

# (Ri)connettersi al pianeta

MATTIA LUGARÀ



Nelle situazioni o in quello con cui si sceglie di agire vi sono sempre almeno due opzioni. In un periodo di isolamento, di restrizioni, di lontananza fisica imposti è molto facile cadere nello sconforto, cedere alla rabbia o alla paura accentuando, da un punto di vista emotivo e psichico, quella separatività fisica alla quale siamo costretti. Se questa può essere la prima opzione, una seconda ci permetterebbe di utilizzare l'isolamento forzato come possibilità di volgere al nostro "interno" il focus che, in una società frenetica come quella in cui viviamo, siamo costantemente portati a indirizzare verso l'esterno. Ed è proprio volgendo questa attenzione verso l'"interno" delle cose, verso l'"essenziale invisibile agli occhi", che possiamo avere la possibilità di (ri)connetterci con noi stessi e con il nostro pianeta. Attuare, in due parole, una svolta ecologica.

Da anni si parla sempre più spesso di tematiche ambientali, dei disastri che l'umanità cieca compie in tutto il mondo a danno del pianeta e, di conseguenza, contro tutti gli esseri viventi. Prendersi cura dell'ambiente è senza dubbio uno dei motti del nuovo millennio e pare che questa coscienza stia emergendo sempre più dall'inconscio collettivo nel quale era presente in forma germinale. Molti sono i meravigliosi sforzi di chi consapevolmente cerca di modificare abitudini ed esigenze personali, aziendali o collettive, affinché possano essere in linea con

uno standard più ecologico. Dallo smaltimento e riutilizzo dei rifiuti a nuovi quanto antichi metodi di coltura (ad esempio la permacultura oppure la coltura biodinamica), all'utilizzo su vasta scala di energie rinnovabili o a politiche "zero waste". A questo proposito è molto interessante il documentario *Domani* di Cyril Dion e Mélanie Laurent del 2015, che propone esempi concreti, riconoscibili in tutto il mondo, di una consapevolezza nuova nei confronti dell'ambiente, naturale e umano; speranze per il domani, appunto. I 5 capitoli del film affrontano i seguenti temi: agricoltura, energia, economia, democrazia e istruzione.

Le svolte ecologiche "esteriori" tuttavia non bastano a (ri)connettersi con il pianeta. Sono sicuramente segno di un'evoluzione della consapevolezza umana ma, nella maggior parte dei casi, prendono in considerazione il solo piano fisico e agiscono solo su di esso. Come teosofi sappiamo però che i mutamenti, prima di concretizzarsi nel fisico, iniziano altrove, ben più "in alto". Essi sono frutto dell'intreccio di fili invisibili che tutti noi, consciamente o inconsciamente, creiamo con i nostri pensieri, le nostre azioni, le nostre emozioni. Se agendo sul piano fisico otteniamo già buoni risultati, si provi a pensare al salto di qualità che si raggiungerebbe se si tenesse conto, ad esempio, della parte eterica e astrale del pianeta, di tutta quella vita invisibile che ci circonda e ci compenetra.

Molte nostre abitudini cambierebbero, molte scelte, ora prese perché dettate dalla cieca ignoranza e dagli interessi economici, verrebbero evitate per il solo fatto che saremmo con-



*Alcuni membri della tribù Kogi della Sierra Nevada di Santa Marta, nel nord della Colombia.*

sapevoli dell'effetto che esse producono a un livello non fisico e delle ricadute che avrebbero su tutti gli esseri viventi.

Un bellissimo esempio: una viva testimonianza antropologica, resa concreta e attuale dalla macchina da presa, ci viene fornita dal documentario *Aluna* di Alan Ereira, del 2012. Si tratta del seguito del documentario del 1990 *“From the Heart of The World: Elder Brother’s Warning”*, che veicolava il primo messaggio che la tribù Kogi della Sierra Nevada di Santa Marta, nel nord della Colombia, aveva deciso di condividere: un avvertimento per il “Fratello più Giovane”, ovvero la frenetica società contemporanea, riguardo ai danni che questo stile di vita e le sue politiche stavano producendo sull'intero ecosistema. Nel secondo messaggio i Momos, gli sciamani Kogi, avendo constatato che il primo avvertimento non era stato compreso, hanno deciso di condividere un po' della loro sapienza tradizionale. La loro credenza, come quella di molte culture tribali, è che fili invisibili connettono i vari luoghi del nostro pianeta, che

centri energetici operano in prossimità di laghi, alberi, rocce sacre o montagne, i quali proteggono e mantengono la vita nel territorio circostante e permettono le connessioni con gli altri luoghi. I Kogi credono, come protettori di alcuni di questi siti, di essere stati chiamati ad avvertire l'umanità contemporanea affinché prenda coscienza di questi “fili”, di queste connessioni sottili, del fatto che tutto è collegato in maniera invisibile. Recidendo certi fili o distruggendo i centri energetici, a causa dell'ignoranza, si innescano conseguenze a catena che portano ai disastri ambientali cui poi cerchiamo di far fronte.

