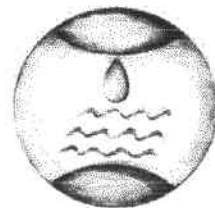


# Gocce di Armonia



Anno V - N° 38  
Maggio 2001  
E-mail  
Antonio: [tolpa@tiscalinet.it](mailto:tolpa@tiscalinet.it)  
Renzo: [renzo50@tin.it](mailto:renzo50@tin.it)



## FRATELLI

**Q**uando delle individualità si incontrano e scorgono gli uni negli altri la propria scintilla di luce, la propria ricerca portata avanti nel silenzio e nella solitudine per anni, non possono non riconoscersi come fratelli, non possono non desiderare di trovare insieme la propria identità, la propria più intima realtà. Così nasce un gruppo.

Così, naturalmente, sorge e si delinea l'obiettivo comune, il sentiero da percorrere, la gioia di non essere soli in questo cammino, la consolante sorpresa di ritrovare nell'altro le proprie difficoltà e l'amorevole volontà di sostenersi ed illuminarsi a vicenda nel percorso realizzativo.

Il gruppo è il luogo dove le proprie energie e doti individuali si potenziano ma l'incontro resterebbe sterile senza una meta da raggiungere.

Il gruppo deve vibrare e diventare un unico corpo magnetico capace di catalizzare forze superiori. Solo così scendono intuizioni, si delineano progetti, si trovano energie materiali e spirituali, si superano tutte le difficoltà contingenti e si raggiunge l'obiettivo realizzativo.

Quando sorge e si consolida questa spontanea istanza comune, la potenza vibratoria delle singole volontà inevitabilmente attira una risposta dall'alto: allora giunge l'istruttore che risuona la sua nota.

Egli incarna il principio, vivifica con la sua aura la coscienza dei singoli e può affrettare enormemente i tempi della crescita spirituale.

Non tutti però, recepiscono l'insegnamento in modo uguale o perché ci si può essere messi in cammino in tempi diversi. L'istruttore getta il seme, sta alla responsabilità di ciascuno preparare il terreno. Il gruppo non è mai la somma dei singoli individui ma ha una sua realtà vibratoria certamente più elevata della semplice unione delle singole coscienze. Tutti sono necessari ed indispensabili, tutti sono chiamati ad operare secondo le proprie potenzialità. Il gruppo può essere rappresentato simbolicamente da un cerchio. Immediatamente si percepisce la necessità di un punto al centro; in esso si colloca il maestro, la guida spirituale.

In un gruppo, come nel cerchio, è necessaria la presenza di un centro dinamico che operi come propulsore di stimoli e di iniziative ma che contemporaneamente sia in grado di unificare e concentrare le energie di tutti i suoi componenti.

Il maestro, che può essere reale, in carne e ossa, o spirituale, su altri pia-

ni, ha comunque il difficilissimo compito di mantenere tutti i componenti del gruppo equidistanti come i punti di una circonferenza. Per questo il fratello maggiore deve saper dominare tutte le energie presenti nel gruppo, deve controbilanciare la forza centripeta, invasiva dei fratelli che tenderebbero a fagocitarlo, alterandolo con i loro innumerevoli problemi, e quella centrifuga di tutti i componenti che, inevitabilmente sono attratti dalle seduzioni della vita profana.

Per assolvere a questo difficilissimo compito la guida deve essere dotata di una grande forza interiore che le deriva dall'unità del principio, dalla

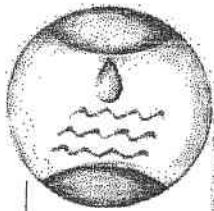
continua e profonda sintonizzazione con la realtà. Solo allora ogni sua parola sarà un insegnamento accettato e condiviso da tutti, solo allora saprà dominare l'impulsività dei fratelli e sconfiggere la loro ignavia, solo allora riuscirà a far vibrare alla bellezza dell'accordo i loro cuori.

Il gruppo può essere anche molto eterogeneo, come gli infiniti punti che compongono la circonferenza, ma ciascuno deve esprimersi con la propria qualità-nota, ciascuno deve compiere la propria azione sacrale. Così tutti i componenti del gruppo devono sentirsi ed essere, pur con le loro diversità, uguali e fratelli.

Ora la ricerca individuale si potenzia ed esalta perché deve armonizzarsi in un unico percorso realizzativo.

