

LA MORTE



Argomento duro e freddo, quello della morte. La sola parola genera una reazione.

Perché iniziare proprio parlando di questo?

Perché rappresenta il centro della nostra esistenza ed è un processo non compreso; perché risolverlo può trasformare la vita in qualcosa di potente e meraviglioso e perché è in stretta relazione con un altro evento fondamentale per l'esistenza e altrettanto incompreso: la nascita.

Ma... andiamo con ordine.

Cosa esiste di più misterioso di una nascita?

Forse è ancora più misteriosa della morte.

Proviamo a pensarci.

La morte è definita un mistero perché spaventa, perché nella speranza o nella percezione istintiva che non sia la conclusione dell'esistenza conduce a chiedersi se – e cosa – potrebbe esserci dopo; ma di fatto, forse, è meno stravagante e magica della nascita.

Infatti la cessazione di qualcosa trova la sua spiegazione nel logorio che il tempo genera sulla materia, ma quale straordinaria e misteriosa Forza produce la

nascita della vita? E perché? Tutti noi conosciamo gli elementi chimici e ambientali che a partire da un seme influenzano le condizioni per lo sviluppo di una pianta; ma dietro a essi, cosa induce tali elementi a convergere per produrre quel risultato che definiamo una nuova nascita?

Siamo abituati all'idea che da un feto si sviluppi un bambino e ognuno di noi è stato un bimbo; quante persone, però, hanno riflettuto per più di qualche secondo sul fatto che in un dato momento sono state della dimensione di pochi centimetri? In quanti considerano che nel nostro corpo muoiono e nascono costantemente milioni di cellule? Nascita e morte si susseguono senza interruzione.

Esse sono percepite ordinariamente come la partenza da un punto e l'arrivo a un altro definitivo e conclusivo punto. Eppure, l'intera osservazione della natura fa pensare a un cerchio, piuttosto che a una linea retta.

In natura non sembra esistere una linea che proceda dalla nascita per concludersi con la morte, ma piuttosto un percorso circolare che appare infinito, nel quale nascita e morte si alternano; oppure, un susseguirsi di trasformazioni di una sostanza in un'altra, senza nascita e senza morte, con una continuità di esistenza che muta forma, attributi e qualità.

Si tratta di capire se nascita e morte esistono (in termini di cessazione della coscienza), oppure se non rappresentino la prima grande illusione prodotta dalla mente, ingannata dalle limitate percezioni sensoriali.

EVOLUZIONE



Come abbiamo accennato, a un certo punto dell'evoluzione di un "ominide" accade qualcosa di imprevisto, che i paleontologi definiscono *il grande balzo in avanti*. La porzione di studiosi che si occupa dell'evoluzione umana non è d'accordo su nulla, nemmeno sul luogo in cui sarebbe avvenuto questo grande mutamento.

Il grande balzo in avanti rimane ufficialmente un evento misterioso e nessun tentativo di spiegarlo trova convincenti prove scientifiche.

La teoria di un intervento esterno, che avrebbe generato una mutazione in taluni ceppi umani (in seguito contaminatisi con altri), non è affatto azzardata.

Pietro Buffa, biologo molecolare vincitore del premio internazionale Marie Curie, ha sviluppato una ricerca estremamente complessa per trovare risposta a questo balzo evolutivo, ritenendo plausibile che esso sia avvenuto in seguito a una manipolazione genetica attuata da una civiltà non appartenente al nostro pianeta.

Non è l'unico scienziato ad esprimere una simile opinione, anche se di solito possono permetterselo pubblicamente solo coloro che sono ormai talmente

affermati da non rischiare una scomunica da parte dell'ortodossia scientifica.

I ritrovamenti archeologici in termini di dipinti, incisioni rupestri, statuette e oggetti "impossibili", sono numericamente tanto elevati da non lasciare nessun dubbio sul fatto che intelligenze extra-planetary abbiano sistematicamente visitato la Terra in tempi remoti.

Assieme a questi ritrovamenti, vanno considerati anche gli innumerevoli testi e tradizioni – presenti nelle epopee di tutti i popoli del pianeta – che riportano dettagli straordinari al vaglio degli studiosi moderni da molti decenni.

