

Pietro Archiati

L'ARTE
DELL'INCONTRO

Ascoltare e capire l'altro

Questo testo è una nuova edizione riveduta di *L'arte dell'incontro* dello stesso autore.

Indice

1. INCONTRARE L'ALTRO:

l'esperienza primaria del destino e della vita 9

Capire la vita, ovvero l'arte di non lasciar nulla al "caso" 9

Capire il destino, ovvero l'arte di allungarsi la vita 11

L'incontro come sfida al pensiero 16

S'incontra soltanto chi si è cercato 18

L'incontro che mi fa pensare e quello che mi fa agire 20

2. L'ARTE DELL'ASCOLTO:

ascoltare con i sensi, con il cuore 25

L'incontro come esperienza del sacro 25

Muovo forse io la mano di chi mi dà uno schiaffo? 27

Di ogni cosa ciascuno è in debito verso gli altri 29

Ascoltare il corpo, l'anima e lo spirito dell'altro 32

È possibile ascoltare anche gli animali, le piante e le pietre? 38

Morire a se stessi per risorgere nell'altro: che cosa vuol dire? 41

Quanto vogliamo che duri il nostro rapporto? 44

3. L'INCONTRO DONNA UOMO:

una polarità antica e sempre attuale 49

Come riconciliare il maschile e il femminile 49

L'uomo e la donna tra il fisico e l'invisibile 51

L'uomo e la donna nel mondo dell'anima 56

Corpo, anima e spirito nella vita di coppia 61

© Archiati Verlag e. K., Monaco di Baviera, 2004

Stampa: Memminger MedienCentrum, Memmingen (Germania)

ISBN 3-937078-59-2

Archiati Verlag e. K.

Sonnentaustraße 6a · 80995 München · Germania

info@archiati.com · www.archiati.com

La fedeltà è dovuta a una persona sola? 66
I destini s'ingarbugliano e la morale s'individualizza 71
La gelosia e il controllo: due figlie gemelle della paura 78

4. ACCETTARE SÉ E L'ALTRO:

l'incontro come esperienza di positività 83

La simpatia e l'antipatia: i due nemici di ogni incontro 83
Il disinteresse non fa nascere l'incontro, il dar consigli lo fa morire 85
Se fossi te...: l'incontro umano tra giudizio e pregiudizio 86
"Io ti cambierò!" 88
Accettare i diversi gradi di profondità negli incontri 92
I rapporti possibili e quelli impossibili 96
L'arte del litigio costruttivo e della riconciliazione 97
Chi mi viene incontro cerca una restituzione 99
Stadi evolutivi dell'accettazione dell'altro 101

5. INCONTRARSI NEGLI IDEALI COMUNI:

camminare insieme verso la meta 107

I legami di sangue: rapporti che aprono o che chiudono? 107
L'essere insieme "contro": una brutta trappola 112
La pace del cuore: l'arte di trovare sempre un accordo 114
Incontri poveri, incontri ricchi 116
L'amicizia 118

Per la terza edizione

Caro lettore,
questi pensieri sono sorti in me nel corso degli anni, più che dallo scrivere, dall'incontro vivace con varie persone in occasione di conferenze, seminari o convegni. Quasi tutti i miei libri sono nati dalla comunicazione orale, fissata poi sulla carta per diventare accessibile non solo all'ascoltatore, ma anche al lettore che non mi conosce.

Sono spunti di riflessione quelli che trovi scritti qui, niente di più. Rileggendoli mi colpisce il loro carattere estemporaneo, non sistematico, quasi frammentario, che lascia i vari quesiti aperti in tante direzioni.

Sarò contento se la lettura ti sarà di stimolo per concepire pensieri ancora più belli dei miei, per rendere i tuoi rapporti con gli altri sempre più profondi e per fare di ogni incontro una piccola o grande festa della vita.

