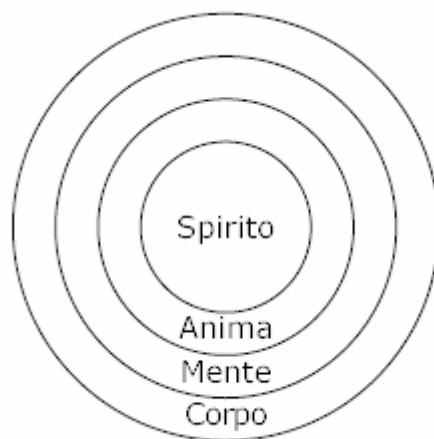


Concetti di teoria integrale: riflessioni e implicazioni terapeutiche

Livelli di base

Nel nucleo della filosofia perenne è la visione secondo cui la realtà è composta di vari *livelli di* esistenza (e di conoscenza) che vanno dalla materia al corpo alla mente all'anima allo Spirito (laddove lo Spirito è sia il livello più alto che lo sfondo di tutti i livelli). Ogni dimensione successiva trascende e al contempo include quelle precedenti.



L'unità umana e i diversi livelli della realtà

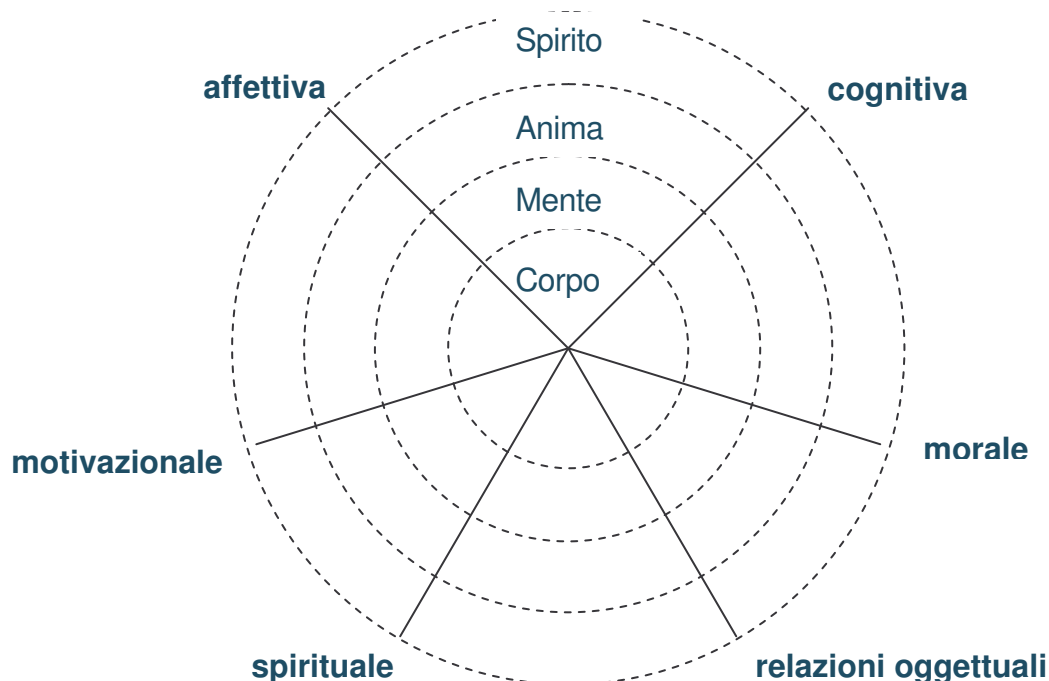
A tale proposito, Wilber fa uso del concetto di *olone*, un intero che è parte di altri interi, come, ad esempio, un atomo è parte di una molecola, la quale è parte di una cellula, la quale è parte di un organismo, e così via. Gli oloni esistono dunque come gerarchie nidificate e l'intera struttura è detta *oloarchica*. Per tale ragione, Wilber chiama questa rappresentazione "Grande Nido dell'Essere". I livelli non sono rigidamente separati e isolati, ma, proprio come i colori dell'arcobaleno, si intersecano in una miriade di sfumature. Perciò, vengono detti anche *onde*. Essi riflettono l'intero spettro della coscienza, che va dal subconscio al conscio al superconscio; ciascun individuo può trovarsi a diversi livelli in circostanze differenti, e il suo sviluppo globale ne è il risultato.

