione con la forma, la quale naturalmente si ribella alla distruzione. Se ci soffermassimo a pensare che cosa significherebbe essere legati ad una stessa forma per l’eternità, ne avremmo veramente orrore (si veda il dramma di Ercole Morselli: Glauco). Ciò che abbiamo accennato riguardo alla forma fisica, al corpo, vale anche per tutte le altre “forme”, i corpi emotivo e mentale, e le varie forme religiose, culturali, sociali, ecc. Esse sorgono, si sviluppano fino al pieno rigoglio, ma prima o poi inevitabilmente “invecchiano”, si cristallizzano e fossilizzano, divengono vuoto “formalismo” e comunque inadeguate alla vita che procede e che urge. **Allora è bene che “muoiano”**.”<sup>16</sup>**

“L’inferiore deve cedere il posto al superiore, mediante la sua distruzione, o meglio, la sua trasmutazione e sublimazione. In realtà, è sempre trasmutazione; nulla viene o potrebbe venire realmente distrutto, poiché tutto fa parte della Vita Universale, Eterna, Immortale. **Ciò che si disintegra, si distrugge e apparentemente “muore”, sono solo le “forme”,** cioè gli aggregati di energie e di sostanza che si sacrificano per altri aggregati superiori, cedendo il posto a nuove e più alte forme. In realtà, **non esiste morte, ma soltanto sacrificio, per un’espansione di vita sempre crescente**. Nulla muore, la vita o il Centro di coscienza non può morire: soltanto si espande usando serie successive di forme le quali esprimono “qualità” sempre superiori, in conformità alla progressiva attuazione del Piano divino. Questa è la concezione più profonda e più generale della reincarnazione, la quale non va intesa nel modo consueto, troppo limitato e semplicistico di passaggio da un corpo fisico ad un altro.”<sup>17</sup>

<sup>15</sup> R. Assagioli, Ariete – plenilunio 1964

<sup>16</sup> R. Assagioli, 1936-04-25 22° - I diversi aspetti della spiritualità

<sup>17</sup> R. Assagioli, 1936-06-06 28° - Il retto uso della parola - La parola sacra

“Soprattutto ricordiamo che la “morte” – nelle sue molte forme e su tutti i livelli – è **un processo costante e universale benefico di liberazione che porta al rinnovamento e alla resurrezione.** Con riferimento specifico agli esseri umani, la distruzione dei corpi fisici non tocca le Anime di cui essi sono veicoli e mezzi di espressione.”.<sup>18</sup>

“Ma dipende dal livello. Al livello personale, al livello fisico, al livello emotivo, ecc., la morte è una realtà, certo, nulla è permanente, e difatti l’angoscia esistenziale dipende fra l’altro dal senso dell’impermanenza inevitabile di tutto ciò che sono i contenuti del livello puramente personale.”.<sup>19</sup>

“Così, se per vivere noi intendiamo mangiare e bere, andare a teatro e in automobile, possedere dei bei vestiti e diventare un “pezzo grosso”, **allora la morte costituisce davvero un annientamento**, poiché – fortunatamente – al di là non ci sono né operette, né motori a scoppio e il ricco non può portare ivi i suoi tesori, né il potente le sue insegne e il suo scettro. Se invece per vivere noi intendiamo agire beneficamente, lottare per l’attuazione di nobili ideali, esplicitare e sviluppare le potenzialità dell’anima, **allora la morte appare solo come una trasformazione, un trasferimento, un cambiamento di campo e di mezzi di attività.** Se infine concepiamo la vita attuale come un’immersione dello Spirito nella materia, come l’auto-limitazione di un’Anima immortale in un ristretto e caduco corpo di carne, se quivi sentiamo acutamente la nostalgia della nostra Patria Celeste, se siamo assetati di infinito, di eterno, di perfetto, allora questa vita pare veramente come la prigionia, la morte dell’Anima, **e la cosiddetta morte come una liberazione, come la nascita alla vera vita dello Spirito.**”.<sup>20</sup>

“L’analogia col sonno ci offre anzitutto degli indizi assai suggestivi. Il sonno è riposo, ma non riposo passivo e inerte, bensì assimilazione fervida e preparazione ad un nuovo ciclo di attività. Durante il sonno si svolgono nel corpo diversi fenomeni anabolici, ricostruttivi, mentre nell’inconscio avviene un intenso lavoro di assestamento, di sistemazioni delle esperienze fatte durante la veglia, di proseguimento delle attività psichiche in esso iniziate. Il nostro essere interiore, non più distratto dai mille richiami dei sensi, non più disperso ed effuso in mille attività esteriori, si raccoglie e si riconcentra in sé, si riordina e si unifica, si matura e si perfeziona.