Pietro Archiati
nell'autunno del 2004

1. INCONTRARE L'ALTRO: l'esperienza primaria del destino e della vita

Capire la vita, ovvero l'arte di non lasciar nulla al "caso"

Gli incontri della vita sono un grande mistero. Con alcune persone condividiamo la buona e la cattiva sorte, altre non le conosciamo nemmeno. Contemporaneamente abbiamo il sentimento di vivere in compagnia di tutto il resto dell'umanità, e perciò non siamo mai del tutto soli.

È straordinaria la varietà delle relazioni umane, così dinamica nelle sue forme, che ci fa attori del grande teatro della vita. E per di più i rapporti umani mutano di epoca in epoca, proprio perché l'evoluzione umana va avanti e trasforma, nel suo procedere, tutti i suoi scenari.

Oggi, per esempio, i rapporti fra gli esseri umani sono meno spontanei e meno armonici: è come se tutti avessimo perso le capacità innate d'orientamento che una volta guidavano gli incontri. Diventa sempre più difficile stabilire rapporti autentici, intensi e anche duraturi, basandosi sulla pura naturalezza. Sembra d'essere di fronte ad una grande sfida, in questo inizio di millennio: quella d'imparare a *decidere liberamente* la qualità dei rapporti, e farne così un esercizio di creatività e un'opera d'arte. Ciò che prima faceva la natura, ora lo dobbiamo fare noi, in libertà.

Stando ai documenti tramandatici, millenni fa gli uomini sentivano le relazioni tra loro come governate dalla volontà divina che agiva dentro la natura, una volontà ascoltata e seguita senza esitazioni. L'andamento del so-

ziale era stabile e sicuro per il fatto che nell'animo di ognuno sorgevano come guida delle forze istintive. Basti pensare a quello che dovrebbe essere il più spontaneo dei rapporti: quello tra madre e figlio. Fino a non molto tempo fa nessuna mamma sentiva il bisogno di comprarsi un libro per informarsi su come tirar su il proprio bambino. Tutto veniva da sé.

Questi mutamenti non sono necessariamente negativi. Notare che le cose siano diventate più difficili non vuol dire affermare che vadano peggio. Se tante realtà nel passato erano semplici e ora sono complesse, vuol dire che nel futuro lo diventeranno ancora di più, perché sempre meno si affideranno alla saggezza della natura, o alla provvidenza divina, o a qualunque altra guida che si proponga dall'esterno. Alla mano divina va sempre più aggiunto l'intervento consapevole e libero della propria coscienza.

È ormai evidente che i rapporti tra le persone si sfasciano se mancano l'inventiva, la creatività e soprattutto la libertà propria di ogni singolo individuo. Nel nostro intimo sta emergendo il desiderio di impostare in modo nuovo i rapporti con gli altri. Gira per il mondo una gran voglia di essere i geniali tessitori di tutti quegli intrecci di persone cui siamo congiunti.

Tutto nasce da un sentimento di fondo del nostro animo che non ce la fa più ad accettare che le cose vadano "a caso". Si avverte, magari inconsciamente, che in quest'idea del "caso" c'è qualcosa d'insopportabile. È inaccettabile sapere che gli insetti a primavera sciameranno *di sicuro* portando il polline da un fiore all'altro, che a giugno, possiamo giurarci, maturerà il grano, e che il ghiro se ne andrà

in letargo, puntualissimo, all'inizio dell'inverno – immensa saggezza dell'universo! –, mentre le vicende di chi corona la natura, quelle dell'uomo, continueranno ad essere rimesse all'insulso, imprevedibile CASO! C'è sapienza e ordine dappertutto e solo io, col mio destino e la mia vita, io che sono l'essere supremo della creazione, dovrei ritrovarmi in balia delle fatalità, delle circostanze più inattese e aleatorie?

E non basta dire: l'uomo è libero, per questo non è regolato come gli esseri di natura. Se c'è davvero, questa libertà, non può essere a vanvera, o comunque sempre stravolta da quelle mille situazioni che ci fanno dire: volevo incontrare questa e quest'altra persona ma poi, come per caso, mi sono ritrovato a dover fare i conti con tutt'altra gente.

