

ENRICO LORIA

STRANIERO
TRA LA FOLLA

Il cammino psicospirituale
come via di guarigione

Proprietà riservata

2018 © Appunti di Viaggio srl

00146 Roma - Via Eugenio Barsanti, 24

ISBN 978-88-95120-51-5

Per informazioni sulle

[Edizioni] “Appunti di Viaggio” e “La Parola”

potete rivolgervi alla

Libreria Appunti di Viaggio

00146 Roma, Via Eugenio Barsanti 24

Tel. 06.47.82.50.30

E-mail: laparola@appuntidiviaggio.it

Sito web: www.appuntidiviaggio.it

www.facebook.com/edizioniappuntidiviaggio

Stampato nel mese di ottobre 2018

Digital Book srl

via Karl Marx 9

06012 Cerbara - Città di Castello (PG)

*a Grazia, Monica,
Francesco, Giovanni*

INTRODUZIONE

Ciao, il mio viaggio continua, spero anche il tuo. Spero che anche tu non ti sia fermato convinto di avere trovato un benessere definitivo, un equilibrio da non perdere, perché un'ulteriore evoluzione ci attende. Ciò premesso, credo che la nostra vita possa e debba ruotare intorno a ciò che è essenziale per noi, intorno a ciò che ci rappresenta nel profondo e che possiamo chiamare «Vero Sé». Solo così possiamo dedicare «tutto ciò che abbiamo per vivere» a quell'obiettivo, tutte le risorse che abbiamo al perseguire il nostro ideale. Fare la propria vita richiede infatti che tutte le nostre risorse siano impegnate per essere se stessi, non c'è modo di fare diversamente che entrare dentro i propri limiti, fare con gioia e soddisfazione solo le cose che sono per noi. Disperdere le risorse in cose che non sono per noi infatti implica perdere anche la propria vita. E non stiamo parlando solo di risorse materiali, ma anche e soprattutto della nostra attenzione vitale. Stiamo parlando della nostra conversione del cuore.

È con questo spirito che è nata l'idea di dare vita a un movimento psicospirituale, ovvero una realtà organizzata che possa diffondere la visione psicospirituale della vita, per una psicoterapia integrata con la spiritualità. Credo che sia opportuno dire due parole anche su questa iniziativa nascente.

Il Movimento Psicospirituale è per una politica sociale e sanitaria integrata con il bisogno di crescita

interiore psicologica e spirituale dell'uomo. Il Movimento Psicospirituale è un movimento pacifico che intraprende le sue iniziative per amare e non per «andare contro». Lo Spirito d'amore infatti, anche quando sollecita un cambiamento, lo fa sempre nella consolazione e mai nella disperazione. Amare significa aver raggiunto un tale equilibrio interiore che ci consente di andare incontro all'altro pur nei contrasti e nelle diversità, mantenendo sempre la propria identità profonda, che è una identità psicospirituale. L'identità psicospirituale è in contatto con il cuore profondo, rappresenta il vero sé. È una identità nell'amore e per questo stabile nella sua grande elasticità e apertura. L'identità psicospirituale mette in crisi la nostra identità psicologica, ma quando il processo è andato avanti la include. Il Movimento Psicospirituale quindi si muove sulla base della maturità psicospirituale dei suoi membri. Usa correttamente il modello psicospirituale nella misura in cui questo si sta già realizzando nell'intimo personale degli individui che lo portano avanti. Buon cammino psicospirituale a tutti.

Enrico Loria

È davvero un'esperienza di guarigione scoprire che procediamo inconsapevolmente nella direzione giusta mentre facciamo tante cose che non lasciano ancora trasparire il senso che esse racchiudono e che quindi, alla nostra mente, sembrano sbagliate. È un'ipotesi psicospirituale che supera tutti i nostri pregiudizi. Ciò che ci fa considerare inadeguato il modo in cui ci comportiamo è la nostra morale culturale: se mi sento diverso dalla cultura in cui vivo non posso evitare di sentirmi sbagliato.

La nostra «consegna di nascita» trasmessa psicobiologicamente dagli ascendenti viene prima donata e poi contrastata dall'ambiente di origine. È come se un genitore avesse bisogno di crearci geneticamente loquaci e poi dopo la nascita ci dicesse di stare zitti e di non disturbare. Questo paradosso è alla base dei conflitti. Esso si spiega con la scissione tra cuore e mente, si determina con la difficoltà di integrare pensieri ed emozioni, si sviluppa sulla base della difficoltà a integrare i vari aspetti del proprio Sé. Cosa possiamo fare per favorire la ricerca e il contatto con il nostro vero Sé?

Le tensioni emotive interne e quelle esterne trovano nella psiche il luogo dove avviene l'intervento dei meccanismi di difesa che consentono, provvisoriamente, di andare avanti senza eccessivi turbamenti. Questa capacità psichica dell'uomo non risolve il problema ma lo procrastina fino a quando si creano le situazioni che consentono l'emergere del

conflitto alla coscienza: diventa allora prioritario dedicare tutta la nostra attenzione a noi stessi per poter evolvere. Come posso accettare me stesso e l'altro senza sentirmi scisso?

L'aspetto spirituale non è sempre in sintonia con quello psicologico e allora diventa difficile maturare una propria identità stabile e definita. L'aspetto spirituale infatti potrebbe venire erroneamente confuso con quello religioso che invece si riferisce principalmente agli aspetti teologici. Con l'avvento della psicoterapia, gli aspetti teologici non sono più considerati così determinanti sull'organizzazione dei sistemi umani e non sono più così condizionanti nella cultura di un luogo e delle persone.

Il Concilio Vaticano II aveva già ribadito il primato della coscienza individuale, ma è passata solo una cinquantina d'anni, un tempo relativamente breve rispetto ai millenni precedenti nei quali i sistemi umani potevano reggersi solo sul controllo degli individui.

Ne deriva che il cambiamento epocale dell'umanità procede con difficoltà: una psicologia non integrata con la spiritualità potrebbe non essere in grado di favorire che il processo di cambiamento venga completato, in quanto si porrebbe in antitesi senza un'integrazione dei vari aspetti del Sé.

In questo processo di cambiamento la volontà individuale diventa lecita e opportuna anziché costituire un problema e un ostacolo, come era fino a un secolo fa. Sappiamo tutti a quali livelli di prevaricazione e di privazione di libertà siano stati sottoposti tutti coloro che «cantavano fuori dal coro». È racca-

pricciante leggere nella storia quante e quali siano le forme di tortura e prevaricazione inventate dall'uomo per l'uomo.

Ai giorni nostri, perlomeno nel mondo occidentale evoluto, la tortura è praticamente scomparsa e le forme di prevaricazione sono molto sommerse. Rimane vero però che risulta sempre piuttosto difficile accogliere la diversità dell'altro e amarlo per come è veramente. La psicospiritualità vorrebbe dare il suo umile ma prezioso contributo nel favorire questo processo di cambiamento epocale in atto nella nostra umanità. Se è vero che si sono finalmente create le condizioni adatte, abbiamo il diritto e il dovere di provarci.