



# INNOVAZIONE

*"Sii aperto al nuovo, ma attento; non accettare le cose ad occhi chiusi, senza riflettere, senza provarle, semplicemente perché vengono da una certa persona, da una certa organizzazione o da un certo libro.*

*Quando ti senti titubante, indeciso, anche dopo esserti rivolto a mezzi esterni di guida, ritirati in te stesso e lascia che l'occhio interno veda e che l'orecchio interno senta.*

*Entra nella tua camera e chiudi l'uscio.*

*Questo può essere anche solo in senso metaforico.*

*Completamente isolato, chiuditi con un piccolo sforzo mentale nella tua aura psichica.*

*In questo silenzio mistico, anche se breve, poni la tua difficoltà sotto forma di domanda e vedrai che la risposta arriverà.*

*E' sufficiente che ti lasci andare fiducioso all'infinita sorgente e la risposta non si farà attendere, spesso come intuizione o come parole di un tuo simile, o come fatti, ma il tuo dubbio sarà risolto.*

*Le percezioni intuitive di questi stati devono essere eseguite subito, prima che la mente possa manipolarli, introdurvi dubbi o pensieri di conflitto.*

*In sostanza non v'è alcun motivo perché ti senta abbattuto, disprezzato, esaltato o onorato.*

*Tutto nasce nella tua mente e tu solo puoi decidere se accettarlo o rifiutarlo.*

*Tutto ciò sembra difficile da realizzare, ma se pensi a quanto ti può dare in salute, amicizie, crescita individuale e collettiva, non e' più difficile di altri obiettivi che ti danno molto meno.*

*Il segreto della vita è perciò quello di vivere continuamente in questa realtà, qualunque cosa si faccia, ovunque si viva, sia essendo svegli oppure che si dorma, sempre costantemente uniti a questa energia di vita, senza lasciarsi oltremodo coinvolgere dalle situazioni esteriori.*

*Il mondo e le situazioni saranno sempre le stesse, cambierà solo il nostro modo di viverle e associarle mentalmente a positività o negatività.*

*Le situazioni che si creano attorno a noi fanno sorgere impressioni che sfociano in sensazioni ed emozioni più o meno forti.*

*Queste altro non sono se non l'alimento della nostra forma mentis, sono come il nutrimento per la pianta della nostra personalità.*

*Ma non devi mai confondere la personalità col tuo vero essere."*

Mi ha fatto male, molto male sentire dalla persona, che era forse la più importante per me in quel momento, che voleva starsene per gli affari suoi e che non si sarebbe fatta sentire per un bel po' quando fino al giorno prima ci sentivamo ed uscivamo assieme quasi ogni giorno. Ero arrabbiato, ero furibondo poiché il mio "attaccamento" non riusciva a contemplare il fatto che lui potesse prendere una direzione diversa.

Evitai di darglielo a vedere quella sera e ci congedammo con una silenziosa sensazione che le cose non sarebbero finite lì.

Carlo aveva imparato a sviluppare ed ascoltare molto bene se stesso, ciò che nasceva dal proprio Sé più profondo e che permeava la sua unicità creando una salda relazione con la totalità dell'esistenza. "E' la ricerca del divino che è in noi", mi diceva, ponendomi dei quesiti tipo "Chi siamo?" "Da dove veniamo?" "Dove andiamo?".

Per quanto non riuscivo a capirlo, lui aveva cominciato a coltivare lo spirito, l'essenza dell'essere, attraverso la cura del proprio corpo, dell'intelletto e delle emozioni. Ben presto divenne un'altra persona, più interessante, più ricca, più vera.

lo cominciai di riflesso a sentirmi in una sorta di limbo, come se ci fosse una parte di me che voleva continuare la solita vita di tutti i giorni ed un'altra parte che spingeva per un cambiamento verso qualcosa di nuovo. Volevo saperne di più e "fatalità" mi capitò tra le mani un libretto sulle diverse intelligenze dell'uomo. Questo piccolo volumetto comprato chissà dove raccoglieva delle semplici spiegazioni su in particolare tre diverse tipologie d'intelligenze che caratterizzerebbero ognuno di noi. Faccio un breve distillato del suo contenuto.