Capire il destino, ovvero l'arte di allungarsi la vita

Nei secoli passati dev'essere stato più facile accettare le proprie condizioni di vita: bene o male ci si rassegnava alla povertà, oppure allo svantaggio di una salute malferma. È invece tipico dei nostri tempi che pochi siano disposti ad accogliere il destino nei suoi aspetti più sfavorevoli.

Aumenta l'esigenza di trovare un filo coerente che spieghi l'andamento degli eventi, e in proporzione diminuisce la capacità di rassegnazione. Le forze della *ribellione* contro i decreti del destino o del cieco caso diventano sempre più vigorose e cresce, di conseguenza, l'*aggressività*.

Anche questo non è un fatto da condannare di per sé. Una volta arrivati a questo punto di estrema irrequietezza, forse si tratta di cercare le ragioni su cui si fondano le grandi differenze di salute, ricchezza e fortuna, esistenti fra gli uomini.

Bisogna, insomma, vedere se siamo in grado di trovare delle motivazioni più profonde e convincenti che riescano ad eliminare la passiva e assai sgradita sottomissione all'ineluttabile. Tra l'altro è in gioco la stessa salute sociale, perché l'aggressività, se s'incattivisce, può trasformare la convivenza umana in un luogo di tensioni e scontri carichi di distruzione.

Perché, nonostante si parli tanto di civiltà e di progresso, aumentano gli uomini disposti a uccidere, a prevaricare, a sfruttare il proprio simile al punto che ovunque nel mondo – persino nelle nostre case e dentro di noi – proliferano guerre, violenze e terrorismi? Forse perché mancano pensieri nuovi, uno dei quali potrebbe essere questo: nella vita di un uomo nulla avviene per caso, ma ogni esistenza è curata e ordinata da una legge che ancora non conosciamo. Questa legge potrebbe essere chiamata appunto legge del destino (o karma, come dicono in oriente) e farebbe sì che *le conseguenze* di tutto ciò che un essere umano compie, col passar del tempo *ritornino su di lui*. Un'ipotesi di pensiero nuova, in occidente. Ma è sempre meglio di quel nulla di pensiero, incapace di fornire risposte, che è il caso. Anche solo per questo vale la pena di dedicarci un po' d'attenzione.

Se questa ipotesi fosse vera, però, come mai non ce n'accorgiamo? Anzi, la realtà spesso mostra proprio il

contrario: la crudeltà è vincente e la sopraffazione porta concreti vantaggi. E poi, di quale azione dovrebbe mai essere conseguenza una malattia che uno si ritrova già al momento della nascita? Oppure, cosa possono aver fatto le migliaia di vittime dell'attentato alle Twin Towers perché abbia una giustificazione la loro morte così tragica? E i bambini uccisi barbaramente in Ossezia?

Dal lato dell'esperienza, – dove quello che conta è ciò che ognuno di noi vive, dove non si rischia di produrre astrazioni o dogmi – non c'è quasi più nessuno disposto ad accettare l'ingiustizia che si manifesta nel fatto che a un farabutto vada sempre tutto bene e a un brav'uomo accadano un guaio dopo l'altro. Come mai?

La scienza, finora, si è occupata solo dei fenomeni di natura, ma l'atteggiamento scientifico – l'esigenza di verità –, non è un'esclusiva degli scienziati di professione. Vive diffusa nell'animo di tanti una nuova aspirazione profonda, spesso inconscia: quella di conseguire una conoscenza altrettanto *scientifica* anche dei "fenomeni umani", nell'accezione più vasta della parola. Una scienza che riesca a capire anche quelle dimensioni di vita che non rientrano nello stretto ambito della natura.