Naturalmente, il fatto che visitatori provenienti da altri pianeti possano essere discesi sul nostro, non implicherebbe necessariamente una interazione di-



IL MONDO INTERIORE



Tutta la scienza, dagli albori della sua nascita a oggi, ha costantemente guardato verso l'esterno. In realtà non è del tutto vero, perché le intuizioni scientifiche che hanno originato molte teorie sono provenute in fin dei conti dall'interno dello scienziato. Diciamo piuttosto che i metodi e gli strumenti della scienza moderna sono da sempre puntati verso l'esterno.

Studiare il mondo che ci circonda e l'universo visibile è senza dubbio un modo per conoscere la Vita e capire di più. È un modo. Solo un modo. Non l'unico.

Se togliamo alla parola "scienza" il suo afflato sacralizzato da qualche secolo di razionalismo un po' arrogante, uno scienziato vero (e non semplicemente al servizio dell'establishment) è un *ricercatore della verità*; ossia, un uomo o una donna che cercano di scoprire le cause di ciò che osservano e le origini di tutto ciò che esiste.

Lo scienziato insegue l'origine puntando la lente d'ingrandimento dell'intelligenza e dell'intuizione verso il mondo visibile, con alcune punte di astrazione che devono trovare conferma in termini matematici o sperimentali. È una forma di ricerca del vero.

Purtroppo, negli ultimi secoli, la scienza si è imposta come l'unica forma di ricerca affidabile e concreta. Di fatto... non lo è! Non è l'unica e inoltre è efficace solo per un certo genere di ricerca. Tutto ciò che si trova al di fuori di ogni comprensione matematica o di qualsiasi osservazione strumentale è completamente al di fuori anche dalla portata di questo tipo di scienza.

Esiste una *scienza interiore* che utilizza altri sistemi per comprendere la Realtà e probabilmente in una società veramente avanzata ed evoluta queste due scienze dovrebbero muoversi all'unisono.

La prima – quella che nella nostra epoca è riconosciuta come l'unica scienza – si muove con parametri oggettivi. Ciò significa che ogni scoperta, teoria o conclusione può essere condivisa da tutti (o meglio, da tutti coloro che rientrano in una certa categoria).

La seconda, la *scienza interiore*, si muove attraverso parametri soggettivi. Questo vuol dire che le scoperte, le intuizioni e le realizzazioni individuali, non possono essere immediatamente condivise con chiunque, così come non è possibile trasmettere a un amico la reale esperienza soggettiva di un viaggio che lui non ha fatto (nemmeno raccontandoglielo).

Questa soggettività rende tal genere di ricerca poco considerata dagli scienziati moderni, ma non la rende meno veritiera e oggettiva nelle conclusioni a cui può portare. In realtà, ciò vale per qualsiasi esperienza.

Se vedete una pantera nera nel giardino di casa vostra (esperienza reale vissuta da un nostro amico) e nessun altro l'ha vista, raccontandolo risulterete poco

LA CONQUISTA DEL DOMANI



Tutta la letteratura che si occupa di spiritualità, esoterismo e ricerca interiore, parla di *evoluzione*. Evoluzione della coscienza e degli strumenti attraverso cui essa può esprimersi e sperimentare. Questa *evoluzione* ha poco a che vedere – o meglio nulla – con l'evoluzione naturale. Quest'ultima è un vasto e impetuoso fiume che trascina tutto in una sola direzione, noncurante delle specifiche individualità; e benché la corrente sia potente, a causa della larghezza del fiume è anche esasperatamente lenta.

L'*evoluzione* di cui parlano la letteratura e le tradizioni spirituali descrive il percorso per CONQUISTARE IL DOMANI, per ottenere oggi ciò che secondo linee naturali potrebbe avvenire – senza alcuna certezza – in centinaia, migliaia, o milioni di anni.

È abbastanza importante capire questo fatto, perché giustifica le difficoltà che s'incontrano per realizzare un cambiamento vero e profondo. Da un certo punto di vista si potrebbe affermare che la Natura preme nella direzione opposta. Le leggi naturali mirano a ottenere il massimo risultato con il minimo sforzo, attraverso un processo *meccanico*.

