

## Prefazione del dott. Roberto Maria Sassone

La psicologia e di conseguenza la psicoterapia si stanno aprendo a nuovi orizzonti e stanno ritrovando dimensioni dell'essere umano che appartengono alla saggezza antica e che la deriva scienziata e materialista hanno offuscato e oscurato, ovvero gli spazi più intimi e sacri della coscienza e della spiritualità.

Queste dimensioni però non sono a discapito della concretezza, non sono in antitesi con l'aspetto vitale, emotivo, mentale e corporeo dell'individuo, bensì lo completano e lo collegano alla sua natura più segreta che costituisce la fiamma dell'anelito di vita, l'humus sovracosciente che è fonte d'ispirazione e di azioni etiche. Questo libro di Francesca Scarano è l'espressione efficace di una sintesi psicologica delle diverse funzioni dell'essere umano e riesce a dare corpo all'interiorità.

*“È necessario iniziare ad ESSERCI, ossia portare uno sguardo di piena presenza ed attenzione consapevole a ciò che accade*

*dentro e fuori di noi, momento per momento”*; così scrive Francesca Scarano, cogliendo il primo gradino di ogni spiritualità.

Chi crede che la spiritualità sia una fuga dalla realtà, una consolazione senza consistenza, ignora che nelle vie tradizionali iniziatiche essa è considerata una “scienza” nel senso più nobile del termine.

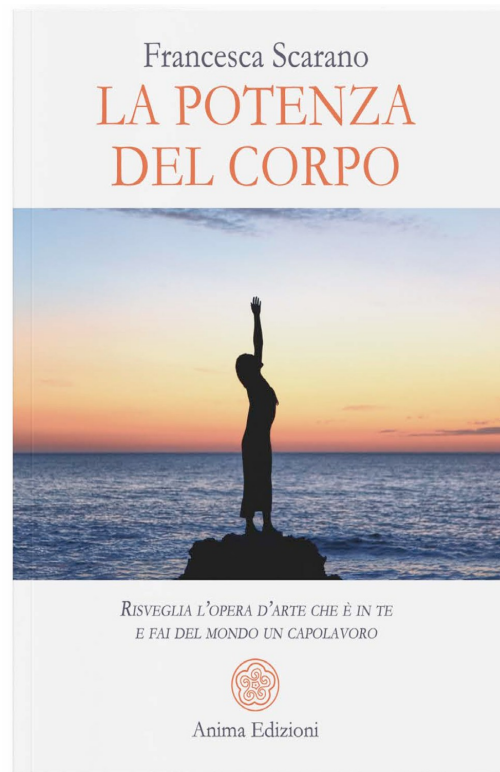
L'ESSERCI è il fulcro delle pratiche meditative alle quali si è aggiunta recentemente la “Mindfulness” che sta acquisendo dignità come strumento terapeutico, comprovata da migliaia di studi scientifici condotti da eminenti neurofisiologi e ricercatori nel campo della PNEI (psico-neuro-endocrino-immunologia).

Nel processo di sviluppo interiore, sostenuto da una “psicologia integrale”, è proprio il corpo con le sue funzioni ad acquisire nuovo spessore, in accordo con la spiritualità sapienziale e non religiosa, che ha indicato il nostro “soma” come fondamento e radicamento della coscienza umana.

Un approccio sistemico alla psicologia integra il passato, consentendo a Freud, a Jung, ad Assagioli, a Reich e a Lowen di prendersi per mano e rimane aperto ad ulteriori balzi verso il futuro dell'essere umano.

Francesca Scarano ci riesce benissimo, partendo dalle quotidiane sofferenze dei suoi pazienti, dal loro senso d'inadeguatezza, dalle loro ferite, attraversando le memorie emozionali radicate nel corpo, fino a giungere all'ESSERCI che apre alla sacralità dell'individuo.

Un tempo ho chiamato questo viaggio “scienza della coscienza”, ed oggi vedo che



con altri nomi la psicologia più avanzata, di cui Francesca è un'esponente, si muove in questa direzione.

Una psicologia che nega la spiritualità a mio avviso è parziale e deruba l'uomo della sua grandezza, rendendolo un coacervo di emozioni e operazioni mentali senza una Luce che lo guida dall'interno. C'è la tendenza in questo periodo storico a voler trasmettere un'immagine di uomo-macchina, un ibrido che si fonde con l'intelligenza artificiale. Un siffatto individuo all'apparenza è vivo, ma nel fondo è spento.

Bisogna sviluppare l'intelligenza del Cuore e le sue intuizioni.

Il Cuore è il "mozzo della ruota", attorno al quale si manifesta la variegata complessità dell'essere umano. Il Cuore è l'uscio che ci schiude al Sacro. Dal cuore nasce lo sguardo del Testimone.

Dice Francesca Scarano: *"Apriamo bene gli occhi per vederci chiaro, di qualsiasi cosa si tratti. Ed è così che la luce della coscienza inizierà il suo processo alchemico di trasformazione"*. Questo è lo sguardo di cui parlo.

Auguro a questo libro, che ha un'anima, di recare ispirazione sia agli psicologi che ad ogni altro lettore.

***Roberto Maria Sassone***