La grande soglia del divenire, in questo inizio del terzo millennio, sembra proprio consistere nel desiderio di valicare il vuoto della fatalità per quanto riguarda i rapporti umani, basandosi sulle capacità di una coscienza più forte e più matura. Di questo possiamo renderci conto osservando un fenomeno assai singolare, ma che passa per lo più inosservato. Quando un uomo ragiona sugli eventi della propria vita e non ne trova il senso, quale tipo di

pensiero, seppur nascosto, sta alla base delle sue riflessioni? Quale tipo di ragionamento usa per arrivare a protestare contro le assurdità del destino?

È lo stesso con il quale considera *un singolo giorno della propria vita*. Quando, magari prima di addormentarci, diamo un'occhiata alla giornata appena trascorsa, essa ci appare costellata di azioni che trovano il loro senso in ciò che avevamo impostato ieri e in quello che intendiamo fare domani. Se oggi sono andato a comprare un regalo per un amico è perché ieri avevo saputo del suo arrivo in città e domani ho intenzione d'incontrarlo. Cause ed effetti sono chiari, per quel che riguarda *le mie* decisioni.

Noi guardiamo all'inezienza della nostra vita in questa stessa ottica, anche se non ce ne accorgiamo. Ecco perché non sopportiamo che di molti eventi "che ci capitano" non sia possibile risalire alla causa, e che di molte nostre azioni non si possano rintracciare gli effetti concreti e coerenti.

Poniamo che io abbia sessant'anni e che per tutta la vita mi sia dovuto occupare di mio padre paralitico; che questa sua malattia abbia risucchiato non solo le mie forze fisiche ma anche quelle economiche, tanto che non mi sia potuto creare, a mia volta, una famiglia... Perché m'è toccata questa vita? – che è come dire: qual è *per me* la sua causa? E che fine faranno tutti questi miei sforzi? – che è come dire: quali saranno *per me* gli effetti di tutta una vita vissuta così?

Una risposta non c'è, ci è sempre stato detto. Abbiamo appena cominciato a pensare, e già siamo in un vicolo cieco. Due sono le possibilità: o mi fermo e rinuncio, oppure invento un pensiero finora mai pensato. Provo a

sviluppare quel ragionare nascosto – ma efficace e attivo! – che ho appena intravisto, e che tratta l'intera esistenza come un singolo giorno della vita.

Non potrebbe la mia stessa vita essere il risultato di quello che ho fatto *prima* della mia nascita, e una preparazione di altri eventi che si manifesteranno *dopo* la morte? A questo punto, inevitabilmente, emerge dentro di me un'altra domanda: è proprio vero che si vive una volta sola?

È una domanda legittima, questa, perché la nostra cultura occidentale non s'è data da fare più di tanto per "dimostrare" che la vita sia una sola: lo dà per scontato, e noi le andiamo appresso in modo automatico. Non viene quasi mai messo in discussione il tipo di pensiero che afferma "si vive una volta sola", come fosse un dogma da credere e basta. Né, d'altra parte, – se si è spregiudicati in modo sano e si vuole mantenere una vera apertura mentale – si può semplicemente sostituire una vecchia fede con una nuova, seppure di contenuto diverso. "Credere" nella reincarnazione, se resta un puro dogma, non rende la vita migliore di come la renda la credenza opposta.

Nel caso della reincarnazione, i conti tornano meglio solo attraverso l'*esperienza* della mia vita, soprattutto se aggiungo un'altra osservazione. È la mia coscienza – cioè sono "io" – a sapere che una giornata di arduo lavoro trova il suo senso in ciò che ho fatto ieri, e che dovrò aspettare domani per cogliere i frutti della mia fatica.

Allora, perché possa essere vero quel sommosso pensiero che anche una singola vita sia come un grande giorno in una serie di tanti grandi giorni, arrivo a pensare che deve esserci una mia coscienza più ampia. Che esista un mio "Io

più saggio”, più consapevole di me, in grado di vedere liberamente il grande giorno, il “grande oggi” della vita presente, come conseguenza del suo “grande ieri” e come premessa per ciò che avverrà nel suo “grande domani”.