Noi usiamo pochissima energia per far battere il cuore, proprio perché il processo è automatico. Se dovessimo ottenere il medesimo risultato attraverso la nostra attenzione consapevole, sprecheremmo così tanta energia da non averne a disposizione per null'altro.

Ecco a cosa serve la *meccanicità*. Essa è utile. Purtroppo questa legge agisce autonomamente per molte altre cose, compresi i processi mentali ed emozionali. Per questo il cambiamento è difficile; esso richiede volontà, energia e concentrazione.

Noi disponiamo anche di un complesso potenziale energetico che sembra rappresentare l'essere umano del futuro, nel senso che la sua attività è attualmente minima. Secondo la letteratura antica e molte tradizioni, questo complesso apparato – composto di sostanza non visibile – è ciò che realmente ci differenzia dal regno animale. Si tratta di un potente e articolato “motore” che – se attivato – può spingerci oltre l'evoluzione conosciuta.

Cosa significa dunque evolvere?

Il pensiero deve cambiare.

La sensibilità nelle emozioni deve cambiare.

La consapevolezza complessiva deve cambiare.

La struttura energetica deve attivarsi e svilupparsi.

Senza questi quattro cambiamenti non si può produrre un passaggio interiore che permanga oltre il momento che definiamo “morte”.

IL LATO NASCOSTO



Dei diagrammi che seguiranno possiamo servirci solo per fornirci un'idea del concetto di un universo multidimensionale, usando come base alcune descrizioni condivise da tradizioni antiche.

Ciò che più ci interessa è parlare di quei *centri sottili*, l'esistenza dei quali motiva molti procedimenti propri allo *yoga* (non inteso come sequenza di movimenti fisici, ma come via di realizzazione interiore).

Senza accennare alla loro relazione con dimensioni vibratorie differenti da quella materiale, molte pratiche diventano incomprensibili.

Gli schemi e le spiegazioni sono volutamente semplificati (ne esistono di ben più complessi e completi, frutto di un paziente lavoro di altri autori). Teniamo però presente che pretendere di studiare l'universo o la natura umana attraverso diagrammi e complesse spiegazioni, a nostro avviso rischia di trasformarsi in un fuorviante esercizio intellettuale. È sufficiente capire ciò che sta alla base di queste conoscenze per meglio orientare la pratica. Vi preghiamo quindi – ancora una volta – di non cadere nella tentazione di pensare che disegni e semplici spiegazioni possano definire una

realtà multidimensionale. Sono invece utili per sintonizzare la mente e attivare una più profonda sensibilità interiore, situata ben oltre le facoltà intellettive di ognuno.

Le più antiche tradizioni affermano che il nostro universo è composto da *sette livelli vibratorii differenti*, dal primo e più denso (materiale), al settimo e più rarefatto. Oltre, secondo queste tradizioni, esiste la Causa di tutti questi mondi, di cui non parleremo (argomento che abbiamo trattato nel libro “La fede nuda”).

Le smisurate dimensioni dell’universo materiale (per altro in espansione) sono molto inferiori al più rarefatto universo che lo contiene; questo è inferiore al successivo e così via.

Normalmente gli schemi usati per descrivere tali “piani”, o multi-universi, sono presentati con sezioni verticali, dal più basso al più alto. Esiste una certa logica in questo genere di presentazione, perché l’istinto umano – riferendosi a qualcosa di “spirituale” – è sempre stato quello di guardare in alto.

Come vedremo, la logica è data anche dal fatto che esiste una relazione tra i *Sette Centri Sottili* (Chakra) e i sette universi di cui si parla. Indubbiamente, dal basso verso l’alto, nella verticalità della posizione umana, percepiamo un’ascesi che va dal materiale allo spirituale. Per questa ragione presentiamo il primo schema rispettando la grafica in verticale, ma vogliamo ricordare che “alto” e “basso” sono solo percezioni della mente e pensare a qualcosa di spirituale come “in alto” è alquanto limitato.

LE TRE SFERE DI COSCIENZA



Nello schema relativo al Piano Emozionale abbiamo visto una tripartizione che – per chi ha una certa dimestichezza con la filosofia indiana – possiamo equiparare ai *Tre Guna*: TAMAS (*emotivo inferiore*), RAJAS (*emotivo superiore*) e SATVAS (*emotivo mentale*).