Questa modellizzazione, apparentemente rigida e schematica, rende conto invece di un fatto incontrovertibile della natura umana: la crescita cui l'essere umano va incontro è *multilivellata e multidifferenziata*, ovvero, avviene in modo certamente continuo, ma attraverso degli "scalini" discreti. Questo è certamente verificabile da tutte le persone mediamente normali non appena si guardi, ad esempio, alla propria infanzia; tutti ricordiamo più o meno il periodo scolastico, abbiamo il ricordo di alcuni eventi accadutici, ma non ricordiamo veramente come eravamo dal di dentro, cioè non siamo più in grado di filtrare la realtà con le stesse sensazioni, emozioni, pensieri, percezioni, ecc. In breve, non riusciamo a calarci in quello stadio di sviluppo perché siamo su un altro gradino, in uno stadio più evoluto, il cui accesso ci è sembrato continuo ma in realtà è avvenuto con degli scatti di crescita.

Dunque, possiamo essere consapevoli pienamente del fatto che abbiamo compiuto un gradino discreto, e, per quel che ci riguarda, non ricordiamo esattamente quando questo scatto sia avvenuto, ma è certo che sia avvenuto; ne siamo certi e lo possiamo testimoniare direttamente. Ora, è anche vero probabilmente che, nel compiere questi passaggi, gradini discreti, ne abbiamo compiuti di più piccoli, ma sempre discreti; non c'è stato un momento in cui ci siamo svegliati alla nostra realtà e abbiamo visto improvvisamente con nuovi occhi, toccato con nuove mani, sentito con nuovi sensi, pensato con nuove categorie. Quello che accade, con più probabilità, è che andiamo incontro a delle acquisizioni progressive e che, quando la struttura cognitiva è matura, è pronta per il livello successivo e a livello globale si ha la sensazione dell'avvenuto passaggio. Ciò che dà il senso della continuità, in questo processo di crescita, è probabilmente il fatto che l'esperienza umana è differenziata, cioè avviene in diversi campi di esistenza.

Linee evolutive

I livelli della totalità umana, brevemente sintetizzati come “corpo”, “mente”, “anima” e “Spirito”, sono attraversati da vari “percorsi” evolutivi, che Wilber chiama “linee evolutive”. A livello globale, Wilber ha individuato alcune linee evolutive, presenti in ogni essere umano quali linee di differenziazione dell'esperienza soggettiva. Esse accompagnano l'esperienza umana nel suo insieme, determinandone e testimoniandone sia le potenzialità che i limiti e, forse, i blocchi evolutivi. Le fondamentali linee sono: la linea affettiva, la linea cognitiva, la linea morale, la linea delle relazioni oggettuali, la linea spirituale, la linea motivazionale.



Le linee evolutive che attraversano i diversi livelli della totalità umana

La maturazione di un essere umano, e, conseguentemente il suo stato stabile di coscienza, è il risultato dell'attestarsi di queste linee ad un certo livello evolutivo. Questo modello di lettura della complessità umana è un'ottima griglia che può aiutare enormemente uno psicoterapeuta nella valutazione diagnostica e, successivamente, nel processo terapeutico stesso. Tale modello, così come esposto finora, non è un modello di psicopatologia, non dà per ora indicazioni immediate su come leggere la patologia, ma dà una panoramica sulla complessità umana; esso, in un certo senso, contribuisce a una teoria delle mente e, più in dettaglio, prepara una *teoria della totalità umana* (poiché abbraccia le sue espressioni nei diversi campi dell'umana esistenza).

