



# Corsi on Line di Erba Sacra

## LA CREATIVITA'

ANTONIO SBISÀ



*Questo corso è riconosciuto come credito  
didattico valido per la formazione professionale  
dell'Accademia Opera – [www.accademiaopera.it](http://www.accademiaopera.it)*

## Presentazione

Questo testo comprende l'invito alla creatività esteso a due aspetti fondamentali e diversi, ma intrecciati. Un aspetto riguarda le teorie filosofiche, psicologiche ed esoteriche-spirituali, in base alle quali i nostri pensieri creano la nostra realtà. I pensieri si materializzano, plasmano la materia e la realtà, diventano eventi reali oggettivi. Il secondo aspetto riguarda le motivazioni ed i percorsi del processo creativo. Viene quindi presentata l'analisi scientifica della creatività e si verifica come questa sia 'olistica', nel senso che comprenda tutte le componenti della natura umana, armonizzando lo spirito, il cuore, la mente, il corpo. Questi due aspetti non sono la stessa cosa. Una persona crea comunque la sua realtà, anche se questa fosse una vita conservatrice, conformista, chiusa. Ma se conosce e sperimenta, sceglie, la creatività, come modalità di comportamento e di vita, allora il suo pensiero creerà una vita per sua natura 'creativa'.

Questo testo sulla creatività comprende:

- una prima parte che propone l'invito alla creatività indirizzandosi subito alla teoria del pensiero che crea; vengono presentate le fonti dove approfondire questo, anche parallelamente;
- una seconda parte che costituisce l'analisi scientifica e filosofica della creatività;
- altre due parti che simboleggiano l'applicazione alla vita quotidiana ed indicano i processi formativi che stimolino la creatività.

Data la necessità di un limite fisico alle pagine di un testo, qui la prima e le ultime due parti vengono solo accennate, mentre l'analisi scientifica risulta esauriente.



# Indice

& - Parte prima

L'invito alla creatività

1 – Prologo

2 – Il pensiero crea Testi per la riflessione

2.1 – Su che cosa sia la nostra realtà

2.2 - *Il potere personale*

*Testi tratti da B. Marciniak, La via del risveglio planetario, edizioni Stazione celeste*

3 - Perché e come partire ...per la creatività felice

3.1 – La partenza: alienati, repressi e contenti

3.2 - Il risveglio, il coraggio e l'incanto



& - Parte seconda

L'analisi scientifica della creatività

## **Introduzione**

Perché la creatività?

Creatività e società

## **I - IL PENSIERO CREATIVO**

Pensiero divergente e convergente

La creatività scientifica

Le motivazioni di crescita

L'intelligenza creativa

Il pensiero dialettico

## **II - SENSO E RAGIONE**

Teoria del campo

Sviluppo e repressione sensoriale

Arte e scienza

La dimensione estetica

La trasformazione dell'uomo

## **III - ESPERIENZA E PERSONALITÀ**

La persona creativa

La crisi dell'individuo

L'esperienza

L'autorealizzazione

L'espansione della coscienza

#### **IV - STRATEGIE FORMATIVE**

Crisi dell'ideologia

Educazione come emancipazione



#### **& - Parte terza**

##### **3 - Ai confini della realtà**

3.1 - La creatività e la spiritualità

3.2 - Occhi di fuoco

3.3 - Il sentiero dei piaceri e dei desideri



#### **& - Parte quarta**

##### **4 - Percorsi formativi**

4.1- Il processo di autoriflessione come formazione

4.2 - La nuova era erotica

4.3 - La creatività interdimensionale

4.4 - La mutazione planetaria

#### **CONGEDO**

#### **BIBLIOGRAFIA**

#### **TEST FINALE**



## PARTE PRIMA

### 1 - Prologo

Propongo un testo ed un percorso che invita alla comprensione ed alla pratica della creatività. E' composto di una parte introduttiva e finale che s'ispira alla convinzione base che 'il pensiero crea', ed una parte centrale sull'analisi scientifica e filosofica della creatività. Qui non si parla ancora del pensiero che crea, ma aiuterà a comprendere che cosa voglia dire 'creare'. Il pensiero crea comunque qualsiasi cosa noi pensiamo. Noi possiamo realizzare una vita che crei una ripetizione delle abitudini e delle limitazioni. Ma possiamo anche creare una vita aperta alla creatività, nel senso che amplifichi e realizzi le potenzialità della nostra natura umana e cosmica e delle nostre persone. Quindi la comprensione scientifica e formativa della creatività ci aiuta meglio a progettare i contenuti dei pensieri creativi.