In realtà, come abbiamo già detto altrove, i Guna non sono semplici attributi di minore o maggiore positività, ma più complessi principi che mantengono in essere ciò che conosciamo come Vita Manifesta.

Tuttavia, interpretati in maniera più riduttiva – anche se non errata – possiamo compararli ai tre livelli di tendenze umane.

Come abbiamo visto, l'essere umano sperimenta un mondo prevalentemente emozionale, che va dall'energia densa del primo centro, a quella più acqueea del secondo centro, fino a quella aerea del terzo. Ciò che non ha ancora sperimentato è il fuoco del quarto.

L'energia sale naturalmente verso l'alto, di chakra in chakra e ciò non vale solo per il piano prettamente energetico, ma anche per quello psichico. Per passare a un livello superiore è necessario raffinare e trasformare l'energia e le qualità "psichiche" inferiori.

Questo significa che per stabilizzarsi definitivamente nell'*emotivo superiore*, l'emotivo inferiore deve prima essere padroneggiato e poi trasformato.

Si tratta di un lavoro che rappresenta una parte fondamentale del Raja Yoga e che nel linguaggio moderno possiamo descrivere come *aderenza ai principi etici*.

È abbastanza comune osservare persone che s'impegnano in un percorso di crescita interiore, che si dedicano alla meditazione e tuttavia esprimono con straordinaria naturalezza rancori, giudizi e conflittualità. Se questi aspetti non sono trasformati si rimane ancorati alla natura inferiore, indipendentemente dal fatto che si verifichino minori o maggiori occasioni per manifestare tali qualità.

I centri sottili partono dall'emotivo umano salendo in direzione dell'emotivo Divino. Dal grossolano al sottile. Analogo percorso deve essere praticato consapevolmente, individuando gli aspetti che ci legano alla natura animale, per trasformarli e innalzarli progressivamente, fino a stabilizzarli in una sfera superiore.

Di fatto, il lavoro sarebbe semplice. In parte è ciò che hanno proposto molte religioni, ponendo codici etici (troppo spesso violati dai loro stessi esponenti).

Nell'*emotivo mentale* risiedono le qualità *satviche* capaci di dominare la natura animale e istintuale. Per attingervi, occorre sviluppare la *Volontà* tramite l'energia del terzo chakra, in unità con le qualità più universali del quarto. Prima di avere elevato la sfera della personalità, rappresentata dai primi tre centri, lo svi-

DALL'UMANO AL DIVINO



Nel nostro mondo ogni parola rappresenta un simbolo. Questo è il linguaggio: una serie di simboli. Tali simboli però non hanno una sola interpretazione, uguale per tutti. Il linguaggio della geometria e della matematica è straordinario perché uguale sempre e ovunque. Può non essere compreso, ma se lo è, il significato rimane univoco. Non è così per le parole che usiamo quotidianamente e questo rappresenta un grande svantaggio nella comunicazione.

La parola Dio ha come significato etimologico quello di “luce”, “splendente”, “brillante”; ma se chiedete ad una persona: «Tu credi nell’esistenza di Dio?», essa non risponderà: «A quale tipo di luce ti riferisci?».

Normalmente non chiederà nemmeno: «Cosa intendi esattamente con la parola Dio?». Niente di tutto ciò. Risponderà semplicemente sì, o no; e questa risposta si riferirà unicamente alla sua personale idea di Dio, del tutto incurante di quale potrebbe essere la vostra.

Questo è ciò che chiamiamo eufemisticamente “comunicazione”. Perciò, cosa può evocare in ognuno il titolo di questo capitolo, o l’immagine nella pagina a lato? L’ipotetico volto di Gesù lo abbiamo scelto

come ricordo ed emblema di tutta una catena di esseri che hanno esemplificato principi elevati. Ugualmente per le rappresentazioni del Buddha.

Però, osservando l'immagine della pagina precedente possiamo chiederci: è fattibile guardare quel volto senza che si attivino pensieri o sensazioni collegate, al negativo o al positivo, all'esperienza che ognuno ha vissuto – o vive – con la religione cristiana? Fino a che punto un simbolo qualsiasi – immagine o parola – può essere recepito a prescindere da esperienze e condizionamenti personali?