Ciascuno deve unificare il proprio ritmo operativo a quello degli altri, deve disciplinarsi con maggiore serietà e rigore, deve costantemente verificare il grado di sviluppo della propria coscienza perché ora la responsabilità è più ampia e profonda. Nessuno dovrebbe più disperdere le proprie energie con ritardi e distrazioni perché le opportunità perse non sono più solo le proprie ma quelle di fratelli. La massima attrazione deve essere rivolta alla propria modalità operativa: la responsabilità personale si manifesta non solo nel dominio della parola ma soprattutto nella profonda attenzione al fratello, nell'amorevole volontà di risuonare all'unisono. Il compagno diventa parte della nostra spazialità, ma lo potremo veramente vedere solo quando riconosceremo in lui noi stessi, quando riusciremo a sintonizzare il nostro cuore al suo, quando l'incontro si effettuerà su piani universali e non più solo tra due individualità, quando finalmente ci sentiremo veramente fratelli.

Testo copiato e proposto da Silvano Vescovo



Via dal rumore di fondo che ormai ci perseguita. Oggi il vero lusso è avere per sé un'oasi «acusticamente protetta», in cui potersi ritrovare. Ecco come e dove apprendere l'arte del non-detto.

di M. A. Masino e A. Masu

# silenzio!

Sbarrare il passo al frastuono. sottrarsi al sempre più pervasivo rumore di fondo. Cercare un'oasi che nessun inquinamento acustico potrà mai raggiungere. Silenzio. Per ritrovare il «suono» della nostra interiorità, per ridare voce a quella «parola» nascosta in noi e che — sommersi come siamo dall'*overdose* verbale — non riusciamo più ad ascoltare. Nell'odierna società della ipercomunicazione siamo tutti a rischio. I messaggi che si accumulano portano paradossalmente all'effetto opposto: la comunicazione zero, la sordità, l'ascolto impossibile. L'eccesso di informazione produce caos. Per questo è vitale, irrinunciabile, darsi una pausa. Ritagliarsi spazi (solo apparentemente) «vuoti» di ogni suono. E infatti la domanda di silenzio non è mai stata così alta, così necessaria. Tanto che nei nostri viaggi fuggiamo sempre più lontano, ci lasciamo affascinare da deserti e isole remote, cerchiamo rifugio per qualche giorno in monasteri inaccessibili o negli «ashram» delle varie pratiche new age: come confermano le statistiche più aggiornate in fatto di nuove mete turistiche.

**Tacere per comunicare** Non possiamo fare a meno del silenzio, ma non lo conosciamo più. E' un oggetto desiderato, ma ormai quasi sconosciuto. Dobbiamo re-impararlo. Come? Riportando in equilibrio i conflitti della mente, del corpo e del cuore. Disinnescando lo stress e l'angoscia che inquinano la nostra vita emozionale. Liberando tutti gli ostacoli che si frappongono al «colloquio» tra noi e l'altro, tra Sé e il mondo. Paradossalmente, tacere è spesso la forma migliore di comunicazione. E' nel non-detto, nell'assenza della parola, nell'astenersi da ogni

«discorso» che si instaura il confronto più autentico, l'assonanza delle anime.

E' questa, almeno, la strada maestra indicata dal recente convegno che si è tenuto a Palermo su *I quattro livelli dell'uomo a confronto* e che ha visto tra i partecipanti Rajiv V. Nisal, medico e naturopata indiano che lavora nel centro fondato dal Mahatma Gandhi; Marco Margnelli, neurofisiologo, studioso degli stati modificati di coscienza; padre Antonio Gentili, teologo barnabita, da anni impegnato nella meditazione yoga, zen e cristiana. Ma ecco, più da vicino, le linee-guida per una nuova «strategia del silenzio».

La prima strada, secondo i «maestri» intervenuti a Palermo, è di limitare la nostra aggressività verbale, le parole che «scarichiamo» incautamente sull'esterno: cercando, piuttosto, di rimanere in ascolto (di noi stessi, degli altri). Attenzione, però: quando l'io è assediato da angoscia e inquietudine emergono le forze distruttive. La conseguenza? Siamo distratti, estraniati. Incapaci di ascoltare. Di vivere «qui e ora» le sensazioni reali del corpo: stanchezza, infelicità, ma anche gioia, piacere.

Che fare? Il primo lavoro deve essere quello di riorganizzare un'esistenza senza «tossine». Gli yogi e i maestri di meditazione, come il buddista Wang Yanguing, suggeriscono di ascoltare buona musica, meditare. Cercare e trovare nella nostra giornata micro-isole di non-detto. Difficile è solo cominciare: dopo i primi quindici giorni le pause saranno sempre più un bisogno dettato dal corpo. Ricordiamo infatti che, secondo quanto segnala uno studio dell'Ohio State University College of Medicine, dieci minuti di silenzio per due settimane sono in grado di riequilibrarci dal punto di vista metabolico e biochimico.

**Consonanza di anime** Pacificare il corpo e la mente è la via maestra per vanificare il pensiero ed entrare nella dimensione del sentire. O meglio della risonanza, del «riverbero vibrazionale», come sostengono gli spiritualisti. Infatti, secondo uno studio giapponese, due persone che stanno vicine in silenzio si sintonizzano sulle stes-

● segue