Che cosa richiama ricorda fa pensare l'idea della creatività? Abbiamo dei riferimenti immediati: - la creatività come capacità possibilità specifica dell'artista; la creatività come comportamento psicologico e sociale che si allontana dal conformismo; - la creatività del Dio che crea; - la creatività collegata a forme di visualizzazione e di immaginazione. La creatività comporta la coltivazione delle emozioni e degli stati d'animo come l'entusiasmo, il piacere, il gusto del mistero, l'amore. Si fonda sull'aspirazione alla felicità e la rende possibile. Richiede la fede, il coraggio, il gusto della ricerca e dell'esplorazione. Testimonia una tendenza all'espansione della coscienza e della vita. In questi termini il compito di educare e formare alla creatività riguarda un orientamento base della vita totale, olistica. Si pone alla base di una spiritualità concepita come creazione e manifestazione del Dio in noi e negli universi.

Il risveglio della creatività implica il riconoscimento ed il superamento di pregiudizi e di credenze convinzioni che limitano in partenza la stessa concezione delle potenzialità umane.

“ Voi formate il tessuto della vostra esperienza con le vostre convinzioni e con le vostre aspettative. Queste idee personali su voi stessi e sulla natura della realtà influiranno sui vostri pensieri e sulle vostre emozioni. Voi considerate come verità le vostre convinzioni riguardo la realtà, e non le analizzate quasi mai. Vi sembra che si spieghino da sole. Per la vostra mente sono come affermazioni di fatto, fin troppo ovvie per essere esaminate. Quindi troppo spesso le convinzioni vengono accettate senza essere sottoposte a nessun vaglio. Non vengono riconosciute come convinzioni riguardo la realtà, ma vengono piuttosto considerate come caratteristiche stesse della realtà. Quasi sempre queste idee sembrano indiscutibili, sono parte di voi a tal punto che non vi occorre indagare sulla loro validità. Divengono assunti invisibili, nondimeno colorano e formano la vostra esperienza personale. “

Facciamo un esempio immaginando la diffusione universale e vissuta di alcune rivoluzionarie condizioni della vita:

- ciascuno di noi è una scintilla divina; è un Sé illimitato e non ha confini nello spazio e nel tempo;
- non esiste la morte come noi la concepiamo, esiste un'espansione continua della vita; cambiano i corpi e le condizioni ambientali, ma i nostri compiti evolutivi, le nostre relazioni, continuano in modi diversi, ma successivi..paralleli.. e conseguenti;
- esistono pianeti, mondi, dimensioni che arricchiscono la percezione infinita dello spazio e possono aiutarci a vivere con esseri ed esperienze di altre dimensioni;
- l'amore e la sessualità in certe condizioni ci permettono di sperimentare il divino e di concepire la fusione degli esseri nell'unità divina;
- il pensiero crea completamente la nostra realtà e può trasformare anche il passato.

Immaginare, approfondire queste convinzioni, crederci, aumenta chiaramente il campo possibile della creatività umana.



## 2 – Il pensiero crea

### Testi per la riflessione

#### 2.1 – Su che cosa sia la nostra realtà

Testi tratti da: J. Roberts, *La vostra realtà quotidiana*, Edizioni Mediterranee  
Prefazione di Seth

L'esperienza è il prodotto della mente, dello spirito, dei pensieri e delle emozioni coscienti, e dei pensieri e delle emozioni inconscie. Tutte queste cose insieme creano la realtà che voi conoscete. Perciò non siete affatto in balia di una realtà che esiste indipendentemente da voi, o che vi viene imposta. Siete così intimamente connessi con gli eventi fisici che formano la vostra esperienza di vita che spesso non riuscite a distinguere tra gli accadimenti che vi appaiono concreti e i pensieri, le aspettative e i desideri che li hanno generati. Anche se nei vostri pensieri più intimi sono presenti caratteristiche fortemente negative che erigono veri e propri sbarramenti tra voi e una vita più piena, quasi sempre il vostro sguardo trapassa quegli sbarramenti, e voi non li vedete. Finché non vengono riconosciuti essi rappresentano un impedimento. Persino gli ostacoli hanno una loro ragion d'essere. Se sono presenti in voi, vuol dire che siete chiamati a scoprire le circostanze che ne giustificano l'esistenza. I vostri pensieri coscienti possono essere indizi preziosi per la scoperta di questi blocchi. Per quanto vi possa sembrare strano, voi non avete la benché minima familiarità con i vostri pensieri. Essi possono sfuggirvi come acqua tra le dita, portandosi via i vitali elementi nutritivi che germogliano in tutto il terreno della vostra psiche — e troppo spesso trascinando detriti e fanghiglia che vanno ad ostruire i canali dell'esperienza e della creatività. Un esame dei vostri pensieri coscienti vi dirà molto sullo stato della vostra mente interiore, sulle intenzioni e le aspettative, e spesso vi porterà ad affrontare in modo diretto difficoltà e problemi. I vostri pensieri, una volta esaminati, vi permetteranno di vedere dove state andando. Essi mostrano con estrema chiarezza l'origine degli eventi fisici. Ciò che esiste fisicamente esiste prima nei pensieri e nelle emozioni. Non c'è altra regola.