Come accennato, le linee evolutive attraversano i livelli dell'essere (corpo, mente, anima e Spirito) e nel farlo passano dal piano preegoico, al piano egoico, fino al piano transegoico, al cui interno sono previste chiaramente molte sfumature, o sottostadi. Così, la linea cognitiva va da un ambito prelogico, a uno logico, a uno translogico; la linea affettiva va da un'attitudine narcisistica e dipendente, a una diretta verso l'interesse sociale, sino all'amore universale; la linea morale va da una morale preconvenzionale, a una convenzionale, a una postconvenzionale; la linea delle relazioni oggettuali va dalle relazioni di dipendenza e manipolazione, a quelle di interdipendenza, sino alle relazioni di aiuto e di servizio alla vita; la linea motivazionale va dall'egocentrismo, al sociocentrismo, al cosmocentrismo.

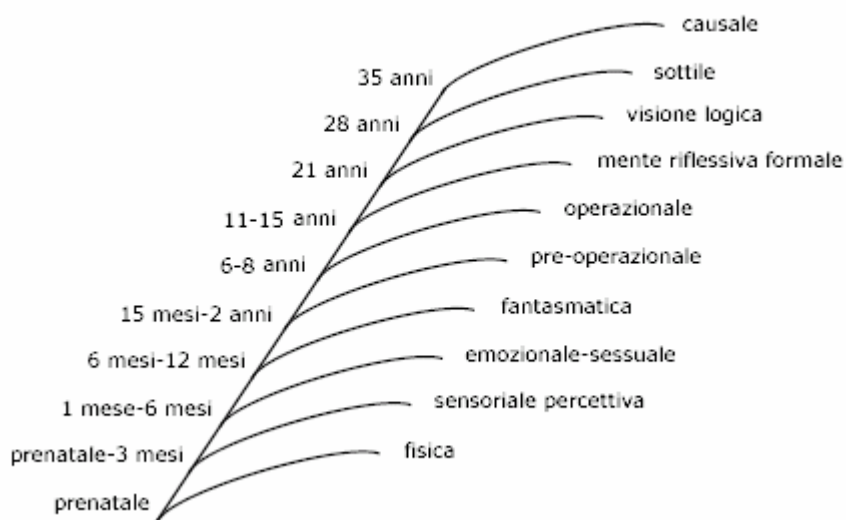
Il Sé

Secondo Wilber, i livelli e le linee sono navigati dal sé, il principio organizzatore della psiche, veicolo dello sviluppo, della crescita e della trascendenza, di cui si possono notare almeno due parti: una sorta di *sé osservante* (o *sé prossimale*, un soggetto interiore o osservatore) e una sorta di *sé osservato* (o *sé distale*, alcune cose oggettive che ognuno può vedere o conoscere di sé). Il primo viene sperimentato come "lo" e il secondo come "me". Durante l'arco dello sviluppo, l' "lo" a uno stadio di crescita diventa un "me" allo stadio successivo. Ovvero, ciò con cui ci si identifica ad uno stadio, tende a essere trasceso, o qualcosa da cui ci si disidentifica, allo stadio successivo, talché può essere visto più obiettivamente, con più distacco. In altre parole, il *soggetto* ad uno stadio diventa un *oggetto* al successivo. Il sé che naviga lungo le linee di base è quello prossimale. Ogni volta che esso incontra un nuovo livello nel Grande Nido, si *identifica* con questo e lo consolida; poi, si disidentifica da esso (lo *trascende*) e successivamente lo include e lo *integra* dal successivo livello.