Noi possiamo ritenere a buon diritto che un processo consimile si svolga su più vasta scala e in modo più complesso, **in quella lunga notte dell’Anima che costituisce l’interludio fra due vite terrene.** Noi possiamo ritenere che l’essere umano affrancato dal peso delle angustie del corpo di carne, libero dai bisogni assillanti, dai gravi doveri della vita terrena, entri in una austera solitudine e in un oscuro silenzio ove la sua coscienza si riposi dal continuo vibrare, ove poco a poco si riveli al suo sguardo il vero significato, il giusto valore, l’alto fine delle sue esperienze terrene; in cui poco a poco l’Anima si spogli degli attaccamenti materiali, caduchi, contingenti, e possa elevarsi così in sfere più alte e sottili, ove divine visioni la riempiano di beatitudine e le offrano generoso compenso e confortevole oblio delle miserie, delle lotte, delle sofferenze incontrate sulla Terra. Così, dopo lunghi secoli di tale benefico incantamento l’Anima ritemprata è pronta a indossare di nuovo il pesante scafandro corporeo e a rituffarsi nel mare della

<sup>18</sup> R. Assagioli, *Aspetti esoterici delle esplosioni atomiche* - gennaio 1962

<sup>19</sup> R. Assagioli, *Esperienza spirituale*

<sup>20</sup> R. Assagioli, *Per i nostri cari scomparsi*

vita terrena, per compiere un nuovo passo del suo pellegrinaggio, per salire un altro gradino della mistica scala al sommo della quale rifulge l'abbagliante luce della Gloria Divina.”<sup>21</sup>

“2 Novembre – **Comunione con quelli che sono “di là del velo”**. I. Giusta concezione della “morte”. Capovolgimento: la “vita incarnata” è una “morte” per l’Anima. La “morte” nel senso ordinario non esiste! **II. Retto rapporto con i “trapassati”**. **Pensare a loro come ad Anime viventi. Dir loro Namaskara. Entrare in comunione salendo verso di loro** – o meglio identificandoci prima con la nostra Anima, e poi comunione fra Anima e Anima. III. Rendersi ben conto che 19 ventesimi del regno umano (il IV) è composto di “trapassati” o di Anime non incarnate. IV. Pensare con gioia al nostro “ritiro” (temporaneo) dal piano fisico. (Disidentificarci dall’attaccamento alla vita incarnata proprio dell’elementale fisico). V. Diffondere gli insegnamenti esoterici sulla morte (Wh. Magic – Es. Heal.) e i giusti atteggiamenti e i rapporti suaccennati.”<sup>22</sup>

“Ciascuna di queste “morti” ha il medesimo significato. Perciò la morte di un’Era, di una civiltà o di una razza (che a un dato momento o periodo del processo evolutivo deve avvenire) non deve influenzare o impressionarci più delle innumerevoli morti che avvengono continuamente a tutti i livelli. Conserviamo sempre la chiara consapevolezza che esse **sono tutte fasi di passaggio, cicliche e transitorie, della Vita infinita, eterna, universale**.”<sup>23</sup>

“**Non credo sia bene cercare di comunicare volutamente con Anime disincarnate**, che abbiano lasciato questo piano o che vi stiano facendo ritorno. Penso che esse abbiano il diritto di essere lasciate in pace o, piuttosto, di dedicarsi al loro compito soggettivo di assimilazione delle esperienze, di attività sui piani interiori, e di preparazione per il loro ritorno. In ogni caso, i legami spirituali sono infrangibili; **quello che intendiamo per rapporti con le altre Anime di solito sono rapporti fra personalità**. Le Anime hanno una coscienza di gruppo, quindi sono in un continuo rapporto tra loro. Quello che ci manca è il rapporto cosciente con la nostra Anima; se abbiamo quello, avremo il rapporto anche con le altre Anime.”<sup>24</sup>

“La concezione esoterica del mondo non contempla un cielo, ma molti “cieli” o mondi interni. Simbolicamente parlando, ogni piano è un cielo. Anche nella terminologia cristiana il cielo è simbolico; non si tratta del cielo sopra le nostre teste, si tratta di una condizione spirituale. Esistono effettivamente una serie di “cieli” e credo che il grande concetto dell’evoluzione e della conquista di cieli sempre più elevati e del fatto della reincarnazione possano aiutare efficacemente l’Umanità ad **affrontare la morte con un senso di gioia**.”<sup>25</sup>

“Rendiamoci conto che quando compiamo le “azioni interne” di meditazione, di irradiazione, ecc. in realtà funzioniamo nei mondi interni, e che continueremo a farlo più liberamente quando non saremo più ostacolati dalle limitazioni del corpo fisico e dai doveri esterni.”<sup>26</sup>

<sup>21</sup> R. Assagioli, *ibidem*

<sup>22</sup> Archivio Assagioli, appunto inedito

<sup>23</sup> R. Assagioli, *Insegnamenti sulla morte*

<sup>24</sup> R. Assagioli, *Il lavoro soggettivo*

<sup>25</sup> R. Assagioli, *ibidem*

<sup>26</sup> R. Assagioli, *L'anno 1967 e oltre (fino al 2025)*

“La trasformazione e sublimazione è processo di distacco, di purificazione compiuto sulla sostanza viva sensibile della nostra anima. Essa implica una incalcolabile sofferenza. Sembra che una parte viva debba morire e si ribella disperatamente. **Ma in realtà non è vera morte: è rigenerazione** – morte e resurrezione in una sfera più alta.”<sup>27</sup>

“Amore personale e amore spirituale. Trasferimento della forza da un chakra all'altro. Alchimia spirituale. **Ogni trasferimento implica una “morte” a livello inferiore e una “resurrezione” al livello superiore** - periodo intermedio di “aridità” - (non si è né qui né lì) - Oscillazioni - Il procedimento si attua frazionatamente, a varie riprese.”<sup>28</sup> ID 5389

“**The end/consummation of Groups:** a. Death disintegration b. Transformation Absorption c. Regeneration d. “Re-incarnation”.”<sup>29</sup>