Immaginiamo che due persone stiano dialogando sulla presumibile datazione del *big bang*; coglieremmo una discussione di carattere scientifico e razionale. Se però ascoltassimo due persone che discutono su quando Dio può avere creato tutto ciò che esiste, non interpreteremmo la scena come una discussione razionale o scientifica, ma come un dialogo religioso.

Eppure, entrambe le coppie starebbero parlando della stessa cosa: una ipotesi sulla nascita dell'universo conosciuto.

Riflettendoci e immaginando realmente le due scene, come se le vivessimo ora, possiamo cogliere un fatto interessante: nel caso della disquisizione sul Big Bang daremmo un significato e una credibilità al dialogo (o l'opposto per un credente convinto), totalmente diversa dal dialogo sulla creazione di Dio.

Benché entrambi i dialoghi si fondino sul “quando”, ossia sull'ipotetico momento in cui l'universo è

DALLA PAURA ALL'AMORE



Qual'è il rapporto antico fra l'essere umano e l'idea di Dio? Parliamo dell'*idea* di Dio e non di un'ipotetica realtà divina. Da Oriente a Occidente, con poche eccezioni, è qualcosa che si è espresso attraverso simbologie antropomorfe e che ha enunciato tutte le limitazioni e le contraddizioni che contraddistinguono le relazioni umane.

Nel Vecchio Testamento ci è presentato un dio rancoroso, violento, prevaricatore. Il Nuovo Testamento (ciò che hanno scelto per rappresentare le parole di Gesù) sembra indicare una differente immagine di Dio; eppure, il cristianesimo dichiara l'esistenza del peccato originale e quella di un inferno di eterna dannazione, per chi trasgredisce le leggi spirituali.

Paura, premio e punizione: la più antica ed elementare concezione, ormai superata perfino dalla moderna psicologia nell'educazione dei bambini.

Le religioni pre-cristiane sono stracolme di divinità che interferiscono con la vita degli uomini, concedendo favori – o dispensando problemi – in cambio di adorazione e sacrifici. In Oriente, nelle espressioni religiose più “popolane”, la spiritualità e il rapporto

con il divino sono paragonabili al tifo per il calcio: chi tiene a Shiva, chi a Vishnu, chi a Krshna, e così via. Ed esattamente come nel mondo del calcio (diversamente che nella politica), difficilmente i “fedeli” cambiano squadra.

Un'altra caratteristica della religiosità antica è quella di essere prevalentemente fondata sul concetto di “sacrificio”. Questo termine significa *Ufficio Sacro*. L'*officiante* è colui che detiene l'autorità per compiere l'ufficio sacro (un sacerdote, un facente parte di una casta elitaria).

Il termine “sacro” deriva dall'accadico *saquaru* (invocare la divinità), *sakaru* (che significa porre un veto, interdire), e *saqru* (elevato).

La casta sacerdotale compie un “ufficio-azione” per invocare una divinità e – contemporaneamente – sbarra la strada a tale possibilità per chiunque sia al di fuori della casta. Si pone quindi come *barriera-intermediatoria* tra l'uomo e il divino e non come “Ponte” fra l'uomo e il divino (significato che dovrebbe avere la parola *Pontefice*).

Nell'origine sanscrita del termine “*Sacro*” troviamo invece la parola *sac-ate*, con un duplice significato: *accompagnare* e *adorare*. Per comprendere l'etimologia di quest'ultima parola (adorare) separiamola: *ad orare*, che significa rivolgere la parola, supplicare, o invocare.

Questo termine in realtà proviene dalla tradizione egiziana (e forse più antica), in seguito passata ai romani, nella quale incontrando una persona considerata autorevole o meritevole di stima, con la mano destra

IL CAMMINO PERSONALE



La vita è un cammino che porta dalla nascita alla morte. Per coloro che pensano in termini allargati e considerano il processo evolutivo come un percorso che include incarnazioni alternate ad esperienze su altri piani, questo cammino è visto in modo più ampio e complesso.

Rimane il dato di fatto inequivocabile che noi esistiamo e siamo coscienti qui, ora, in questo spazio-tempo. In questo momento si compie il nostro cammino.