Secondo le parole del regista Alan Ereira: “Essi posano il filo d'oro da un estuario fluviale in Colombia a un altro, così da dimostrare come la distruzione degli estuari abbia una ricaduta sulla sorgente stessa del fiume. In questo modo mostrano l'interconnessione di ogni cosa sulla terra e questo è l'elemento chiave del loro lavoro. Lo scopo di ciò che stanno facendo è mostrare che la terra stessa è un organismo vivente

nel quale tutto è interconnesso e che il danno a una parte di esso significa il danno al tutto”.

Imparare a prendere in considerazione anche gli aspetti non manifesti della Vita Una significa dunque prima di tutto ricercare la connessione con essi e, nel nostro caso, significa (ri)connettersi al pianeta. Per fare ciò abbiamo bisogno dell'atteggiamento spontaneo dei bambini oppure delle società tribali che, come i Kogi, vivono in rapporto simbiotico con Madre Terra. Le tradizioni sciamaniche hanno sempre avuto come punto di partenza della loro pratica la connessione con la Terra. All'inizio ci si può sforzare di riconoscere negli alberi, nelle piante, negli animali grandi e piccoli e persino nelle rocce delle forme di intelligenza energetica più o meno manifesta; si può provare ad intrattenere con loro un dialogo sottile. Da lì il passo successivo potrebbe essere quello di ravvisare, dapprima anche solo a livello teorico, la presenza di certi esseri nei boschi, nelle foreste, in prossimità di laghi o corsi d'acqua, in grotte o vallate, o nel prodursi dei cambiamenti atmosferici e iniziare a sperimentarne la presenza, ad esempio, nella qualità energetica che il luogo emana, nelle emozioni che ci suscita, nelle immagini che prendono forma nella nostra mente.

Infine potremmo prestare attenzione alle qualità degli elementi, a come si presentano in natura, a quali luoghi sono collegati e a che tipo di energie.

Non dobbiamo avere paura di utilizzare al meglio i nostri sensi fisici: focalizzare l'attenzione su suoni, odori, percezioni, colori o gusti è un modo per rendere più sensibile tutto il nostro corpo.

Ampliando la consapevolezza e affinando le nostre percezioni abbiamo la possibilità di conoscere meglio l'aspetto energetico del nostro essere e interagire sottilmente e in maniera *consapevole* con l'ambiente che ci circonda, sia esso naturale, artificiale o umano.

Connettersi al pianeta può anche voler dire lavorare manualmente la terra, apprezzarne i frutti, renderle grazie per essi, imparare a cono-

scere e a utilizzare piante, erbe o minerali per la nostra e l'altrui salute.

Non dimentichiamoci poi del susseguirsi dei suoi cicli, sotto varie forme. Da sempre rispettare i cicli (terrestri, lunari e planetari) è stato di fondamentale importanza per qualsiasi cultura. Come il tantrismo insegna, prima di rendersi liberi da ogni vincolo, bisogna imparare a cedere alla vibrazione ondulatoria dello *spanda* e al susseguirsi dei cicli, comprenderli in sé e diventare un tutt'uno con il mutamento. Se prestiamo attenzione, vi sono innumerevoli forze che agiscono su di noi, alcune ad intervalli regolari ciclici. In un giorno, quante volte riusciamo a percepire il nostro mutare interiore?

Conoscere questo significa comprendere meglio come funzioniamo a livello sottile.

Prendere consapevolezza del nostro non-fisico e del non-fisico di ciò che ci circonda ci apre a una nuova, più ampia comprensione della Vita, dove i paradigmi di spazio e tempo mutano e le interconnessioni sono maggiormente percepibili.

In questo periodo lavorare con l'energia, tenere l'aura pulita e prendere consapevolezza degli aspetti non manifesti di ciò che ci circonda è di fondamentale importanza per la nostra salute, fisica e non solo!

Non c'è bisogno, come propongono molti ecologisti, di ritornare a stili di vita retrogradi e anacronistici, in qualche modo abbandonando i frutti di secoli di evoluzione. Basta darsi la possibilità di vivere *spontaneamente*, senza aver paura di mettere in pratica gli insegnamenti teosofici o di altre tradizioni sapienziali, cercando di bilanciare la mente con il *cuore*.

Una volta che avremo consolidato questo legame con il pianeta, sarà molto più semplice capire come realmente prendercene cura e, soprattutto, come occuparci dell'umanità sofferente, creatrice di ogni morbo e di ogni disastro ambientale.

*Mattia Lugarà è socio indipendente della S.T.I. ed è impegnato attivamente nel movimento dei Giovani Teosofi.*