Tutta la coscienza ha dentro di sé il profondo e costante impulso a usare a pieno le proprie facoltà, a espandere le proprie capacità, ad avventurarsi gioiosamente oltre le apparenti barriere della propria esperienza. Anche la coscienza delle più piccole molecole si ribella contro qualunque idea di limite. Esse aspirano ardentemente a forme ed esperienze nuove. . L'uomo è stato dotato, e ha dotato se stesso, di una mente cosciente per modellare le caratteristiche, l'aspetto e la forma delle sue creazioni. Tutte le aspirazioni profonde e le motivazioni inconscie, tutte le spinte inesprese, si sottopongono all'approvazione o alla disapprovazione della mente cosciente, e attendono la sua guida. Soltanto quando abdica alle sue funzioni, essa si lascia dominare dalle esperienze "negative". Soltanto quando rifiuta la responsabilità si trova alla fine in balia degli eventi sui quali "sembra" non avere alcun controllo. Ciò non significa che non siano richiesti impegno e determinazione. Significa che non siete impotenti a cambiare gli eventi e che ciascuno di voi, indipendentemente dalla

posizione dallo stato sociale, dalle circostanze o condizioni fisiche, ha il dominio della propria esperienza personale. Voi vedete e percepite quello che vi aspettate di vedere e percepire. Il mondo così come voi lo conoscete è il dipinto delle vostre aspettative, il mondo in quanto genere umano sa di essere la materializzazione collettiva delle vostre aspettative individuali. Come i bambini nascono dai vostri tessuti fisici, il mondo è la vostra creazione congiunta.

Molti di voi cercano uno stato di «pace» pervaso da una sorta di beatitudine statica, in cui tutte le domande hanno ricevuto la loro risposta definitiva e in cui tutti i problemi sono stati risolti. C'è chi pensa che in qualche modo tutto questo sarà loro miracolosamente concesso. Ma se riconosceste il potere del vostro essere sapreste che esso è alla ricerca di territori sempre più vasti di creatività e di esperienza, che in quanto tali comportano inevitabilmente sfide sempre nuove, dal momento che i problemi non sono altro che sfide sempre nuove.

## 2.2 - Il potere personale

Testi tratti da B. Marciniak, *La via del risveglio planetario*, edizioni Stazione celeste

*Un'espansione di coscienza sta investendo il globo con un impeto stupefacente, stimolando l'umanità a livello cellulare affinché si risvegli e riscopra il proprio potere.*

La pressione per affrontare sinceramente la vostra vita e il mondo in generale non è mai stata più grande e per alcuni l'intensità necessaria per questo compito è schiacciante. In questi tempi di cambiamento, aprire la propria mente per considerare punti di vista e prospettive di vita diverse che si estendano fuori dai confini del pensiero comunemente accettato è sia saggio che lodevole. Le straordinarie difficoltà provocate dalle energie accelerate di questi tempi servono veramente da stimolo per farvi percepire la realtà in modo nuovo. Voi avete scelto di essere qui in questo momento per far parte, con il vostro specifico e unico punto di vista, del gruppo di esseri coscienti che stanno producendo "il grande risveglio spirituale" sul pianeta Terra. La coscienza è uno stato dell'essere ma è anche il "nome del gioco" che si sta giocando in questi tempi di grandi cambiamenti. Come una colossale tempesta, un'espansione di coscienza sta investendo il globo con impeto stupefacente, stimolando l'umanità a livello cellulare affinché si risvegli e riscopra il proprio potere. Dovete essere onesti con voi stessi, cercando di dire le cose come stanno, chiamandole cioè con il loro vero nome. Fatelo con coraggio e chiarezza. La vostra libertà dipende dalla vostra capacità di dire la verità così come la percepite, e questo vale sia a livello individuale che collettivo. Le vostre lezioni di vita implicano anche difficilissime questioni legate alla vostra capacità di discernimento, compresa la vostra relazione con la realtà fisica e non-fisica. Ogni giorno le scelte che fate sono decisive per il vostro benessere e, cosa altrettanto importante, i vostri pensieri non solo stabiliscono il corso e la direzione della vostra vita nel mondo fisico a tre dimensioni, ma si propagano influenzando molte