“Oppure si può fare l'ipotesi che sia tutta una serie di cause e di effetti che si susseguono di vita in vita, **considerando una vita come una breve giornata della vita dell'Anima**. E questa sembra, appunto, un'ipotesi plausibile. In via di ipotesi mi sembra la più plausibile. Ma è un'opinione puramente personale. Certo che la condivido con parecchie centinaia di milioni di esseri umani viventi e miliardi considerando tutti quelli che l'hanno avuta in passato. Quindi sono in buona compagnia!”<sup>30</sup>

“**Come si spiegherebbero queste differenze se non fossero dovute alla storia delle vite precedenti?** Perciò, tutta la questione dell'influsso ambientale ed ereditario è fondamentalmente illusoria, perché il primo e principale elemento non è preso in considerazione. Cioè **la storia dell'Anima dalle altre vite**. Capisce così che i poveri psicologi e la gente in genere si trovano nel mare dell'illusione e dell'annebbiamento perché manca loro la chiave spirituale. Lo ricordi sempre. (Non glielo dica! Non sono in grado di capire, ed elaborano ogni tipo di teoria). Questo è il vero senso esoterico dell'unicità di ogni individuo. Fondamentalmente unico, proprio perché hanno una storia di centinaia di incarnazioni alle loro spalle, tutte diverse per ciascuno. Vede come la chiave di lettura esoterica è magica. Spiega molto. **Alcune subpersonalità hanno radici nelle vite precedenti. O almeno tendenze, poi sviluppate in subpersonalità**. Ci sono diversità di impulsi nelle diverse persone, e queste sono la radice di ogni subpersonalità.”<sup>31</sup>

“A questo proposito occorre ricordare che soltanto una piccola parte dei membri del Regno umano può essere incarnata in un dato momento sulla Terra. Secondo gli insegnamenti esoterici vi sono circa sessanta miliardi di monadi, mentre gli esseri umani in incarnazione non superano, anche in questo periodo nel quale essi sono molto più numerosi che in altri, i due miliardi e mezzo. Si può dire quindi che soltanto circa un trentesimo è in incarnazione, mentre i 29 trentesimi **attendono il loro turno nei piani invisibili** – ove però avvengono elaborazioni e si svolgono attività non meno importanti, da certi punti di vista, di quelle del piano fisico.

<sup>27</sup> R. Assagioli, *La ricostruzione*

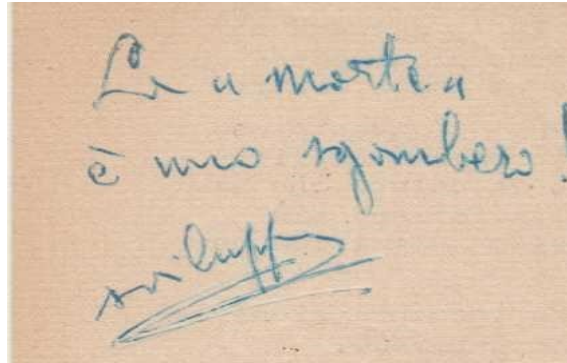
<sup>28</sup> Archivio Assagioli Online – AS – ID Doc. 5389

<sup>29</sup> Archivio Assagioli, appunto inedito

<sup>30</sup> R. Assagioli, *Idee - Religioni Positive - Evoluzione*, pag. 3

<sup>31</sup> R. Assagioli, *Conversazione con Roberto Assagioli di B.C.*

Questa è una delle ragioni dell'apparente lentezza (dal nostro punto di vista limitato) del processo evolutivo.”<sup>32</sup>



33

\* \* \*

Ho volutamente scelto di abbondare nel numero di queste citazioni di Assagioli, sia perché ognuna di esse sottolinea un aspetto diverso, o con sfumature diverse, del tema che stiamo trattando, sia in conformità al valore della ripetizione – così sottolineato da Assagioli – affinché un concetto riesca progressivamente a filtrare e ad assimilarsi come dato di coscienza. Il mio consiglio sarebbe anzi di utilizzare ognuna di queste 29 citazioni come spunto di una riflessione/meditazione periodica per favorire l'assimilazione del concetto che esse poliedricamente presentano.

Fra le tante, vorrei sottolinearne una in particolare, che trovo particolarmente attuale e appropriata in questo tempo di pandemia, e di reazioni scomposte individuali e collettive nei suoi confronti, che recita: **“C'è la preservazione dei valori, la preservazione della libertà e di altri valori superiori che è più importante della morte fisica.**

*Questo deve essere molto ben chiaro perché ci sono molti idealisti, e anche spiritualisti, che non se ne rendono conto, e ignorandolo [...] con tutte le buone intenzioni ostacolano la vittoria delle Forze della Luce.”*<sup>34</sup>

Giusto per ricordare che per Assagioli, e quindi per la Psicossintesi, a differenza dell'opinione comune (delle personalità), **non è affatto la vita fisica a rappresentare il valore più alto.** Né a livello individuale né a quello demografico. E che ben altri – dico io – sono i problemi e i drammi veri della nostra società, che non la sopravvivenza in vita fisica dei suoi pleorici esponenti.<sup>35</sup>

<sup>32</sup> R. Assagioli, *Il regno di Dio sulla Terra – giugno 1954*

<sup>33</sup> Archivio Assagioli Online – AS – ID Doc. 16697

<sup>34</sup> R. Assagioli, *Wesak 1970*

<sup>35</sup> A cominciare ad esempio da chi scrive, ben inteso.

Assagioli afferma che “*la vita è sacra, ma la vita del piano fisico rappresenta solo una parte della vita*”.<sup>36</sup> Io dico che la vita della personalità è sacra nella misura in cui è sacrificabile a valori evidentemente ben più sacri di lei, come da sempre hanno nobilmente testimoniato martiri, eroi e tanti piccoli grandi uomini ignoti.