**INTELLIGENZA SPIRITUALE:** ci aiuta ad interpretare i fenomeni spirituali che si verificano nella nostra vita quotidiana ed a coesistere con essi. Stiamo parlando di tutto ciò che è legato all'ineffabile, al trascendente, al sottile, al mistero stesso della vita. Mi viene in mente quando vidi Carlo quella sera ed interpretai subito che qualcosa non era ok, a livello di percezione, di energia: questo può esserne un semplice esempio. Naturalmente grazie ad una ricerca personale e ad un'auto-indagine profonda, questa caratteristica del nostro lo si può sviluppare e potenziare. Lo Spirito, l'essenza, descrivono l'unità, il vero centro dell'essere personale. La ricerca personale ci invita a indagare tramite il dialogo intimo con noi stessi, cercando i punti di riferimento che ci permettono di vivere serenamente e pienamente il quotidiano.

Siamo o dovremmo essere i creatori del nostro mondo interiore, l'unico nel quale è realmente possibile vivere e l'unico nel quale, che lo vogliamo o meno, ognuno di noi cresce o stagna.

**INTELLIGENZA RAZIONALE:** questa parte la descriverei facendo un paragone fra l'uomo e il computer. Per esprimere il concetto di "razionalità" possiamo intendere l'umana capacità di calcolare; esattamente quello che fa un computer quando esegue delle operazioni in base alle istruzioni di un programma. Questa funzione è garantita dall'esistenza di un sistema operativo (le fondamenta del nostro modo di ragionare,

sviluppate da piccoli e progressivamente arricchite durante gli anni) installato in un hardware (il nostro cervello). Continuando sul binario del paragone, il buon funzionamento del computer (noi) non discende tanto dalle peculiarità della macchina (il cervello, che al massimo potrà provocare un rallentamento dell'operatività), ma da quelle del sistema operativo installatovi. Ecco che allora più l'abilità di confrontare esperienze sarà sviluppata, maggiore sarà la nostra capacità di progredire in modo piacevole e con serenità. Diviene quindi fondamentale la ricerca di "sistemi di calcolo" sempre migliori; ricerca che troppo spesso lasciamo da parte data la nostra presunzione di essere già maturi. Questo punto secondo me rappresenta una chiave molto importante: se ci pensiamo bene non saremo mai "troppo maturi", poiché la vita progredisce continuamente, e noi dovremo unirvi a lei per perfezionare la nostra condizione interiore grazie all'apprendimento di nuove capacità anche all'esterno e da altre persone. Per tale ragione un dibattito onesto, che ha come scopo la tolleranza e non la protezione dell'ego, oltre a dover essere un nostro "dovere" potrebbe diventare il più coinvolgente dei nostri piaceri.

Ma alla fine, chi è che decide tutto, se la razionalità non rappresenta altro che la nostra capacità di calcolo?

Decide la nostra intelligenza, ovvero l'operatore che batte sulla tastiera del computer della nostra mente. E questo operatore siamo noi, nella nostra espressione più fresca e vitale priva di legami con l'ego e libera da presupposti e da condizionamenti, ovvero ciò che sviluppiamo con l'intelligenza spirituale.

**INTELLIGENZA EMOTIVA:** quando parliamo della capacità che ognuno di noi ha, in modo più o meno sviluppato, di capire e gestire le proprie emozioni, di comunicare in maniera efficace, di creare empatia con gli altri e di saper riconoscere il proprio stato d'animo e quello delle altre persone, stiamo parlando d'intelligenza emotiva. Personalmente è stato il capitolo di

quel libretto che ho assaporato di più, evidentemente perché parlava di cose che in quel momento mi stavano toccando molto sia nella relazione appena cominciata con la mia ragazza, sia nella situazione che si era venuta a creare con Carlo. Trattava soprattutto di come sia importante esser consapevole dei propri stati interni, grazie ad una capacità introspettiva caratterizzata dall'auto-osservazione anche durante le emozioni intense. Queste ultime infatti possono essere, e spesso sono, di natura inconscia, iniziano cioè prima che la persona ne sia consapevole. Esistono quindi due gruppi di emozioni: consapevoli e inconsce. Le inconsce possono avere potentissimi effetti sui pensieri e i comportamenti che ne conseguono, pensiamo ad esempio a ciò che diciamo o ai comportamenti che adottiamo quando siamo in preda all'ira. Se invece siamo consapevoli è possibile valutare quali stimoli hanno provocato l'emozione e qual è il modo migliore di comportarci di conseguenza.