altre realtà invisibili. La posta in questo "gioco della coscienza" viene costantemente alzata e voi siete più che mai spronati a identificare i vostri più intimi sentimenti riconoscendoli come la fonte principale che crea la vostra realtà. La possibilità di divenire più consapevoli è in continuo aumento grazie anche all'impressionante velocità con cui si scambiano nuove idee e si concretizzano i loro potenziali.

Tutto ciò che esiste è impregnato di una forma di potere, e anche voi lo siete. Considerate per un momento le vostre convinzioni riguardo ai concetti di "potere" e "potenziale personale". Quali immagini vi arrivano? Quale forma di "potere" immaginate risieda dentro di voi? Fin dall'antichità l'espansione della coscienza e uno sviluppo armonico delle proprie potenzialità vengono considerate controparti inseparabili, come due lati della stessa medaglia. Tutto ciò che esiste è impregnato di una forma di potere, e anche voi lo siete.

La questione cruciale più urgente che il genere umano deve affrontare, sia a livello individuale che di massa, è riconoscere il potere del pensiero e delle convinzioni. Comprendere queste due importanti chiavi di consapevolezza può aprire la coscienza umana a una nuova visione mondiale piena di possibilità illimitate e di soluzioni altamente creative. Le convinzioni sono essenzialmente credenze sulla realtà e, che siano personali o collettive, formano la struttura e i parametri della vostra esperienza di vita in ogni momento.

Credenze, pensieri e sensazioni lasciano una diversa impronta plastica sul campo dell'energia vitale che avvolge il vostro mondo. Voi siete creatori e come tali create in continuazione, e il genere umano sta prendendo sempre consapevolezza di questa sbalorditiva realtà. I tempi in cui vivete sono caratterizzati da immensi cambiamenti, e per gestire questo eccezionale processo di trasformazione del genere umano sono necessari una grande flessibilità e un chiaro intento. Sviluppare la capacità di essere consapevoli ciò che si pensa mentalmente, si sente emotivamente e si dice verbalmente. e strutturare la propria vita con chiarezza cristallina attraverso pensieri, parole e azioni, è essenziale per vivere una vita al pieno delle sue potenzialità. Accettare la piena responsabilità del potere che incarnate è la lezione fondamentale e principale di questa trasformazione.



### 3 - Perché e come partire ...per la creatività felice

#### 3.1 - Alienati, repressi e contenti

Ciao, come stai? Vuoi iniziare questo viaggio, procedendo lungo i sentieri, ammirando i panorami, forgiando le energie? Sarà un viaggio interiore: avvieremo sia un confronto con chi pensi d'essere, sia un'esplorazione di realtà sconosciute ed affascinanti, latenti dentro la tua anima e dentro il tuo corpo. Considera quali sono i tuoi progetti, i tuoi sogni, i tuoi desideri, le tue fantasie, le tue difficoltà.