Strutture permanenti e strutture transitorie

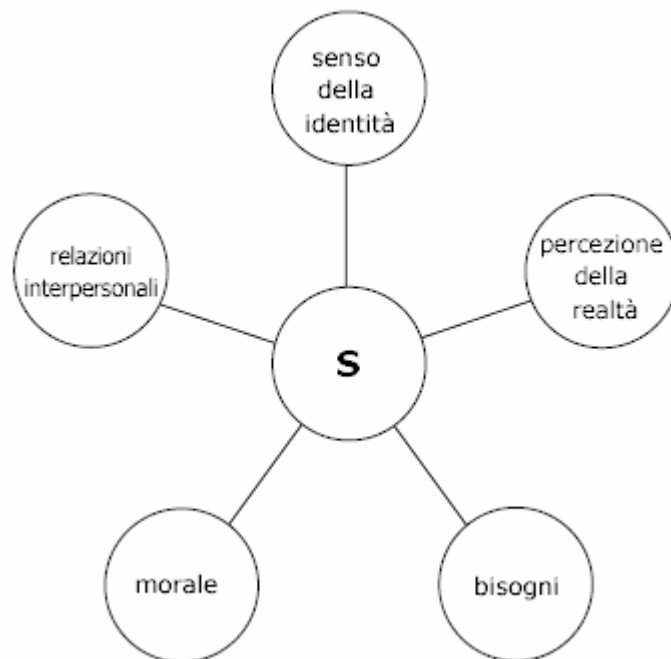
Le linee evolutive si manifestano come strutture permanenti, cioè stadi evolutivi permanenti, che vanno dal preegoico (sensoriale-percettivo, emozionale-sessuale, fantasmatico), all'egoico (pre-operatorio, operazioni concrete, operazioni formali) al transegoico (psichico, sottile, causale). Le strutture permanenti preegoiche corrispondono allo sviluppo cognitivo descritto da Piaget, dalla nascita fino al completamento della funzione simbolica, e allo sviluppo psicosessuale descritto dalla psicoanalisi fino alla formazione della permanenza dell'oggetto. Le successive strutture egoiche corrispondono

allo sviluppo cognitivo descritto da Piaget fino alla formazione della mente razionale formale e allo sviluppo psicosessuale dell'io maturo o adattato, quindi fino al raggiungimento della supremazia del principio di realtà sul principio di piacere. Le strutture permanenti transegoiche non sono state descritte dalla psicologia evolutiva classica né dalla psicoanalisi, bensì, per quanto riguarda la struttura della "visione logica", dalla psicologia umanistica, in particolare da Maslow, che ha descritto le persone autorealizzanti come aventi una capacità sintetica non presente nel precedente stadio della mente razionale, e dallo stesso Wilber, il quale ha descritto lo stadio del *centauro* come quello della personalità svincolata da conflitti egoici e caratterizzata da autenticità intesa come consapevolezza dei propri limiti come del proprio potenziale creativo. La successiva struttura sottile è stata indagata in psicologia in particolare da Jung e Assagioli, i quali hanno inteso, se pur in maniera differente, questo stadio di sviluppo inerente a quelle personalità che hanno compiuto una sintesi di opposti (come ad esempio: maschile e femminile) e hanno una notevole capacità intuitiva derivante da un contatto diretto con il proprio inconscio superiore. Della struttura causale si sono occupate le tradizioni mistiche e la spiritualità di tutti i tempi, intendendo con essa uno stadio di unione e di allineamento con il divino.



L'emergere delle strutture permanenti nell'arco dello sviluppo

Mentre le strutture permanenti sono quelle cognitive e rimangono stabili nel corso dello sviluppo, e non si dissolvono mai, le strutture transitorie mutano ad ogni stadio di sviluppo. Le strutture permanenti rappresentano un po' l'impalcatura della individualità umana, quelle transitorie rappresentano invece quei costrutti della mente sui quali avviene il processo di trasformazione: identificazione con la struttura superiore, differenziazione dalla struttura inferiore, trascendimento e integrazione della stessa (vedere paragrafo sul sé).



Le strutture transitorie

L'introduzione del concetto di struttura da parte di Wilber è fondamentale per comprendere come avvenga il cammino della crescita lungo le linee evolutive e come queste si esprimano nell'individualità umana. Le linee evolutive rappresentano l'individuo in altrettanti livelli di esperienza, o di espressione delle sue potenzialità. Teoricamente, non ci sarebbe motivo perché viaggino con velocità diverse; dovrebbero infatti adattarsi alle strutture permanenti corrispondenti in modo "fisiologico". Invece, spesso accade che alcune linee siano più evolute e altre meno evolute. Ad esempio, una linea affettiva dipendente (preegoica) in un individuo al livello strutturale personale (egoico), indica probabilmente un arresto evolutivo su quella linea, dovuto ai precedenti storici di tale individuo e al suo sistema consolidato di difese. Chiaramente, una linea affettiva così costituita influenzerà anche la linea delle relazioni oggettuali, le quali molto probabilmente tenderanno a essere anch'esse dipendenti (quindi, preegoiche). Ma, più che pensare a una diretta influenza tra le due linee, è più opportuno pensare che sono alcuni tipi di difese (tipicamente, quelle primarie) a trattenere le linee a un livello preegoico. Le difese secondarie, probabilmente, sono invece maggiormente responsabili del mantenimento delle linee al livello egoico. Va considerata anche l'azione della cultura e dell'educazione, nonché della società sulla formazione e sullo sviluppo delle linee evolutive. Probabilmente, alcune linee sono più sensibili all'azione delle difese e altre più all'azione di agenti esterni, dunque più malleabili dall'individuo con l'azione della volontà, come forse nel caso della linea motivazionale.