### **La logica dell’Anima**

Osservo inoltre come Assagioli in queste citazioni adduca anche altri motivi a sostegno della “logica” dell’Anima, che concorrerebbero anch’essi a giustificare ***l’indifferenza verso la morte*** (della personalità). Questi ulteriori motivi sono:

- 1) Il fatto che l’incarnazione o manifestazione del Sé è un processo ciclico e ripetuto – ogni volta però con una personalità nuova e diversa, la quale nasce e muore, e fa quindi quell’esperienza una volta sola. Ovvero che l’incarnazione è in realtà una reincarnazione.
- 2) La necessità di lasciare spazio e opportunità ad altre Anime, che possano fare anch’esse la loro esperienza di incarnazione sul nostro Pianeta nella dimensione fenomenica spazio-temporale, la quale può albergare solo una piccola parte di esse contemporaneamente (attualmente siamo fra i 7 e gli 8 miliardi di Anime).

È vero che questi sono ***aspetti esoterici del pensiero Assagioliano***, ma mi sono sentito autorizzato ad esporli per il fatto che Assagioli stesso nei suoi scritti di Psicossintesi si è lasciato scappare un po’ troppe volte il riferimento alla reincarnazione, perché questo fatto si possa considerare come casuale, come una semplice svista. Nella raccolta di citazioni di Assagioli che ho fatto sul tema della reincarnazione,<sup>37</sup> buona parte di esse provengono infatti da suoi scritti non esoterici, ovvero psicossintetici, e alcune anche da suoi libri pubblicati.

Quelle suindicate sono due osservazioni che, in quanto esoteriche, possiamo naturalmente recepire solo a livello mentale e cognitivo, e non esperienziale, cioè di coscienza. Quindi come tali non rientrano strettamente nella Psicossintesi. Nondimeno le considero importanti perché ci dischiudono una finestra sulla logica e i valori dell’Anima, che sono appunto opposti, o comunque altri rispetto a quelli della personalità. Ricordo che il mio maestro Sergio Bartoli diceva che la logica dell’Anima risulta aliena, anzi lui diceva “eversiva” rispetto a quella della personalità. Io userei il termine incommensurabile.

Riguardo al punto 2), c’è da chiedersi ad esempio se vale più la compassione per le personalità degli anziani che spesso vegetano in una RSA, ovvero si limitano a sopravvivere – e speriamo che campino il più a lungo possibile, poverini! – quando non in coma per anni in stato di accanimento terapeutico; o se vale più la compassione per quelle Anime che aspettano il posto lasciato da quelli per incarnarsi, e per fare a loro volta le necessarie e preziose esperienze di vita che i primi spesso hanno già esaurientemente compiuto. O ancora la compassione per quelle Anime che stanno accumulando karma negativo grazie a personalità dissolute e autoreferenziali, ancorché magari di grande successo sociale.

<sup>36</sup> R. Assagioli, *Wesak 1970*

<sup>37</sup> Pubblicata sul mio sito [www.psicooenergetica.it](http://www.psicooenergetica.it), al seguente [link](#)

È stato detto da molti che la nascita (o vita) della personalità rappresenta la morte dell'Anima. E se fosse vero? Che cosa verrebbe a significare in termini psicopsintetici?

Significherebbe (fra l'altro) la necessità di scegliere, per lo spiritualista autentico o sedicente tale, **a chi rivolgere la propria compassione**. A Dio o a Cesare? All'Anima o alla personalità? Perché in questo caso si tratta di due monete diverse, che hanno un corso diverso. O se vogliamo anche di due diverse e alternative facce di una stessa medaglia, di cui dobbiamo scegliere se onorare il retto o il verso, perché il "rispetto" dell'una esclude necessariamente quello dell'altra.

### **La morte come processo**

L'apertura all'ipotesi della reincarnazione – che per Assagioli era evidentemente qualcosa di più di un'ipotesi – introduce il secondo grande aspetto sotto il quale viene vista e vissuta la morte in Psicopsintesi, ovvero quello della morte come processo. Qui non si parla più della morte come condizione, come stato, lo stato di salma o di cadavere della personalità, bensì di **evento, l'evento conclusivo e terminale di una incarnazione** (della personalità), ma anche di passaggio o ritorno dell'Identità (proiettata nell'Io alla nascita) in un'altra dimensione di coscienza, su altri piani che non sono quello fisico.

In questo caso non vale più l'alternativa o binomio vita-morte, vivo o morto, che abbiamo visto contraddistinguere la morte intesa come stato o condizione, bensì *un'altra molto più interessante, che è quella di **nascita-morte**. Ovvero anche di inizio-fine, apertura-chiusura, avviamento-conclusione*, relativi in primis alle singole incarnazioni, ovvero i singoli cicli di vita delle personalità. Qui **la morte rappresenta l'evento terminale, che è speculare a quello iniziale della nascita**. Ma di questo ho già detto che non intendo occuparmi in questo scritto.

Mi voglio occupare invece di quegli **infiniti cicli di nascita-morte di cui l'esistenza della personalità umana è costellata in vita**, e che vanno sotto il nome di cambiamento, crisi, conversione, rinnovamento, rigenerazione, sostituzione, trasformazione, metanoia, riconoscimento, risveglio, rinascita, ecc., tutti processi che comportano la dismissione – e quindi la morte – di una vecchia e precedente modalità, atteggiamento, abitudine, opinione, aspettativa, valore, movente, ecc., e l'acquisizione – e quindi la nascita – **al loro posto** di una nuova.

