

Teosofia e rivoluzione: percepire diversamente per poter innovare

GRAZIELLA RICCI

L'argomento di questo seminario ci ha portato a riflettere sul binomio 'Tradizione e rivoluzione' e magari a chiederci in quale percentuale sia meglio restare ancorati alla 'tradizione' o, al contrario, spostarci verso il cambiamento insito nella parola 'rivoluzione'. Qualcuno direbbe che la verità si trova a metà strada, dato che la tradizione teosofica è l'eredità del passato che ci ha permesso di arrivare dove siamo. Tuttavia uno sguardo anche solo superficiale a ciò che succede nel mondo credo sposterà la bilancia verso la necessità di un cambiamento urgente e rivoluzionario.

Le problematiche mondiali sono diventate un tema scottante perché, secondo alcuni scienziati, ci stiamo avviando verso la sesta estinzione del pianeta. La prima si verificò quattrecento milioni di anni fa, con la scomparsa di una grande quantità di fauna e flora marittima. La quinta e più recente fu l'estinzione dei dinosauri che aprì la strada all'era dei mammiferi e modificò per sempre la natura. Questa volta la differenza con le altre estinzioni è notevole e non è dovuta a catastrofi naturali, perché i responsabili della probabile sesta estinzione planetaria siamo noi. Infatti il comportamento umano sta portando le specie all'estinzione con una velocità mille volte superiore a quella precedente la comparsa dell'uomo moderno, attraverso la distruzione degli habitat e l'inquinamento. Attualmente, la metà di tutti gli anfibi, un quarto dei mammiferi e un terzo dell'ecosistema corallino sono a rischio estinzione e le isole gigantesche di plastica che

ondeggiano negli oceani fanno rabbrivire.

Davanti a questo triste panorama, e se siamo veramente consapevoli di quello che sta succedendo al nostro pianeta, è bene chiedersi rapidamente quali siano il nostro ruolo e la nostra responsabilità perché, come ha detto più volte Krishnamurti, quando la casa è in fiamme, il fuoco va spento senza pensarci troppo. È evidente che solo una rivoluzione profonda della coscienza umana può impedire la sesta estinzione della vita sul pianeta, rivoluzione che è connessa alla maggiore o minore capacità dell'essere umano di percepire la realtà. La questione è capire di quale realtà stiamo parlando e anche di quale tipo di sguardo perché, come ben diceva Marcel Proust: "L'unico vero viaggio... [verso il cambiamento]...consisterebbe...nell'avere altri occhi, nel vedere l'universo con gli occhi di un altro"¹.

In altre parole, Proust anticipa una verità basilare nell'invitarci a vedere la realtà da un'altra prospettiva, perché solo rovesciando il nostro sguardo riusciremo a modificare le stratificazioni del nostro ego che impediscono il cambiamento (infatti si dice che i grandi insegnanti si concentrino non tanto su cosa vedere ma su come guardare). In questo rovesciamento dello sguardo essere consapevoli dell'Unità della Vita è fondamentale per una corretta percezione della realtà, sia interiore sia esteriore. Ma questa soluzione è facile solo in apparenza perché, come affermano le neuroscienze, per la grande maggioranza degli essere umani la realtà è impossibile da perce-

pire. Il neuroscienziato inglese Beau Lotto, apre il suo interessante libro *Percezioni*² con una domanda che i grandi pensatori hanno affrontato un'infinità di volte nel divenire storico: "Quando apriamo gli occhi, vediamo il mondo com'è realmente? Vediamo la realtà?"

La risposta che le neuroscienze danno in maniera categorica è negativa e cioè noi non vediamo la realtà (e questo approccio già la filosofia orientale evidentemente lo conosceva, quando diceva in modo metaforico che tutto è *maja*, illusione). Ma il modo in cui le neuroscienze spiegano questa nostra impossibilità di percepire la realtà è molto suggestivo e pone alcune questioni di grande interesse. Dice Lotto: "Il mondo possiede una sua oggettività, solo che noi non la vediamo. La nostra esperienza del mondo non coincide con ciò che quest'ultimo è realmente *perché il nostro cervello non si è evoluto per fare questo*. È una sorta di paradosso: il cervello ci dà l'impressione che le nostre percezioni siano oggettivamente reali, eppure i processi sensoriali che consentono la percezione ci impediscono un accesso diretto a quella realtà. I nostri cinque sensi sono come la tastiera di un computer: sono il mezzo tramite cui le informazioni provenienti dal mondo esterno entrano in noi, però hanno molto poco a che fare con ciò che viene esperito come percezione (...) Di fatto, in termini di pura e semplice quantità di connessioni neurali, solamente il dieci per cento delle informazioni che il nostro cervello utilizza per vedere deriva dagli occhi, il resto proviene da altre regioni del cervello (...) La percezione non deriva affatto in maniera esclusiva dai nostri cinque sensi, bensì dalla rete di comunicazione infinitamente sofisticata del cervello, che conferisce senso all'insieme delle informazioni che vi entrano" (Lotto 2017: 13-14).