Una singola esistenza è una successione di anni? Sì e no! Sarebbe più corretto affermare che è una sequenza di giorni. Non di ore, ma di giorni (anche se un giorno è composto da ore e le ore da minuti).

Diciamo questo perché nell'arco delle ventiquattro ore, che compongono una giornata, abbiamo l'insieme delle caratteristiche naturali che rappresentano la vita su questo pianeta: l'alternarsi di notte e giorno, le qualità differenti che la natura enuncia suddivise in quattro distinti momenti (come le stagioni in un anno), i concetti di attività e riposo e – complessivamente – l'attraversamento di fasi simbolicamente rappresentative di una vita intera (simbolismo che non si

riscontra all'interno di una singola ora). Una giornata di vita, le nostre ordinarie ventiquattro ore, sono il principale oggetto di attenzione per un lavoro in sé stessi compiuto in maniera razionale.

La prima cosa da considerare riguarda due momenti della giornata: quello in cui ci apprestiamo a dormire e il momento del risveglio. Essi si influenzano vicendevolmente. La natura del sonno è condizionata certamente dall'intera giornata, ma le due ore immediatamente precedenti al sonno influenzano notevolmente la qualità dell'attività onirica notturna. Questa, a sua volta, influisce sul risveglio mattutino, sulla predisposizione mentale ed emozionale con la quale ci apprestiamo ad affrontare la giornata.



Preparazione al sonno

La notte può rappresentare un'interessante fonte di informazioni provenienti da aree cui non si è consapevoli nello stato di veglia; informazioni che rivelano in che modo si muove, dove è diretta e quali impedimenti incontra l'energia che si agita a livello inconscio.

Il sonno può anche diventare un ambito nel quale è possibile attingere coscientemente a piani differenti da quello che sperimentiamo in uno stato di coscienza ordinaria.

Entrambe le possibilità possono essere conseguite in modo volontario, ma certamente esistono alcune

I QUATTRO PILASTRI



Qualunque sia il nostro stile di vita o ciò che stiamo imparando, per accrescere in consapevolezza e coscienza del mondo in cui viviamo, esistono alcuni aspetti che sono indispensabili per un'evoluzione autocosciente: *la raffinazione delle emozioni, il controllo dei processi meccanici del pensiero, lo sviluppo della volontà e il Quarto Pilastro.*

Raffinazione delle emozioni

Le emozioni devono essere innalzate dalla sfera animale – istinti, paure, reazioni condizionate – ad una superiore (comunque la si voglia chiamare).

Non vi è altro modo, se non quello di rifiutare la schiavitù di emozioni negative e grette.

Esiste una sottile e insidiosa separazione tra quanto detto e l'assumere (perfino con sé stessi) una forma di recitazione benevola.

Ci si può arrabbiare, ma essere schiavi della rabbia non permette il cambiamento.

Si possono avere paure, ma esserne schiavi e non cercare di superarle impedisce il cambiamento.

Si possono sperimentare emozioni di natura poco edificante, ma è importante riconoscerle, guardarle per

quello che sono, non raccontare a sé stessi o agli altri delle balle e cercare di superarle. In altre parole: non siamo perfetti, ma cercare onestamente un certo grado di perfettibilità è indispensabile. Senza questa continua volontà di migliorarci, possiamo sederci in meditazione tutti i giorni, ma rischiamo solo di prenderci in giro.

Chiunque è in grado di valutare quali siano gli stati emozionali che recano danno a sé stessi e agli altri. Basta osservare il mondo e stabilire cosa dovrebbe cambiare per gli interessi di tutta l'umanità.

Giusto e sbagliato sono scritti nei cuori della maggior parte delle persone. Non è questa, l'istintiva conoscenza che manca, ma piuttosto il coraggio o la volontà per vivere coerentemente ad essa.

Si vive nella menzogna per interesse o per paura. Vederlo, vederlo chiaramente è assolutamente fondamentale. Non dobbiamo – non possiamo – trasformarci in pochi mesi in qualcosa di superiore, ma dobbiamo – e possiamo – decidere di non mentire a noi stessi e lottare ogni giorno per diventare meno egoisti e meno spaventati, sviluppando sul piano emozionale sentimenti e tendenze più raffinate.