Sei soddisfatto e felice? Ti stai realizzando? Che cosa vuol dire? Senti che i tuoi amori sono profondi ed intensi? Senti che il tuo lavoro e le tue attività esprimono la tua persona? Oppure la tua vita è una lotta per la sopravvivenza? Per quanti condizionamenti esistono, puoi sempre fare le tue scelte. Puoi partire. Quali gli obiettivi? La felicità tua e la felicità del mondo non potrebbero essere dei buoni obiettivi? Sì, sicuramente è così: i blocchi personali e le condizioni negative della vita sociale non permettono facili illusioni. Il lavoro oggi già è tanto se esiste, se ti offre la tranquillità, la sicurezza economica. Certamente non è un'attività felice: spesso devi fare per ore cose che non ti piacciono e non t'interessano. Per fortuna ci si adatta: si possono trovare i momenti buoni, persone simpatiche da incontrare, il gusto di essere occupato in una situazione impegnativa. Eppure qualcosa di strano interviene, in fondo è come se dovessimo fare passare il tempo, eseguire quello che gli altri si aspettano da noi, per poi ritornare a casa e riposarsi, divertirsi, stare con i propri cari. Non è così? Sicuramente, puoi trovare un lavoro che t'impegni, che in parte ti piaccia, ma magari poi devi dipendere dalla direzione di altri, invece di dipendere da te stesso. In fondo può anche essere semplice obbedire. Però vuoi essere riconosciuto. Obbedisci, ma vuoi avere premi, conferme, avanzamenti, soddisfazioni economiche e sociali. Questa è la strada che viene proposta ed imposta a tutti, sia pure con la gradualità degli interessi e delle difficoltà. Puoi in ogni modo valutare se non rinunci così a sviluppare pienamente la tua intelligenza, il tuo corpo, la tua fantasia, la tua creatività. Non succede che per ore passi il tempo a fare qualcosa che non sei? In fondo non è così astratta la parola alienazione<sup>1</sup>. Il lavoro è veramente alienato ed alienante, perché ti mette al servizio di una macchina sociale, di un insieme di eventi sempre collegati alle priorità del denaro e del potere. Sicuramente avere il denaro ed il potere non sviluppa la creatività.

Che cosa decidi? Ci si può adattare: è meglio abbandonarsi ai costumi sociali, alle abitudini prevalenti, al primato dei bisogni materiali? Se senti dentro di te dei talenti precisi, delle inclinazioni, dei tuoi interessi personali, non è meglio cercare di scoprirli e manifestarli? Così potresti collegare il lavoro come sopravvivenza ad un lavoro come soddisfazione della tua personalità, come realizzazione diretta del tuo essere. Un artista od uno scienziato, una persona che lavora in proprio, almeno per certi aspetti, sviluppano le loro capacità.

---

<sup>1</sup> Cfr. H. Marcuse, *Eros e civiltà*, Einaudi.

Chiaramente il mondo è quello che è, l'alienazione si rivelerà in altri aspetti, potrai non essere padrone dei risultati del tuo lavoro, potrai avere difficoltà a diffonderlo, a gestirlo. Ma perlomeno il tempo della tua vita sarà un tempo di parziale creatività. Se non hai questi interessi? Non hai capacità che desideri sviluppare? Preferisci le cose tranquille, un lavoro sicuro ed abitudinario? La scuola ci ha abituato stranamente che s'impara e ci si sforza per gli altri, non per se stessi: per la scuola, per la famiglia, per il lavoro. Lo si vive spesso come una costrizione, e ci si difende, cercando di ottenere i risultati istituzionali sforzandosi il meno possibile. Ma cosa succede se questa tendenza 'scolastica' si diffonde nella vita? Avviene che spesso desideriamo le sicurezze economiche ed i riconoscimenti sociali senza scegliere le priorità della vita, senza scegliere di avere una formazione creativa per noi stessi, non per la società. Sei sicuro che la tranquillità e la sicurezza siano sempre vincenti ed esaurienti? Non desideri altro dalla vita? Non hai desideri, fantasie, sogni? Li vuoi sviluppare dopo il tempo del lavoro? Certamente può essere una strategia, scegli un lavoro che non ti occupi troppo, e poi sviluppi le tue capacità, senza essere condizionato da nulla e da nessuno. Sicuramente in tanti casi potrà essere una soluzione, quasi una fortuna. Ma esisterà sempre un tuo tempo di lavoro che non sarà un tempo creativo. Sicuramente nella vita occorre anche adattarsi, ma tutto dipende da come si parte. In certe condizioni ti converrà vivere un lavoro pieno di realizzazione creativa, in altri potrai adattarti ad una mescolanza di situazioni.

Ma ora ti conviene ascoltarti, partire dalla tua conoscenza, dai tuoi sogni. Non li hai? Non pensi che la vita valga lo sforzo di realizzare le proprie potenzialità? Hai già deciso che la delega agli altri e la tranquillità economica siano i tuoi obiettivi primari? Sei sicuro in questo caso di non avere disagi, inquietudini, depressioni, noie? Gradualmente perdiamo consapevolezza della nostra vita interiore, della nostra soggettività, della nostra coscienza. Tutto questo come si rivolge verso il resto della tua vita? Quale amore cerchi, per esempio? Come vivi l'amore sessuale, le amicizie? Che cosa ti permetti di sentire? Che cosa vuoi condividere con la tua compagna? Se privilegi la sicurezza e la conferma esterna, sociale, ti sentirai attratto dal desiderio di chiare identità e di stabili possessi. Sentirai di preferire anche qui sentimenti conosciuti e codificati alle avventure della creatività amorosa. Ci si può inabissare in tranquille soddisfazioni affettive e protettive, scambiandole per amore.