Forse i nostri tempi chiedono proprio che l’uomo ponga attenzione a questi pensieri così singolari, perché nuovi, e che decida di far emergere a tutto tondo l’idea che la vita sia paragonabile ad una giornata, cominciando ad osservare le trasformazioni reali che quest’idea comporta soprattutto nel modo di vivere gli incontri e i rapporti che stabiliamo con gli altri.

Un grande aiuto nel ricercare questo tipo di nuove conoscenze lo possiamo trovare nella più completa scienza dell’uomo che sia rintracciabile oggi in occidente, avviata da Rudolf Steiner agli inizi del secolo scorso. Essa attende di essere compresa e sviluppata nella sua rivoluzionaria visione evolutiva del mondo, non meno di quanto accadde ad un’altra scienza, la fisica, dopo l’impulso di Copernico e di Galileo.

In questa direzione e con questi nuovi strumenti, proviamo ad avvicinare il tema avvincente dei rapporti fra le persone.

L’incontro come sfida al pensiero

Ci sono due modi fondamentali di vivere un incontro. Il primo è quello antico dell’abbandonarsi alla spontaneità naturale e alle emozioni. Il secondo è quello di prendere liberamente in mano il rapporto e, considerandolo come un

compito del destino, adoperarsi a comprenderlo sempre meglio. Così facendo, si smette di seguire la girandola dell’emotività immediata e ci si sforza di capire quale specifica provocazione ogni incontro presenti, e come induca a crescere ulteriormente.

Un esempio concreto è dato dalla differenza fondamentale tra com’era vissuto l’incontro al tempo dei Greci, rispetto a come vuol essere impostato oggi. In quell’epoca, quando una persona appariva sulla scena della vita di un’altra, s’impondeva l’immediatezza del rapporto. Basta aprire *Iliade* e *Odissea* per rendersene conto: Ettore, Achille, Penelope, Ulisse, tutti i personaggi di quei poemi straordinari, al primo vedere l’immagine fisica dell’altro intuivano subito la qualità del rapporto, andavano a colpo sicuro. Quello è un nemico, quello è un saggio da ascoltare, quello è un eroe, quella sarà la madre dei miei figli... Oggi, invece, in situazioni analoghe, il senso del destino non è subito chiaro.

Il motivo fondamentale per cui l’incontro era allora così facile e oggi è così difficile, va ricercato nel fatto che ognuno ha ora alle spalle un’evoluzione più lunga e robusta delle sue forze di coscienza. Quando l’altro mi viene incontro, non è il mio istinto ad attivarsi, ma la riflessione, anche se dapprima inconscia. Posto di fronte a una persona, io devo prima tornare in me stesso per farla poi *riemergere dalla mia interiorità*. È come se l’altro fosse lì non per impormi da fuori e immediatamente la sua realtà, ma per far risalire dal profondo del mio stesso essere ciò che lui vi ha provocato nel corso di un lungo passato.

Nell'incontro dei nostri tempi è fondamentale lo sforzo conoscitivo e interpretativo che ognuno aggiunge alla percezione dell'altro, come a saggiare gli impulsi reciproci che si sono scambiati nel corso di una lunga storia. Oggi, anche se non ce ne rendiamo conto, ci incontriamo chiedendoci: "Chi sei, tu, dentro di me? E chi sono diventato, io, dentro di te?".

Ognuno avverte in sé una specie di invito a pensare, a muoversi con maggior cautela di fronte all'altro. Abbiamo bisogno di più tempo per impostare il rapporto giusto, non ci basta più abbandonarci alla spontaneità immediata. L'incontro autentico nasce in proporzione alla possibilità che ci diamo di far affiorare alla luce della coscienza ciò che siamo diventati l'uno dentro l'altro.

È evidente, allora, che le cose diventano molto più complesse e difficili: i tempi della conoscenza si allungano e comportano anche molti più errori.