Ogni rinnovamento che sia tale nei fatti, e non solo parole (laddove è infinitamente più facile), richiede infatti nella stragrande maggioranza dei casi una previa fase di distruzione rispetto a **una sola successiva fase di costruzione**. A livello psicologico, non si costruisce il nuovo **sul** vecchio, ma **al posto del** vecchio. Ovvero **nello spazio che la morte del vecchio ha liberato**, secondo quella che in Psicopsintesi si chiama **processo di sostituzione**.

Non si indossa un abito nuovo sopra quello vecchio, imbottendosi di sempre più strati. Il serpente non si costruisce la sua nuova pelle sopra quella vecchia, ma al posto di quella vecchia. Il dì nasce sostituendosi alla notte, non aggiungendosi

ad essa. Insomma, ciò che è stato deve simbolicamente “morire”, quando il suo ciclo e il suo compito si sono esauriti, per consentire la nascita del nuovo.

A livello biologico, non possiamo rinnovare l'aria nei nostri polmoni (quella che tiene attimo per attimo in vita la nostra personalità), se non lasciamo andare, o espiriamo, e quindi “moriamo” a, l'aria esaurita che essi contengono. La morte quindi, in quanto eliminazione del vecchio ed esaurito, in questa chiave di lettura analogica si presenta come ***l'indispensabile presupposto della nuova nascita.***

Come giustamente afferma una tale Grace Hansen a questo proposito: “*Non dovete temere la fine della vita, ma che la vita non cominci mai.*”

E Assagioli: “***Si muore ogni giorno, anche biologicamente. Ogni giorno migliaia di cellule muoiono, e migliaia di cellule si formano, e quindi la morte in senso catastrofico, statico, lugubre è un pregiudizio, un preconcetto materialistico. La vita è una trasformazione continua, nulla di fisso, **vita e morte sono una unità.***”<sup>38</sup>**

Se questa morte manca, perché ci si attacca alle vecchie forme e contenuti, la nuova vita è allora preclusa, e quella presente si impoverisce e decade vieppiù fino a esaurirsi, in una sorte di progeria psicologica. Ora il problema qual è. È che mentre a livello fisico questo giochetto dell'attaccamento al vecchio è di fatto precluso, perché grazie all'intelligenza biologica accumulata nel corso dell'evoluzione il respiro e quindi il ricambio vitale lo si può trattenere solo per pochissimi minuti, e poi si è costretti a lasciarlo andare, a lasciarlo “morire”,<sup>39</sup> a livello psicologico invece le cose stanno purtroppo diversamente.

Qui nulla vieta di restare attaccati ad libitum alle proprie opinioni, preconcetti, aspettative, abitudini, antipatie, simpatie, affetti, moventi, subpersonalità privilegiate, vie di minor resistenza, strategie opportunistiche, complessi vari di comodo, convenienze, prese di posizione, arroccamenti, privilegi, ecc., stando anzi ben attenti che per caso non cambino, non si sa mai, inavvertitamente.

Questo atteggiamento di ***attaccamento e di conservazione del vecchio***, che è quasi sempre sia conscio che inconscio, con l'idea di “tenerlo in vita”, di farlo “sopravvivere”, ***è in realtà proprio quello che ci fa morire dentro***, morire psicologicamente e in coscienza, perché impedisce l'afflusso di nuova vita che per definizione accompagna ogni nuova nascita, la nascita di nuovi atteggiamenti, forme e modelli dentro di noi.

Ecco perché l'attaccamento – in quanto ***blocco del ricambio e della circolazione dell'energia psichica***, e quindi della sua vitalità – è indicato dal buddhismo come uno dei tre maggiori ostacoli all'evoluzione della coscienza umana.<sup>40</sup>

E ugualmente per Assagioli: “*San Paolo ha detto: “**io muoio ogni giorno**”. Ciò è vero scientificamente nel campo biologico, perché ogni giorno muoiono migliaia di cellule del nostro organismo – e providenzialmente è così, poiché il loro morire*

<sup>38</sup> R. Assagioli, *Conversazione sulla psicosintesi delle età*

<sup>39</sup> Interessante qui osservare come la “morte” del singolo respiro, e quindi analogicamente evento o ciclo o fatto psicologico, sia indispensabile per mantenere in vita l'organismo più ampio. Un'ottima chiave per una maggior penetrazione nel concetto occulto di sacrificio.

<sup>40</sup> Gli altri due sono: l'ignoranza e l'avversione.



implica il nascere di altrettante (senza di che invecchieremmo in poche settimane). **Ed è vero interiormente** poiché – e tanto più quando si sia iniziata la vita spirituale – **ci troviamo continuamente nella necessità di lasciare dietro di noi vecchie “forme”**, siano esse abitudini, affetti, attaccamenti emotivi e mentali, che non ci corrispondono più e divengono ostacoli sulla nostra via, e dobbiamo adeguarci a nuove condizioni sia interiori che esterne. Questa agilità e plasticità è una delle caratteristiche specifiche della vita spirituale.”<sup>41</sup>

Morire possibilmente ogni giorno alle proprie routine operative e relazionali, per poi magari riassumerle uguali il giorno dopo, ma riassunte – e quindi rinate, e non “conservate e trattenute”, e quindi ri-morte – significa riuscire a spostarsi da una “vita di mappa”, cioè da un corredo già costituito di raffigurazioni mentali standardizzate e programmatiche da replicare, a una “vita di territorio”, in cui lo stesso gesto o situazione di ogni giorno **vengono vissuti per quello che sono in quel giorno e per quell’unica volta**, e non per quello che noi sappiamo o crediamo che siano. In tal modo, pur reiterandosi, questi si ricaricano ogni volta di energia nuova, e di vita nuova, ancorché mantenendo la forma vecchia.