Il lavoro evolutivo che spetta all'essere umano, volente o nolente, è descrivibile con la seguente metafora: un uomo abita potenzialmente tutti i piani di un palazzo, dal piano terra fino all'ultimo piano, e alloggia per un tempo variabile in ciascun piano, ognuno dei quali è arredato in maniera differente; ogni tanto, durante il giorno, può visitare i piani

superiori e inferiori, ma poi torna a dormire nel suo appartamento. Quando cambia definitivamente piano, vi si trasferisce, fa il trasloco, ed eventualmente fa qualche ammodernamento. Dunque, i piani con i loro appartamenti rappresentano le cosiddette (da Wilber) *strutture permanenti*, che sono le strutture cognitive (preegoiche, egoiche, transegoiche); esse “tendono ad associarsi in forme di cognizione sempre più complesse e in capacità sempre più evolute e organizzate che caratterizzano l’esperienza dell’intelligenza” (Boggio Gilot L., pag. 42). L’arredamento rappresenta invece le *strutture transitorie*, tra le quali vi sono: il senso di identità, la percezione della realtà, i bisogni, la morale, le relazioni interpersonali (queste ultime due sono anche linee evolutive). Infine, le visite agli altri piani rappresentano le eventuali regressioni o progressioni dello sviluppo, temporanee (o raramente permanenti, nei casi di regressione patologica); il fatto di dormire nel proprio appartamento rappresenta, invece, l’ineluttabilità del restare nel proprio stadio di sviluppo, a meno che non avvenga un “trasloco”, cioè il passaggio definitivo a un nuovo stadio evolutivo.

Implicazioni terapeutiche

Una lettura della mente, sia di quella mediamente sana che di quella patologica, basata sui concetti sopra descritti di linee evolutive e di strutture (permanenti e transitorie), ha diverse implicazioni sia sul piano diagnostico che su quello terapeutico; si pongono ad esempio le seguenti questioni: i) qual è, se esiste, la relazione tra le varie linee evolutive? È possibile, agendo su una linea, trasformarne un’altra?; ii) il passaggio a una struttura più evoluta quanto dipende dal lavoro compiuto sulle linee evolutive?; iii) le strutture transitorie sono una semplice conseguenza delle strutture permanenti oppure, agendo su di esse si può favorire il passaggio a una struttura superiore?

A livello psicoterapeutico, il lavoro sulle emozioni è prioritario rispetto al lavoro sul pensiero, in quasi tutti gli orientamenti, e ha un effetto sicuramente su tutte le linee, inclusa quella cognitiva, anche se probabilmente in modo prioritario sulla linea affettiva e su quella delle relazioni oggettuali. Ciò detto, possiamo affermare che le linee evolutive sono in qualche modo indipendenti tra loro, anche se dipendono da alcuni fattori comuni. Il lavoro terapeutico che può essere fatto allora è quello sui fattori comuni, cercando di far sì che le linee evolutive si armonizzino tra loro, cioè si attestino più o meno sugli stessi livelli. Molto probabilmente, il passaggio ad una struttura successiva è determinato anche dalla misura in cui le linee evolutive sono, in media, pronte per transitare in quella struttura, in modo più o meno definitivo. Nella realtà, quello che accade nello sviluppo è che, in media, non si è in una struttura permanente con delle linee evolutive sviluppate al livello previsto per quella struttura.