Abbi fiducia. Cerca dentro di te le tracce dei desideri, i ricordi o le possibilità di momenti espansivi. Esperienze in cui grandi abbandoni amorosi ti hanno fatto sentire la felicità, in cui il massimo sforzo in un'impresa ti hanno fatto sentire forte e vivo. Prova a sentirli, amarli, questi momenti. Trasformali nel tuo respiro, apri loro il cuore. In fondo ti parlano di un nuovo mondo possibile, di qualcosa che esiste dentro di te, altrimenti non ti avrebbero generato queste felicità espansive. Questi momenti chiedono di ampliarsi, di moltiplicarsi, di diventare una vita. Alle volte purtroppo arriva la mente, con il suo giudizio, con il suo scetticismo, con la sua pigrizia. T'insinua il dubbio: la felicità e la pienezza non esistono, ti

dice, sono favole. La società, gli amici, tutti ti portano alla realtà, ad essere realistico. Preferisci condividere il giudizio e lo scetticismo degli altri? Preferisci essere accettato dagli altri invece di cercare te stesso? In fondo che cosa fanno gli altri, di te? Che cosa ti danno? Ti domandi se la felicità e la creatività siano possibili? Se la creazione e l'aspirazione facciano volare la natura umana? Troppo difficile cercarli? Lascia stare la mente e la società, prova a forgiare le tue esperienze, le tue verità, le tue capacità. Non dare la tua identità alle paure, ai giudizi, alle difficoltà.

Di che cosa stiamo parlando? Di una tua crescita creativa, della tua manifestazione, della tua felicità. Non parliamo di una crescita morale, di un'ascesi spirituale che trascurino il corpo, la sensibilità, le emozioni. Come mai ho parlato del lavoro? Il lavoro va contemporaneamente rifiutato e rinnovato, da parte di tutti. Va rifiutato il lavoro che ti costringe a soddisfare bisogni superficiali inutili, il lavoro che ti controlla, che non ti fa vivere la creatività. Va rifiutata anche la tendenza ad occupare la vita prevalentemente con forme d'impegno razionali e sociali. Se dobbiamo ridare lo spazio alla felicità ed al piacere, occorrerà concepire un mondo in cui il lavoro necessario sia distribuito fra tutti in quantità minime. Se vogliamo sviluppare la sensibilità, l'amore, l'intuizione, la fantasia, saranno pure necessarie forme di esperienza in cui ci abbandoniamo al piacere della natura, dei sensi e dello spirito. Certamente questo non contrasta con lo sviluppo delle tue capacità, occorrono sia lo sforzo, sia l'abbandono, anche nel creativo. Affermi che sono utopie? Non è possibile alienarsi nel lavoro e nei rapporti sociali e poi pensare di essere pronti a sperimentare veramente l'amore, la sessualità, la creatività, la spiritualità. Sembriamo tutti ridotti ad una sola dimensione, quella economica-tecnica. Siamo alienati e repressi, ma consenzienti e contenti.

Vedi, sei alienato e represso, senza saperlo. Una forma d'incoscienza, una specie di sonno, ci coglie tutti, in questa vita frenetica e stressata. Dobbiamo difenderci, ed allora mettiamo le maschere, cerchiamo di apparire, in un modo o nell'altro. Passiamo dal disagio alla rabbia, cerchiamo la sicurezza. Spinti dalla competitività, ci ritroviamo pieni di giudizi, attribuiamo molte mancanze a noi stessi, cerchiamo allora di compensare, con rapporti ed attività che attenuino disagi e mancanze. Ecco allora che costruiamo un falso io, una personalità di facciata, e cerchiamo di sopravvivere. Troveremo allora rapporti ed attività che si sintonizzeranno sull'apparenza, sugli atteggiamenti esterni, sull'avere, non sulle profondità interiori, che da tempo abbiamo lasciato soffocare. Non ti sei ritrovato a sentirti alle volte abbandonato dagli altri, od in altri momenti invaso dagli altri? Non ti sei giudicato sulla base di prestazioni e di aspettative? Non ti senti tu stesso desideroso d'invadere e manipolare gli altri? Dove pensi che possa condurre tutto questo? Ma se poi esistessero, la pienezza della vita, la felicità, l'amore? Non vorresti tentare la ricerca? Cerca il mago e l'eroe, dentro di te. Ti propongo un viaggio. Esaminiamo il paesaggio delle ombre, i sentimenti correnti, le modalità del controllo. Poi vedremo come fare, se vorrai dissolvere questi fantasmi, uscire

da queste realtà alienanti e repressive. Troveremo delle vie di realizzazione e di liberazione.