Quindi, per poter dare significato alla percezione, il nostro cervello porta con sé tutta l'esperienza empirica dei nostri antenati, assieme



Nilakanta Sri Ram (1889-1973).

agli automatismi individuali e a quelli della cultura che ci circonda. Sappiamo che una corretta percezione è importante perché è ciò che ci permette di esperire l'esistenza. Per questo chi ha potuto ad es. sperimentare che, lasciando il corpo, continua a percepire anche se in modo diverso, perde la paura della morte, che non riguarda tanto il corpo quanto la percezione. Ma se, come dice la scienza, noi non possiamo percepire la realtà, come possiamo sperare di creare il futuro in maniera differente? Pare che la grande rivoluzione si trovi non nella tecnologia ma nel modo di vedere, come diceva Proust, con una prospettiva diversa. E non nel modo di vedere la realtà oggettiva bensì nel modo di vedere noi stessi nell'atto di vedere. Il che vuol dire nel modo di vedere noi come testimoni di noi stessi, unica maniera di crescere in consapevolezza.

Nel processo della percezione riuscire a comprendere il funzionamento del cervello e la sua relazione con il mondo è importante, visto che può portare a deviazioni sorprendenti e innovative rispetto alla rotta prestabilita; e poiché questa comprensione è individuale, si può dire che ciascuno di noi è responsabile di ciò che vede e di come guarda e, di conseguenza, anche delle valutazioni che ne ricava, valutazioni che – tra l'altro – dimostrano l'utilità delle esperienze, non la loro verità (per questo, il Raja Yoga richiede una previa purificazione dei sensi e dei pensieri prima di meditare). Quindi, dato che ognuno di noi è l'unico che vede ciò che vede, la percezione diventa qualcosa di squisitamente personale e questo dovrebbe renderci ancora più responsabili. Eppure, anche sapendo che percepiamo in modo personale e che crescere in consapevolezza è fondamentale per trasformare in meglio il futuro del pianeta, come mai la stragrande maggioranza della gente cambia poco o nulla?

Krishnamurti ha detto più e più volte che la paura dell'ignoto impedisce il cambiamento, e l'ignoto fa parte della nostra zona in ombra. Noi sappiamo o crediamo di sapere chi siamo perché questa convinzione ci soddisfa e non ci piace camminare nell'incertezza. I film 'horror' si basano proprio su questa incertezza, creando spesso scene di buio per suscitare gli effetti di *suspence*. Ma, come ben dice Lotto, "l'incertezza è il problema per la cui soluzione il nostro cervello si è evoluto. Risolvere l'incertezza è un principio unificante che permea tutta la biologia ed è il compito insito nell'evoluzione, nello sviluppo di ogni individuo e nell'apprendimento" (*ibidem*: 21). Il fatto è che risolvere le incertezze può far bene al nostro cervello ma non all'urgenza di cambiamenti che richiede il momento attuale.

Noi viviamo in un mondo che è sempre più interconnesso, e un mondo di questo tipo è imprevedibile perché ci obbliga a sfide costanti in

tutti gli ambiti, lavorativi, educativi, familiari e sociali. Le problematiche di odio e di razzismo esistenti nel mondo, di cui siamo informati di continuo attraverso i giornali e la tv, hanno alla base la paura del cambiamento e l'incertezza verso un mondo a noi sconosciuto. La dinamica è sempre quella degli automatismi ereditari ma, così facendo, perdiamo la possibilità di vivere un'esistenza più creativa e, soprattutto, più libera. Pensiamo quindi alla grandezza di Socrate che, già a quell'epoca, si era accorto che la questione più importante era la consapevolezza dell'incertezza, cioè il sapere di non sapere. Dubitare rende possibile deviare dalla strada prestabilita e vedere la realtà con uno sguardo differente, mentre la certezza rimuove il mistero e la meraviglia e ci sottrae un elemento essenziale alla ricerca psicologica e spirituale, vale a dire la curiosità. Il dubbio, quindi, è la genesi di una percezione nuova. Persino Edgar Morin, il noto sociologo e filosofo francese, ci dice che è proprio quando il sapere raggiunge livelli elevati che sorge il dubbio e s'incrina la convinzione di una conoscenza assoluta. L'unica certezza è data dall'incertezza di ogni sapere: il sapere porta al non-sapere³. Per questo si dice che, nel dialogare, il valore sta più nelle domande che nelle risposte.

