

PSICOSINTESI IN UN DONO LA GIOIA DI CONDIVIDERE

di Mara Chinatti
Claudio Scala

*La felicità della vita è fatta di frazioni infinitesimali:
piccole cose, presto dimenticate, di un bacio, di un sorriso,
di uno sguardo gentile, di un complimento fatto col cuore.*

(Samuel Taylor Coleridge)

Al XXVI Convegno di Psicosintesi: “L’Esperienza della libertà” svoltosi a Varese nel 2011, Daniele De Paolis anticipando il tema del successivo Congresso mondiale “Psicosintesi nel mondo” pose l’accento su come fosse importante che ogni centro portasse il proprio contributo per realizzarlo. A quelle parole noi ci guardammo negli occhi e nello sguardo dell’altro cogliemmo un’espressione di gioia a significare l’accoglienza della proposta. Una volta a casa, da ognuno di noi, una fonte di entusiasmo fece sgorgare una cascata di idee che divenne motivo per un nuovo incontro relazionale e di scelta. Dopo aver deciso quale idea presentare al direttivo del Congresso l’abbiamo inviata nella sua forma concreta. L’idea consisteva in un omaggio da donare ad ogni partecipante al Congresso: un ciondolo a forma di uovo, creato a mano con la creta e dipinto con i colori acrilici. Ogni ciondolo, su un lato, avrebbe avuto un dipinto mentre sull’altro il logo della psicosintesi, l’anno e il luogo nel quale si sarebbe svolto il Congresso. Dopo di che l’oggetto sarebbe stato incartato ed inserito in un sacchettino cucito a mano al quale si allegava un cartoncino con i dati del Congresso. Siccome ogni ciondolo sarebbe risultato unico nel suo dipinto di conseguenza ogni persona avrebbe ricevuto un “pezzo” esclusivo.

Non sapendo però quante persone avrebbero partecipato al Congresso abbiamo pensato ad un ipotetico numero di 400.

In seguito avremmo chiesto il numero preciso degli iscritti che si rivelò essere oltre i cinquecento. Pur avendo un anno di tempo per realizzarli non era il caso di ammalarsi di “rimandite” dato che, per la loro messa in opera, occorreva molto tempo e tanta disponibilità da parte nostra. Benché la quantità di tempo a nostra disposizione ci tranquillizzava, decidemmo di non ammalarci e di applicare il detto: “Chi ha tempo non aspetti tempo”.

In questo modo ci saremmo mossi mediante “... la coscienza volitiva, cioè l’abilità di dirigere la consapevolezza e di compiere delle scelte,” invece che tramite “la coscienza consapevole, il semplice essere presenti a ciò che accade”. Così abbiamo

realizzato 501 oggetti regalo confezionati, più una trentina senza confezione. Prima di inserirli nel sacchetto li abbiamo uniti sul pavimento creando così un grande logo della Psicosintesi ricco di linee e colori (vedi foto pagina 48). Non essendo possibile trasmettervi per condividere il sentimento che abbiamo provato durante la sua realizzazione e dopo averlo visto terminato abbiamo pensato di mostrarvelo in queste pagine. Il progetto è stato compiuto grazie anche alla collaborazione, alla condivisione e all'inclusione di altre energie come quelle del centro di Padova, di Bolzano e di Guerrina una signora di settantaquattro anni che simpaticamente si è proposta di darci una mano. A questo punto chi donava non eravamo più solo noi ma bensì le persone dei centri di Padova e Bolzano più la signora Guerrina.

Il passaggio verso il collettivo per noi fu molto importante perché ci permise di allargare i “nostri con- fini” e arricchirci di movimenti diversi.