È quello che si chiama “vedere ogni giorno con occhi nuovi”, **vedere** quello che c’è, che c’è nel territorio, e che è sempre nuovo e vivo, **e non richiamare** la rappresentazione o immagine mentale che noi ne abbiamo già, che al contrario è sempre vecchia e morta – ancorché magari giusta. **È il vivere nel presente, nel qui e ora**, l’unico punto del continuum spaziotemporale in cui sgorga la vita.

Ecco perché, come ho detto all’inizio, secondo il modello psicosintetico più si riesce a morire a ciò che dentro di noi ha esaurito la sua ragion d’essere, più si riesce a nascere al nuovo che è pronto a manifestarsi in noi, a emergere con tutta la sua fresca carica vitale.

Questa capacità di morire al vecchio e di nascere al nuovo alcuni ce l’hanno come dote innata, ma sono pochi. Chi non ce l’ha la può coltivare, e in Psicosintesi ha ampio modo di farlo con le varie tecniche che essa propone all’uopo, a cominciare da quella della disidentificazione/autoidentificazione. Il punto critico però è rappresentato dal saper accorgersi, saper vedere e riconoscere l’esistenza dei propri attaccamenti interni, le proprie resistenze alla morte, al lasciar andare, smascherarle, anche perché queste fanno ovviamente di tutto per non farsi notare.

Un’ultima osservazione su questo punto – che non si esaurisce certo qui ma che d’altronde ho già trattato in diversi altri miei scritti<sup>42</sup> – è che è interessante osservare come la tempistica delle due fasi nascita-morte vari negli esempi che ho citato.

Mentre infatti il ciclo di incarnazione della personalità inizia con la nascita e termina con la morte, tutte le dinamiche interne di rinnovamento psicologico presentano invece un’inversione di fase, **iniziano cioè con la morte (del vecchio) e finiscono con la nascita (del nuovo)**.

<sup>41</sup> R. Assagioli, 1936-04-25 22° - *I diversi aspetti della spiritualità*

<sup>42</sup> V. Viglienghi: *Il respiro della vita: ritmi e cicli del divenire umano – Il mistero dell’Ovoide di Assagioli – Onora il tuo limite – Funzionare, o vivere*

Da un lato questo è comprensibile, perché la nascita a livello di contenuti psicologici è normalmente spontanea, endogena e non gestita dal soggetto; che può invece intervenire solo sulla morte, eventualmente ritardandola con il suo attaccamento, o favorendola con il suo distacco. Certo è che questo sfasamento suona un po' strano, un po' incongruo.

Viene allora da chiedersi se tutto quanto abbiamo detto finora circa l'atteggiamento di rinnovamento verso la propria vita interiore e i suoi vari contenuti psicologici, non possa magari applicarsi all'intera incarnazione o ciclo di vita della personalità, o meglio ancora all'intero ciclo delle varie incarnazioni che si susseguono, in cui ognuna di esse verrebbe in tal caso a equivalere a un singolo nostro vissuto psicologico.

È un'ipotesi che sottopongo alla riflessione di ciascuno, e che presenta un triplice vantaggio:

- 1) Quello di eliminare quella strana inversione di fase che abbiamo constatato.
- 2) Quello di trasformare ogni atto ed esperienza di abbandono, distacco e lasciar andare – e quindi metaforicamente morte – dentro di noi, che riusciamo a operare in vita (della personalità), in una preziosa preparazione e allenamento a quell'evento finale e totalizzante – sempre di abbandono, distacco e lasciar andare, e quindi (in quest'unico caso non più solo metaforicamente) anche morte – della nostra personalità alla fine dell'incarnazione.
- 3) Quello di spostarci dalla prospettiva della personalità a quella dell'Anima.

**Allenarsi a morire in vita** servirebbe allora alla personalità non solo a vivere meglio, ma anche a morire meglio.

### **Una seconda via**

Fin qui arriva la Psicosintesi di Assagioli, ma io mi sento stimolato ad aggiungere qualcosa ancora della mia Psicosintesi, per far luce su un dubbio che mi è sorto durante la stesura di questo scritto; e anche per dare un aiutino in più a chi voglia provare a risolvere o quantomeno migliorare il suo vissuto della morte – sempre, ricordiamolo, nell'ambito psicosintetico – in un modo che non sia il “semplice” identificarsi nella parte di sé che non muore, ovvero nell'Io/Sé, come un po' sbrigativamente, per quanto ineccepibilmente, indica Assagioli.

Il dubbio che mi è sorto riguarda tutte quelle persone che della morte non hanno alcun vissuto problematico, e che la vivono in una prospettiva logica e serena, vorrei dire sana, di futura naturale conclusione della loro esistenza in vita. Mi riferisco non solo ai già visti popoli orientali, ma ad esempio alle popolazioni Inuit, o agli indiani d'America, e probabilmente a tante altre.

Ma non solo: mi è stato riferito verbalmente, e ho anche letto, di vari casi di “saggi” contadini, qui in Italia, che fino a pochi decenni fa arrivavano da anziani alla morte (pur essendo magari sanissimi) con estrema naturalezza, spesso prevedendone addirittura il momento. In totale serenità, loro e dei familiari.