Con riferimento allo sviluppo del genere umano nel suo insieme, si può dire che il passaggio fino all’apice delle strutture personali (stadio delle operazioni formali), poiché è un dato acquisito della nostra specie all’attuale stadio di sviluppo, è garantito dalla cultura e dall’educazione, nonché dalle condizioni di vita. Per superare però questo stadio medio e raggiungere in modo stabile quello immediatamente successivo (stadio del centauro o livello dello psichico) è invece necessario, probabilmente, operare attivamente attraverso le linee evolutive, in modo armonico. Ciò può essere fatto, attualmente, attraverso un lavoro di psicoterapia a indirizzo transpersonale, con l’applicazione del modello integrale.

Un utile strumento diagnostico e terapeutico è costituito dalla gerarchia dei bisogni di Maslow applicata al concetto di strutture permanenti. Prendiamo ad esempio la struttura dei bisogni, definita come transitoria, e, facendo riferimento alla gerarchia definita da Maslow,

collochiamo, seguendo Wilber (*A Sociable God*, pp. 70-81), i bisogni in corrispondenza delle strutture permanenti. A livello della struttura pre-operazionale, corrispondente al periodo di onnipotenza del pensiero (stadio preoperatorio di Piaget), in cui domina il simbolo, si situa il bisogno di sicurezza. Naturalmente, questo bisogno è sempre presente anche negli altri stadi di sviluppo, ma qui è predominante e lo caratterizza. Infatti, il bambino a questo stadio ha acquisito da poco la costanza dell'oggetto (15-24 mesi), non si è ancora individuato. La successiva struttura operativa è contrassegnata dall'assunzione di ruoli (stadio delle operazioni concrete di Piaget) e vede dominare il bisogno di appartenenza. Nella struttura successiva della mente riflessiva formale ("razionale"), contraddistinta dalla capacità di pensiero autoriflessivo (stadio delle operazioni formali di Piaget), si situa il bisogno di autostima. La successiva struttura della visione logica è contrassegnata dalla capacità di interconnessione di sequenze complesse di pensiero e vede dominare il bisogno di autorealizzazione.

Se guardiamo le quattro strutture permanenti nominate e le filtriamo attraverso i bisogni così definiti da Maslow, ci rendiamo di quanto sia impossibile indurre un bisogno di tipo superiore, quando non ancora esistente nell'individuo, se non vi è una struttura (permanente) sottostante pronta per accoglierlo. Immaginiamo per un momento quanto sia fuori luogo un'induzione esterna al soggetto, ad esempio nello stadio riflessivo formale, di un bisogno di autorealizzazione. Chiunque abbia avvertito questo bisogno ad un certo punto della sua vita, si rende conto di quanto poteva essere al di fuori dei suoi interessi e delle sue aspettative e desideri sentirlo quando invece si sentiva dominato dal bisogno di autostima. Dunque, nel caso dei bisogni, è evidente come essi emergano spontaneamente quando la struttura permanente in cui si transita è pronta per quel tipo di bisogno.

Dunque, le strutture transitorie emergono a seconda della struttura permanente dove si transita e costituiscono le espressioni di quel livello: possiamo quasi affermare che la presenza di quel tipo di bisogno testimonia che la persona è nella struttura permanente corrispondente, oppure che la persona sta per compiere il passaggio verso quella struttura. Non è possibile dunque indurre il bisogno, ma, a livello terapeutico, se ne può facilitare l'emersione, aiutando a sgombrare il campo psichico della persona da abitudini obsolete e facilitando l'autoesplorazione. Ciò che è stato detto per i bisogni può essere ripetuto per le altre strutture transitorie, tra cui il senso di identità e la percezione della realtà, ottenendo forse analoghe conclusioni.

Riferimenti bibliografici

- Boggio Gilot L., *Il cammino dello sviluppo integrale*, edizioni Aipt, Roma 2005.
Maslow A., *Verso una psicologia dell'essere*, Astrolabio, Roma 1971.
Wilber K., *Integral Psychology*, Shambhala, Boston & London 2000.
Wilber K., *A Sociable God*, Shambhala, Boston & London 2005.