S'incontra soltanto chi si è cercato

Se gli eventi della vita non si susseguono a caso, ma si fondano sul progetto voluto da un Io in noi, che è più saggio di noi – e sono perciò regolati da leggi spirituali non meno valide e affidabili di quelle di natura –, allora sarà anche vero che ognuno può incontrare soltanto chi ha cercato. La frase del Vangelo "chi cerca trova", non è altro che una conferma di questa legge fondamentale degli incontri fra gli uomini.

È bello pensare che quando incontro una persona non è mai a caso, ma che nell'incontro si manifesta la volontà

del mio e del suo Io migliore. È questo Io più vasto che decide a quali persone noi andiamo incontro e a quali no. Per interpretare sempre meglio il mio destino, devo volgere la mia coscienza ordinaria (quella normale di tutti i giorni, per capirci) verso il pensiero e la volontà della mia "sovracoscienza" (l'Io spirituale), dove tutto viene scelto, pianificato e deciso liberamente. "Sovraconsucia" perché ancora non la conosco bene, dato che ne sto appena supponendo l'esistenza.

Il senso della vita comincia allora a delinearci in modo nuovo. Capisco che due persone, ad esempio, possono nascere in continenti diversi e vivere trent'anni senza conoscersi; poi un bel giorno s'incontrano, s'innamorano e magari condividono tutti gli anni che restano. E se è vero che si sono incontrate per la prima volta a trent'anni, può essere altrettanto vero che, pur senza saperlo al livello della coscienza ordinaria, ogni passo è stato mosso dal loro Io più saggio in modo tale da portarle l'una di fronte all'altra esattamente in quel giorno, in quel luogo, in quell'ora.

Ma perché *dobbiamo* cercarci e incontrarci? Forse perché il nostro destino è un cammino sempre aperto, durante il quale molto è avvenuto, ma molto deve ancora avvenire. Tutto ciò che due persone si sono scambiate in pensieri, sentimenti, desideri, torti, amicizia, delusioni, tutto quello che hanno vissuto l'una a causa dell'altra nel passato, ha creato un mondo comune di forze reali che avvolge i loro Io, paragonabili a forze magnetiche che le conducono, passo dopo passo, a riallacciare in questa vita il loro rapporto per continuarlo.

Nella prospettiva di vite molteplici, di tanti “grandi giorni” da vivere, i desideri e gli ideali sorti grazie alle relazioni già intercorse in un lungo passato sono il filo d’Arianna che in questa vita ci riconduce l’uno di fronte all’altro. Il nostro essere più profondo lo sa, e progetta il nuovo appuntamento per continuare, insieme con l’altro, un percorso di crescita, di evoluzione. La somma dei desideri generati l’uno nell’altro, delle tensioni relative ai campi più disparati dell’umano, è l’attrattiva irresistibile che ci fa incontrare di nuovo: nella famiglia, a scuola, sul posto di lavoro, durante un viaggio...

Pensiamo all’innamoramento: è un fatto reale, un insieme di forze realissime, travolgenti, non è una teoria. Ma da dove vengono queste forze? In che modo e quando mai sono sorte? E perché ci afferrano così all’improvviso? Non è facile recuperare in chiave di pensiero lucido e di pacata conoscenza questo mistero d’irresistibile attrazione che s’instaura fra due persone, se ci si limita a considerare solo quel pezzo di vita – di *questa* vita– in cui i due non si conoscevano nemmeno.

L’incontro che mi fa pensare e quello che mi fa agire

C’è un esperimento interessante e alla portata di tutti che richiede l’intervento attivo sia del pensiero che della volontà, e che si traduce poi in una trasformazione graduale della propria vita e del modo di vivere i rapporti. Ognuno di noi può verificare le seguenti osservazioni, facendole a sua volta: ci sono due tipi fondamentali di incontri, uno

opposto all’altro. Non è difficile individuarli ma finora, forse, non vi abbiamo posto sufficiente attenzione.