Prescindendo qui dall'indagine antropologica e sociologica sulle ragioni di questo diverso e per noi insolito atteggiamento nei confronti della morte, propria e altrui, certamente in buona parte dovuto a una modalità di vita molto più a contatto con la natura e compartecipe dei suoi cicli, e libera dalle pesantissime condizionalità che connotano e quindi condizionano la vita tutta artificiale di noi moderni cittadini del "primo mondo", vorrei qui limitarmi a una valutazione psicologica.

Ora, io non credo che gli appartenenti a quelle popolazioni siano tutte persone identificate nel loro Io/Sé, e quindi di conseguenza indifferenti alla sorte della loro personalità – eccezion fatta magari per gli sciamani, stregoni, guru, santoni e grandi lama, ecc. Anzi, in certi casi questi si trovano forse ancora nella fase prepersonale di sviluppo della propria individualità e autoidentificazione, così come la intende Ken Wilber.

E allora – mi chiedo – come mai riescono lo stesso ad avere un vissuto positivo e non problematico della morte? Chiaro che le ragioni possono essere diverse, e molto probabilmente sono già state indagate.

In un'ottica strettamente psicossintetica, io mi servo di questa particolare circostanza per avanzare un'ipotesi, che è quantomeno plausibile, anche se non dovesse essere quella esatta. Un'ipotesi che fa riferimento a quella tecnica/pratica centrale della Psicossintesi (insieme all'esercizio della rosa) rappresentata dalla disidentificazione/autoidentificazione.

La mancanza di paura della morte (della personalità) denota come abbiamo visto un'avvenuta disidentificazione dalla personalità stessa da tutte le sue parti (e autoidentificazione della coscienza nell'Io/Sé). Questo è pacifico, all'interno del modello psicossintetico.

Ora, la cosa che mi ha incuriosito è questa: "Come mai questi individui non hanno nessun problema a disidentificarsi? E dato che la loro "vis a fronte", ovvero la spinta all'autoidentificazione non è probabilmente nella maggior parte dei casi così particolarmente accentuata, la mia ipotesi è che lo sia invece la loro "vis a tergo", cioè che per loro la disidentificazione stessa sia un processo molto facile, quasi naturale e spontaneo. Che sia un processo facile non in virtù di una forte spinta a farlo, bensì di **una minima resistenza ad attuarlo**.

Se così fosse, l'interrogativo ovviamente si sposta su quali sono le ragioni di questa facilità alla disidentificazione. E qui incontriamo un aspetto fondamentale e imprescindibile, che viene invece spesso trascurato in Psicossintesi – anche perché il primo a farlo mi risulta sia stato proprio lo stesso Assagioli.

Ovvero che **per potersi disidentificare bisogna prima essersi identificati**: per poter lasciar andare qualcosa, qualsiasi cosa, bisogna prima averla presa in mano, esserci entrati in rapporto, in contatto. Avendola quindi così riconosciuta come nostra e accettata, il che le consente di integrarsi con l'insieme della personalità.

Esattamente come per la nascita biologica, che è un distacco dal e del feto, e che può avvenire solo dopo la **previa inclusione** di questo nel ventre materno. Non ci si può distaccare cioè da qualcosa che non si sia preventivamente **incluso, fatto proprio**.

E con le parole di Assagioli: *“Quindi prima di disidentificarsi da qualunque contenuto del supercosciente, **bisogna averne fatto prima un’esperienza completa. Non ci si può disidentificare da qualcosa che non si conosce.**”*<sup>43</sup>

Dopo, solo dopo che è avvenuta questa identificazione e integrazione, può avvenire la successiva disidentificazione, che – ricordiamolo sempre – non è comunque in realtà un processo di distacco o distanziamento dalle e delle parti della nostra personalità, ma letteralmente di semplice **distinzione** da esse.

Disidentificarsi significa **distinguersi dai propri contenuti e vissuti, non separarsi o allontanarsi da essi**. Allontanarsi dove? Dall’Ovoide non si esce, la casa è comune, la barca è la stessa per tutti, personalità e Individualità.

Succede quindi, a mio avviso spesso, che dietro a un’apparente difficoltà a disidentificarsi **ci sia in realtà una difficoltà o resistenza o rifiuto a identificarsi** in quella parte di sé da cui ci si vorrebbe (preventivamente!) disidentificare, intendendolo però – o fraintendendolo – come un prenderne le distanze, un tenersene alla larga, un estraniarsene. Orbene, **questa non è disidentificazione, questa è non identificazione**.

È la mancata previa identificazione con una parte o aspetto di noi che magari non ci piace, che ci dà fastidio, che vorremmo idealmente sparisse, o che addirittura rifiutiamo, verso il quale in buona sostanza proviamo “avversione”. E qui compare alla grande il secondo grande ostacolo o veleno indicato dal buddhismo, appunto l’**“avversione”**, che con il già visto primo ostacolo dell’**“attaccamento”**, rappresentano i grandi sabotatori di una sana fluidità e vitalità psicologica dell’individuo.

Attaccamento al vecchio che piace, e avversione al nuovo – e al vecchio! – che non piace. Il perfetto paradigma antievolutivo... e quindi mortifero.

E quindi perdiamo tempo (magari anni e decenni), fiato ed energia cercare di staccarci da qualcosa dalla quale non potremo mai staccarci, per il semplice fatto che non vi ci siamo mai attaccati. Perché ci siamo sempre rifiutati di farlo.