Controllo del pensiero

Oltre agli aspetti propri al mondo delle emozioni è necessario un lavoro sul “pensiero” (estremamente connesso alla sfera emozionale). Il pensiero, per essere funzionale e produrre *intelligenza*, deve essere mantenuto separato dalle reazioni emotive di superficie, ed

IL SOFFIO DELL'INVISIBILE



La bellezza di ciò che possiamo percepire è il riflesso tangibile di quello che non riusciamo a vedere e che non possiamo cogliere direttamente. Ogni causa primaria del visibile deve necessariamente risiedere nel non visibile, perché del seme cogliamo la forma, ma la Forza che lo muta in albero possente è celata ai nostri occhi ed ogni sostanza sensibile sorge dal vuoto. Un vuoto che non è “assenza”, ma sostanza celata. Siamo ciechi, dinanzi alle cause di tutto ciò che esiste; ma possiamo sviluppare una vista interiore.

Vi è poco da dire sulla percezione di quanto è nascosto dietro al visibile e all'udibile, perché si pone oltre la natura del pensiero.

Per coglierlo, per averne possibilità, dobbiamo cessare di concentrarci sempre e solo su ciò che i sensi fisici facilmente captano della vita.

Prima e – con delicata sensibilità – dobbiamo usare i sensi per cogliere quanto possiamo, anche se si trova “altrove”, rispetto a dove poniamo la nostra attenzione. Un suono o una voce lontani, un riflesso di luce celato in bella vista, le sensazioni sulla pelle, un

profumo appena accennato, un retrogusto nascosto da un sapore predominante. Sfumature. Dettagli normalmente impercettibili. Eventi che si compiono un po' lontani dal luogo in cui ci troviamo.

La nostra attenzione è sempre posta sull'utile, sul vicino, sull'immediato. Crediamo di essere nella realtà, ma non lo siamo, perché perfino di quella più tangibile e materica percepiamo sempre e solo una frazione infinitesimale.

Non possiamo cogliere l'invisibile, perché non siamo educati a percepire gli aspetti più rarefatti del visibile. Pur essendo circondati da suoni, profumi, luci e ombre, percezioni di caldo e freddo, reagiamo solo agli stimoli più grossolani di questi fenomeni.

Occorre sviluppare la sensibilità attraverso l'estensione della propria attenzione, divenendo più consapevoli dell'ambiente; cogliendone i dettagli più timidi a mostrarsi, come accade nel voler capire il reale pensiero o le emozioni nascoste delle persone.

Non serve diventare eroi della Marvel per leggere il pensiero, cogliere il piacere e il dolore celati, percepire le intenzioni di chi ci parla e comprendere le cause di ciò che osserviamo. Basta accrescere la sensibilità nell'osservare.

Ma l'osservazione reale e la vera percezione non riguardano il pensiero. Il pensiero le oscura. Esse fanno parte di una proprietà della coscienza e non riguardano la personalità condizionata. Occorre estendere le percezioni sensoriali per percepire e non per una qualche

IL PROGETTO SPHERA



Tutti i testi di questa collana fanno parte del PROGETTO SPHERA, al quale aderiscono associazioni e professionisti che credono nella diffusione di insegnamenti e ideali che possono migliorare la vita di ognuno, in termini umani e spirituali.

Il PROGETTO SPHERA include iniziative pubbliche, conferenze, seminari di insegnamento e produzioni musicali studiate per generare effetti positivi sulla mente, in collaborazione con chiunque senta l'esigenza di dare una risposta più profonda alla vita, per sé stesso e per i propri cari.

I proventi di questi libri sono utilizzati per la ristampa dei testi e per l'organizzazione delle iniziative tramite cui favorire la diffusione dei contenuti trattati.

In collaborazione con Inner Innovation Project, SPHERA presenta un metodo concreto per la riscoperta e la pratica delle Scienze Interiori come strumento per la realizzazione di sé stessi e la diffusione di concezioni etiche di natura universale, perché crediamo fortemente che ogni vero e duraturo cambiamento sociale può partire solo da un miglioramento individuale e dall'acquisizione di una maggiore saggezza in ogni aspetto della vita.