### 3.2 - Il risveglio, il coraggio e l'incanto

*Ci fu un tempo in cui i campi, i boschi e i ruscelli, La terra e tutto ciò che mi era familiare Mi parevano avvolti in una luce celestiale, La gloria e la freschezza di un sogno* (Indizi di immortalità, W. Wordsworth.) C'è stato un tempo, una condizione, durante la nostra infanzia, in cui erano presenti una vitalità, una freschezza, un ardore, un desiderio e un amore della bellezza capaci di creare il paradiso in terra. La luce è una metafora che rende bene l'idea, una metafora che per certi versi è vera alla lettera. Sfortunatamente, la luce di cui un tempo abbiamo fatto esperienza viene coperta e data per persa. .. *Ora non è più come un tempo. Dovunque io volga lo sguardo, Sia notte o giorno, La luce che ho visto Non posso più vedere.* A nessuno piace avere la sensazione che qualcosa di prezioso sia andato perduto. Di fatto, la vostra personale perdita della luce si ripercuote anche sulla collettività. È quindi necessario fare qualcosa. Riconoscere la perdita può avere un effetto deprimente, ma, al tempo stesso, può spingervi a intraprendere un percorso di crescita. A noi adulti capita di tanto in tanto di avere dei brevi sprazzi di luce, e questo ci stimola a cercarla. Sono molti i sentieri percorribili per cercare di arrivare alla luce interiore. Tanto per cominciare, dovrete riconoscere che c'è in voi qualcosa di prezioso che va scoperto, nonostante la nostra cultura ci spinga fortemente a privilegiare il lato esteriore delle cose, a cercare la felicità nel consumo di beni materiali. Ovviamente, dovrete sempre lottare per remare contro la corrente sociale: le persone che si guardano dentro sono pericolose e imprevedibili, perciò la società diffida di loro, le scoraggia e spesso le punisce.....Qualsiasi vero sentiero richiede coraggio: il coraggio di opporsi alla marea sociale, il coraggio di vedersi quali si è veramente, il coraggio di correre dei rischi. Progredire lungo un vero sentiero costituisce un dono per tutti noi, oltre che una conquista individuale... Esiste una luce interiore, una pace interiore che è possibile trovare. E' possibile risvegliare la mente al punto che la coscienza ordinaria, in confronto, sembra uno stato di sonno. Questo avrà l'effetto di accrescere, e non di diminuire, la vostra incisività nel mondo quotidiano, consentendovi anche di rapportarvi agli altri con maggiore attenzione e autentica compassione. ."<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> Cfr. Ch. T. Tart, *Risvegliarsi*, Edizioni Crisalide, Latina, 2000.



### **L'incanto**

L'incanto della bellezza si muove come un vento potente, che scorre e vola da un evento all'altro, poggiandosi ogni tanto qui e là, e rifuggendo poi volando verso un altro sito.

L'incanto vive come un dio misterioso che fa continuamente capolino dietro i volti, i paesaggi, le sensazioni, sia interne che esterne. E' bello pensare ed immaginare luoghi interni al proprio mondo, che facciano scaturire la possibilità d'incantarsi, di sorprendersi, di meravigliarsi. Vivere passando da un incanto all'altro, vivere passando da un modo all'altro, d'incantare se stessi e gli altri. Tutto il mondo è magico, non esiste un angolo del tempo e dello spazio che possa impedire il volo degli incanti, dei piaceri, delle dilatazioni sensitive. Si può vivere sempre come all'interno di un abbraccio di amanti, in cui si riceve, ci si abbandona, si dona, si provoca. Senza dubbio una gigantesca sdrammatizzazione universale farà molto bene all'umanità. Troppa gente si avvicina alle sorgenti spirituali, alle meditazioni, ai percorsi, come se dovesse entrare in una seriosità profonda, come se dovesse fuggire dal mondo. Per quanto distruttiva e negativa possa sembrare la Terra, può sempre ospitare gli incanti della dissoluzione, della morte e rinascita, può sempre nascondere dimensioni e realtà sconosciute. Sempre tutto può essere misterioso e sconosciuto, sempre tutto può provocare le irruzioni del nuovo. Sicuramente dipenderà molto dalle evoluzioni delle diverse persone, è sempre prudente rispettare i diversi cammini. Ma chi, camminando o soffermandosi, è in grado di comprendere la trama degli incanti, può determinare un contagio universale.