Pensiamo a quali enormi benefici potrebbero esserci nello saper gestire le situazioni che ci creano ansia. Immaginiamo i vantaggi nel saper superare le situazioni che ci incutono paura. Senza parlare poi della rabbia: quale utilità nel saper rendere alleato un sentimento che, se mal gestito, è fonte di malessere e dolore per sé e per gli altri.

Se possediamo una sviluppata intelligenza emotiva diventiamo capaci di identificare i nostri stati d'animo interiori e quelli delle altre persone: possiamo comprenderli, entrare in empatia e relazionarci in maniera più efficace e sincera con le altre persone arrivando ad ottenere sensibili miglioramenti nella nostra vita sociale e lavorativa.

Riflettendo un momento su questi ultimi concetti del libretto pensavo a quante volte la mia mente faceva a proprio comodo ed a quante volte mi costringeva a pensieri sgradevoli ed inconcludenti. E se tornassi a decidere, se cominciassi a pensare concretamente al mio obiettivo per sviluppare al meglio me stesso e di conseguenza anche quanto mi circonda?

Avevo provato molte volte a comprendere Carlo senza grandi risultati. Ora che queste domande le stavo rivolgendo a me stesso, ora che stavo attraversando quel vortice dove nulla più è sicuro e certo e dove tutto sembra roteare senza sosta, riuscivo a mettermi un minimo nei suoi panni e ad abbracciare la sua scelta non come un atto d'egoismo, ma come un gesto di sano e profondo amor proprio. Passarono molti mesi prima di rivederlo e di poterlo riabbracciare, ma quando successe, il piacere di stare assieme e di condividere le proprie personali esperienze aveva superato e sepolto qualsiasi remoto rancore.

Ognuno di noi possiede enormi capacità creative che troppo spesso rimangono inutilizzate e sepolte; basterebbe cercarle, ascoltarle, capire come funzionano e lasciarle libere di sfogarsi ed esprimersi. In fin dei conti non esiste nessuna realtà ad eccezione di quella contenuta in noi stessi. Questa è la ragione per cui tanti di noi vivono una vita irrealistica. Scambiano immagini esterne per reali e non consentono mai al mondo interno di farsi valere, di esprimersi liberamente e di poter essere in sostanza quello che si è.

Guardarci dentro richiede una totale disponibilità da parte nostra, un vero e proprio "lasciarsi andare". La maggior parte delle volte non si è capaci a causa delle nostre paure, ma è bene ricordarci che l'abbandono, come la fiducia, è frutto della riflessione interiore: riuscire a scorgere dentro di noi la forza, l'aspirazione e la determinazione nel cammino spirituale ci è di enorme aiuto; ci regala, poco a poco, quell'equilibrio che è fondamentale per giungere alla meta. Dovremmo domandarci che cos'è che desideriamo veramente, qual è il vero senso della nostra vita. Come procedere quindi? Cominciamo con l'individuare i nostri veri obiettivi mantenendo però un minimo di distacco da noi stessi e da quelle paure che possono generare sterili speranze. Passiamo poi a esaminare i nostri pensieri scontati, le nostre abitudini, una ad una, distinguendole e controllandone l'effettiva utilità nell'ambito di ciò che siamo e che vogliamo diventare. E poi? Dopo che ci siamo "smontati" sviscerando anche il tassello più piccolo di noi stessi, e che ne avremo inteso la natura e la funzione, saliamo più su per tirare le somme. Otteniamo una vista d'insieme e cominciamo ad armonizzare ogni nostro tassello con tutti gli altri in funzione degli obiettivi che desideriamo raggiungere, il primo dei quali dovrebbe essere proprio l'armonia con noi stessi, perché solo così si può veramente puntare in alto. Stavo vivendo un conflitto tra la ragione e l'istinto, tra ciò che credevo esser sempre stato e ciò che forse ero in realtà. Occorreva comprendere la natura di entrambi, riconoscerne virtù e obiettivi, finirla di pensarli come principi in perenne conflitto tra loro e coordinarne, invece, l'operato. Tutto ciò che siamo ha una ragione d'essere, un suo scopo.

*"Se vuoi convertire i tuoi sogni in realtà,  
dovrai imparare a conoscere te stesso.  
Quanto più ti conoscerai,  
tanto più ti avvicinerai a ciò che desideri ottenere ...  
quanto più ti conoscerai, più ti amerai.  
E solo nel momento in cui ti amerai davvero,  
potrai condividere il tuo amore con gli altri"*