Ora, ritornando al caso di quelle particolari popolazioni e di quei rarissimi individui del nostro popolo, la mia ipotesi è quindi che *loro non abbiano alcuna difficoltà non tanto a disidentificarsi, **quanto piuttosto a identificarsi con ogni e qualsiasi aspetto di sé***, in virtù evidentemente di un contesto collettivo socioculturale in cui le categorie alienanti del confronto, del successo, della produttività, della prestazione, del merito... e quindi anche le corrispondenti negative della colpa, dell’inadeguatezza, del demerito, del perfezionismo, dell’autosvalutazione, dell’indegnità, ecc. non sono presenti. Quelle categorie cioè tipiche e caratteristiche della nostra cultura e civiltà occidentali, a cui si possono probabilmente ascrivere tutte le varie nevrosi e modalità nevrotiche che affliggono le nostre, di personalità.

Se così fosse, se questa ipotesi fosse corretta, ecco che ci si presenta **un’altra via, un’altra opportunità per superare il problema/paura della morte**, una seconda via che può essere alternativa o complementare alla prima e già vista, quella di autoidentificarsi nella propria Individualità.

---

<sup>43</sup> R. Assagioli, *Trascendenza del Sé*. Questo è a dire il vero l’unico scarno riferimento che ho trovato di Assagioli su questo tema, in tutti i suoi scritti e appunti.

**Questa seconda via** è quella di dedicarci umilmente e laboriosamente a fare quello che a quelle popolazioni e individui viene naturale e facile, **identificarci cioè sistematicamente in ognuna e tutte le nostre parti**, le parti della nostra personalità, arrivando a farcele piacere, con l'uso della volontà buona. Arrivando a farcele complici e alleate, cioè integrate, parti partecipi cioè appartenenti.

È il compito impegnativo e ingrato di liberarci dai condizionamenti alienanti e distorcenti introiettati dalla cultura collettiva consumistico/capitalista in cui ci troviamo immersi, che però è anche la convenientissima società del benessere, che per altri aspetti ci fa così comodo.

In quest'ottica, è chiaro allora che il processo di avvicinamento all'Io partirà, anzi potrà solo partire dall'estrema periferia psichica, dal bordo dell'Ovoide, per intenderci. Con un'identificazione intesa come riconoscimento, assimilazione, integrazione o inclusione, e quindi poi distacco, che a questo punto non sarà tanto un allontanamento, quanto piuttosto **un lasciar andare i contenuti così "assimilati", un liberarli nel comune spazio psichico, resi liberi di esprimersi e di svolgere il loro ruolo.**<sup>44</sup>

**Un compito dicevo impegnativo, ma anche altamente remunerativo**, se il suo risultato si traduce in un progressivo affrancamento dalla nostra paura/problema della morte. Ma non solo per questo, è altamente remunerativo anche perché questo processo di progressiva autentica e corretta integrazione di tutte le parti della nostra personalità, ovvero della presa in carico di tutti i componenti del suo equipaggio, nello stesso tempo è anche lo stesso processo che la Psicossintesi definisce come **psicossintesi personale**, e che quindi viene ad abilitare a un vissuto interiore psicologico sempre più facile, e cioè armonioso, pacificato ed efficiente, e contemporaneamente anche a un vissuto della morte sempre più leggero e naturale.

Accogliendo e facendo propria questa ipotesi, nel percorso psicossintetico **il vissuto della vita e il vissuto della morte arrivano così curiosamente a sovrapporsi se non a coincidere**, a conferma del fatto sancito dall'antica saggezza per cui "si muore come si è vissuto".

Come dice Assagioli "[...] per comprendere che cosa sia la morte noi dobbiamo comprendere il reale significato della vita. **Vita e morte infatti sono i due aspetti complementari di un'unica, inscindibile realtà, due fasi di un medesimo processo**, e perciò **il modo nel quale concepiamo l'una, determina necessariamente il modo concepire l'altra.**"<sup>45</sup>

In quest'ottica, in quella fase che mai si esaurisce del "conosci te stesso", la riscontrata presenza in noi di un residuo timore o turbamento o fastidio della morte – nostra, o altrui, o collettiva – si rivela allora essere un prezioso campanello d'allarme non solo di una nostra irrisolta permanente identificazione con la personalità, come abbiamo già visto; ma anche, e forse soprattutto, di una

<sup>44</sup> Per un ulteriore approfondimento di questo non facile aspetto, vedi il capitolo *L'avvicinamento all'Io*, a pag. 4 del mio scritto *Ma voi chi dite che io sia?* [\[LINK\]](#)

<sup>45</sup> R. Assagioli, *Per i nostri cari scomparsi*

sua residua carente integrazione, al cui umile ma ineludibile e fondamentale compito questo campanello più o meno sommessamente ci richiama.

\* \* \*

"O tu [nome]. di nobile  
nascita, ora è per te il  
tempo di cercare il sentiero  
della Realtà. Il tuo respiro  
è quasi cessato. Il tuo Maestro  
ti ha messo nella presenza  
della Luce Chiara ed ora in  
questo stato di Barba tu espe-  
rimenti. La tua realtà dove  
tutte le cose sono simili ad  
un cielo privo di nubi, ed il  
tuo intelletto è come un  
gran vuoto trasparente senza  
circonferenza né centro.  
In questo momento consi-  
sciti per quel che sei e tollera  
questa condizione."  
Ripetere queste parole nell'orecchio del  
la persona prima che sia sparata  
in modo da imprimerle nella mente di lei.

Archivio Assagioli, Firenze © Istituto di Psicointesi