C’è un modo di vivere l’incontro (parliamo qui in particolare della prima volta in cui ci s’incontra) in cui l’altro agisce suscitando in me una reazione pacata e spassionata nei suoi confronti. Io resto concentrato sul suo essere così come si presenta alla mia osservazione. Non mi coinvolge emotivamente più di tanto, io faccio le mie considerazioni, metto insieme i vari dati, valuto, giudico *al livello di puro pensiero*. Non reagisco nei suoi confronti con particolare simpatia o antipatia, la sua presenza mi lascia libero e resto concentrato su di lui.

C’è invece un altro tipo d’incontro, del tutto diverso. Quando l’altro mi si presenta davanti, la sua immagine fisica, quello che dice, il suo modo di comportarsi, io non posso farli oggetto di pacata osservazione, ma vivo quasi unicamente l’esperienza delle mie vivaci reazioni interiori verso di lui. Niente di ciò che fa o dice giustifica oggettivamente quello che avviene in me: eppure suscita subito la mia attrazione o repulsione. In altre parole, *agisce sui miei impulsi volitivi*, mi afferra nel mio essere più profondo. Io non sono affatto concentrato sulla sua persona, bensì sono costretto ad occuparmi delle mie intense reazioni interiori nei suoi confronti.

Il primo tipo d’incontro mi porta di più a conoscere l’altro, il secondo mi aiuta a conoscere meglio me stesso.

Sviluppare in sé “l’occhio karmico”, l’occhiata capace di cogliere il messaggio del destino, è una vera e propria ginnastica interiore, nonché uno dei grandi compiti culturali che si affacciano nella coscienza umana. Si tratta di

distinguere sempre meglio il tipo d'incontro che mi lascia libero, perché parla particolarmente al mio pensiero, da quello che mi coinvolge con reazioni del tutto sproporzionate, e mi vincola nella volontà.

Una caratteristica del primo tipo d'incontro è che la persona c'interessa e desta la nostra attenzione conoscitiva: in seguito ne parliamo con altri, la descriviamo, possiamo riferire nei minimi particolari le sue parole, i suoi gesti. Avvertiamo che il rapporto con lei è tutto da costruire perché questa persona non è ancora presente nelle nostre forze volitive.

Nella seconda situazione, invece, prendono il sopravvento i nostri sentimenti, l'attrattiva o il rifiuto, come se ci conoscessimo da sempre. Sembra quasi che la sua sola presenza ci riporti a coscienza un lungo passato e di fronte a questo reagiamo al livello della volontà, perché quel passato vissuto insieme lo portiamo vivo e fattivo in noi.

La qualità polare di questi due tipi di incontri è indagabile anche attraverso alcuni fenomeni collaterali. Quando una persona smuove inizialmente solo la mia spassionata conoscenza, non mi succederà di *sognarla*. Può darsi che avrò a che fare con lei per lungo tempo, magari lavoreremo insieme per anni nello stesso ufficio, eppure non comparirà nei miei sogni. Nell'altro tipo d'incontro, invece, che può essere anche fugace, proprio perché quella persona suscita in me una forte reazione di sentimento e di volontà, la sua immagine comparirà senz'altro, prima o poi, nei miei sogni.

Il fenomeno dell'addormentarsi è, nella sua essenza, un temporaneo allontanarsi della coscienza diurna, quella

più superficiale. Il corpo fisico, con le sue forze e funzioni vitali, se ne sta nel letto, mentre tutto ciò che è di natura animica e spirituale – i pensieri, le emozioni, le volizioni – se ne va. Se una persona mi suscita forti reazioni emotive vuol dire che vive già nella mia anima, e perciò compare nei miei sogni, che sono il modo più consueto di sperimentare ciò che vive nell'anima durante il sonno. Quella che invece è entrata in relazione con me attraverso l'osservazione dei miei sensi fisici, quando il sonno me li ottunde cessa di agire su di me.