Se si dicesse di riscoprire la primordiale ricchezza inesauribile delle semplici sensazioni, gli

uomini tornerebbero a riproporre in modo affettivo e rassicurante la bontà originaria delle situazioni belle conosciute: la natura, un tramonto, i fascino delle persone. Ma la novità storica rappresenta un completo rovesciamento del sentire e del pensare. Se finora siamo stati protetti su tanti aspetti, anche rispetto alle negatività, ora occorre veramente iniziare a procedere come un esploratore, come un guerriero, capace di sentire mille e poi mille incanti, senza il bisogno di classificarli, senza il bisogno di irrigidirli, senza volerli portare a casa, senza volerli trasformare in belle suppellettili del proprio mondo. Ma è vero sul serio che l'umanità non saprebbe vivere se non desse un nome od un significato a qualsiasi cosa? Possono sopravvenire tempi in cui la ricchezza delle intuizioni e delle sensazioni sarà molto più ricca e veloce, e gli uomini rinunceranno ad usare il linguaggio e la ragione per delimitare e semplificare. Tutto questo vorrà dire rinunciare forse alle pretese di conoscenza dell'uomo, pretesa di conoscere in modo stabile, unificato e semplice qualcosa che viva lì fuori, o qui dentro, in un modo sufficientemente calmo, immobile e permanente.

Se la realtà mutasse molto più profondamente, anche rispetto alle abitudini della coscienza media, la sopravvivenza dell'uomo conoscerebbe un aspetto totalmente inedito. Non si tratterebbe più di una sopravvivenza fisica in un ambiente difficile ed avaro, ma della sopravvivenza morale ed intellettuale in un mondo sovrabbondante di misteri, fascino ed incanti. Questo ambiente richiederebbe non una conoscenza statica ed oggettiva, perché le sfere emozionali e spirituali risvegliate ne sarebbero soltanto ostacolate. Un ambiente incantato esigerebbe capacità nuove di volontà, d'intuizione e di fusione, per cui alle trasformazioni dell'ambiente si reagirebbe aumentando le capacità di gustare, sentire, piacere, godere, fino a soglie inimmaginabili. Possono arrivare tempi improvvisi in cui le sensazioni alle quali ci siamo non solo abituati, ma annoiati, rivelino improvvisamente capacità incisive penetranti inebrianti, da sconcertare completamente la ragione ed il sentimento. Improvvisamente gli dei torneranno a ridere, ad amare, a festeggiare e creare, attraverso le forme dell'uomo e della natura. Capelli al vento, uno sguardo penetrante obliquo, uno svelamento di gambe femminili, una risata di un bimbo, possono fare tremare le viscere e convertire radicalmente ad un mondo nuovo.

Esistono delle emozioni positive: l'amore, la felicità, il piacere, l'entusiasmo. Sono come immerse in una spirale di elevazione: implicano, sperimentano, provocano, svelano, il collegamento con qualcosa che ci trascende. Gli psicologi ci parlano di stati di coscienza: viviamo il sonno, il sogno, la coscienza di veglia. Esistono stati superiori di coscienza, di consapevolezza e di esperienza: sono disponibili per tutti, ma occorre coltivarli. Invito quindi ad un'esperienza interiore personale: la coltivazione della fiducia nell'amore, nella felicità e nell'entusiasmo, presenti in se stessi e nell'universo. Comprendono il collegamento fra l'esperienza umana, il contesto cosmico, quel qualcosa di misterioso, invocato e riconosciuto come divino. Alla base del viaggio la fiducia che esista qualcosa di divino che ci renda felici, che esalti l'amore per se stessi, l'amore per l'altro, l'amore per l'universo. L'ebbrezza rivela il nostro essere una fonte di beatitudine. Tutto questo parte dall'esperienza diretta che

possiamo vivere tutti: sentire quel qualcosa di infinitamente bello, felice, meraviglioso, che è pur sempre presente nei sogni, nei desideri, nelle aspirazioni. Queste percezioni possono nascere nell'esperienza mistica, nell'esperienza estetica e nell'esperienza sessuale. Invito il lettore a confrontarsi con le passioni, gli amori, i desideri, le emozioni, le scelte, le avventure, che possono incantare, rinnovare ed espandere la sua vita.