Includere altre persone per noi, ha significato dare la possibilità anche ad altri di apportare il proprio contributo concreto al progetto. È una modalità che fa suscitare gioia perché quando la persona agisce creativamente si sente importanti nell'essere attore o coautore di energia positiva. Inoltre un dono è sempre portatore di felicità quando è fatto con il cuore. Così abbiamo pensato che più persone avrebbero partecipato al progetto più energia positiva e di buona volontà avremmo inviato alla preparazione del Congresso ed al suo svolgimento. Coinvolgere il centro di Padova e di Bolzano è stata anche un'occasione per poter unire persone di diversa provenienza, per rivedere compagni di percorso, per creare nuove relazioni, per attuare una condivisione creativa e per fare un qualcosa non solo per se stessi ma anche per altre persone. “Sono le azioni che contano. I nostri pensieri per quanto buoni possano essere, sono perle false fintanto che non vengono trasformati in azioni. Sii il cambiamento che vuoi vedere avvenire nel mondo”. dice il Mahatma Gandhi. Parole che ci riportano sulla strada del cambiamento che considera il valore dell'azione consapevole, della coscienza volitiva citata precedentemente e quello della coerenza. Quando su una maglietta abbiamo letto la frase **Chiedi al mondo il cambiamento che vuoi** essere ricordando le parole del Mahatma è stato per noi spontaneo e un gioco modificarla in **Agisci il cambiamento che vuoi essere**. La pratica stessa della psicosintesi ce lo insegna, così come ci insegna ad avvicinare al proprio progetto altre persone integrando così quelle loro diversità che ci aiutano a cambiare in meglio. Generalmente nel quotidiano ci muoviamo verso l'altro motivati per fare “grandi cose” come se non esistesse più il valore cui valga la pena di muoversi per quelle piccole. Di conseguenza rimaniamo “chiusi e stretti” nel nostro essere, ciechi davanti all'opportunità di apertura e di allargamento che può anche verificarsi quando proponiamo e poi realizziamo con amore e volontà delle piccole semplici “cose”. Questa apertura noi l'abbiamo sperimentata quando ci siamo rivolti ai due centri di psicosintesi. Le due direttrici, Cinzia e Mariella, dando la loro disponibilità aggiunsero un valore in più al progetto. Ma come spesso accade nell'unire più persone dovemmo fare i conti con diverse difficoltà: incomprensioni,

lontananza chilometrica, impegni individuali ed altro ancora. Malgrado ciò riuscimmo a concordare la data dell'incontro che si sarebbe svolto in un luogo situato a metà strada tra Padova e Bolzano. Fu un traguardo bellissimo confermato dall'unione delle persone e dal loro operato. La nostra motivazione promuoveva l'atteggiamento interiore di entusiasmo fino al punto in cui le difficoltà da affrontare ebbero origine da noi. Mara ad esempio, non aveva più ispirazione di immagini da dipingere mentre Claudio stanco del suo lavoro quotidiano cercava di rimandare il suo piacevole impegno.

Per noi era arrivato il momento di scontrarci e ricontrarci, di confrontarci, di rivedere la motivazione personale e lo scopo in comune.

Questo per evitare di trasformare un gesto d'amore immesso nell'azione pratica in un gesto di dovere. Ma l'essere umano è anche fragile e la sua fragilità la sente specialmente quando si trova di fronte a delle difficoltà le quali appartengono a momenti transitori quando decide di affrontarle con modalità adeguata. Nel film "In to the wild" di Sean Penn si sente dire "La fragilità del cristallo non è una debolezza, ma una raffinatezza".

E che cos'è la fragilità umana se non la delicatezza indispensabile per accettare e superare elegantemente le proprie difficoltà anziché negarle o porgergli resistenza? "Attenti all'attimo, consapevoli del ciclo, in armonia con l'eterno" ci rammenta Assagioli e le nostre difficoltà ci suggerirono che avevamo bisogno di altro poiché eravamo giunti al punto in cui un ciclo era finito. Infatti ci accorgemmo che il nostro modo operativo richiedeva di essere "aggiornato" appartenendo così ad un periodo transitorio. Bastò scambiarsi le parti lavorative per soddisfare l'esigenza del cambiamento per risentire in noi la leggerezza, la gioia ed il piacere. Ci siamo arrivati seguendo la linea della focalizzazione ossia rivisitando il nostro significato rispetto a: donare, unione, condivisione, volontà buona, energia rigogliosa ed altro. Energia intesa come "movimento ed essenza" intrinseci nel lavoro e nell'oggetto stesso che costruivamo.

Un'energia carica di rispetto verso i materiali che usavamo; verso il tempo che investivamo; verso i pensieri, le fantasie, le aspettative, i desideri che facevamo, verso ciò che percepiamo o dicevamo; verso gli stati d'animo che vivevamo; verso la realizzazione del Congresso; verso tutti i suoi partecipanti presenti ed anche verso coloro che per motivi personali avrebbero dovuto rinunciare. Tutto questo e quant'altro impregnò il lavoro, oggetto compreso e come movimento energetico diventa il segreto meraviglioso del dono. Questi lo conserva in sé, ma al contempo è il suo portatore. Solo colui che accetta il dono con il cuore e la gioia di un bambino riuscirà a comprendere il segno invisibile situato nel visibile: come una tazza reca il segno del vasaio così gli oggetti donati quello del creatore.

Per finire ringraziamo la Vita per averci stimolato a fare "Psicosintesi in un dono".