Ciò nonostante, se ci guardiamo intorno, notiamo che la maggior parte della gente non dubita, dà per scontato di vedere il mondo con precisione ma, di fatto, non è così. Infatti il cervello si è evoluto per sopravvivere, non per farci percepire la realtà cosiddetta 'oggettiva' che, tra l'altro, non è oggettiva e non è uguale per tutti perché – come già detto – ciascuno possiede filtri percettivi differenti legati al contesto. Ad es., due esperienze identiche come percorrere a piedi un chilometro possono essere totalmente diverse, nella pratica, per un giovane atleta e per una persona con problemi di artrosi.

Questo non vuol dire che i nostri sensi siano deboli o fragili, il nostro cervello ha un rigo-

roso programma di ricerca, sviluppo e verifica ed è stato creato per evolvere e per sopravvivere attraverso il tempo. Tuttavia è significativo che vedere la realtà non sia un prerequisito per la sopravvivenza, per cui i nostri sensi non sono resi fragili dall'evoluzione, bensì adattabili. Proprio per questo, la nostra percezione è molto più plastica di quello che immaginiamo e decisioni che sembrano razionali spesso non lo sono perché di fatto guidate da forze invisibili di cui noi non siamo nemmeno consapevoli. Sono queste forze invisibili che, nel passaggio da onda a corpuscolo attraverso ciò che scegliamo di fare o di dire, fanno precipitare l'energia d'onda in una manifestazione di energia corpuscolare e, così facendo, spingono gli eventi in una determinata direzione. Per questo, guardare la realtà e fare la scelta successiva diventano una grande responsabilità di ciascuno nell'agire quotidiano.

Possiamo dedurre, quindi, che l'unica vera conoscenza è quella radicata nell'esperienza ed è del tutto inutile dire a qualcun altro ciò che deve fare, perché così facendo lo priviamo del potenziale per una comprensione più profonda. I grandi maestri spirituali non consigliano, suggeriscono soltanto, e siamo noi, attraverso il nostro sguardo e il nostro discernimento, a modificare o meno il nostro comportamento e, di conseguenza, la percezione della realtà. Tenuto conto che plasmiamo la realtà attraverso la nostra esperienza percettiva, dobbiamo agire nel mondo, per poterlo comprendere. Il problema è che le nostre convinzioni creano coni di luce che ci impediscono di vedere le ombre inconscie che abitano in noi: è molto chiara la storia sufi del Mullah Nasrudin il quale, avendo perso le chiavi per aprire la porta nella soglia buia della sua casa, le cercava nella piazza perché lì c'era più luce (le metafore, come sappiamo, raccontano meglio di qualsiasi altra cosa). Quindi le nostre convinzioni fanno di noi ciò che siamo e ci rassicurano sulla nostra identità. Cerchiamo

di renderci consapevoli di quelle che ci limitano! Date queste premesse, diventa importante scoprire i nuovi assunti delle neuroscienze per riuscire a modificare le convinzioni ostacolanti e partire con nuovi criteri verso una percezione più vicina a ciò che effettivamente stiamo percependo. Quali sono questi nuovi assunti?⁴

1. Tutte le informazioni che riceviamo sono in sé insignificanti. Nella nostra vita quotidiana riceviamo una massa di dati impressionanti che, tuttavia, non si traduce in conoscenza, perché l'informazione intercettata dai nostri sensi non significa niente. Non è altro che molecole di energia. La realtà che la nostra percezione costruisce si basa sull'interazione di queste molecole che vengono decodificate dal nostro cervello, il quale attribuisce loro il significato a partire dalla propria realtà contestuale ed ecologica. Per questo, davanti a un incidente, dieci persone daranno dieci testimonianze differenti, basate sulla realtà personale e contestuale di ciascuno. Il nostro cervello è una macchina di senso incredibilmente veloce e competente, ma teniamo presente che: 2. Noi percepiamo solo ciò che è possibile percepire e questo dipende non solo dal grado di concentrazione o distrazione di ogni soggetto, ma dal *background* contestuale di ciascuno e dal fatto che i nostri cinque sensi percepiscono solo una minima parte di ciò che guardano. È come acquisire coscienza della realtà attraverso cinque piccole finestre di una roulotte che marcia velocemente per cui ogni finestra individua frammenti diversi; il risultato globale è che cogliamo una realtà molto parziale e incompleta di ciò che esiste fuori nel mondo. Quindi il detto "vedere per credere" è del tutto fuorviante (*ibidem*: 120). Questa frammentarietà si riscontra anche negli animali che vedono solo ciò che è utile alla propria sopravvivenza (ad es. le renne hanno sviluppato la vista a raggi ultravioletti per poter mangiare nel bosco e lo stesso vale per le api e gli insetti). Questo significa che, nella nostra evoluzione,

la selezione naturale ha agito diversamente per favorire la sopravvivenza di ogni specie.

3. Le informazioni che ci arrivano sono quindi un flusso costante, il nostro cervello percepisce solo per contrasto e noi, man mano che la nostra 'roulotte' si muove, ci modifichiamo costantemente dentro e fuori. L'impresa di cogliere qualcosa nella sua totalità è dunque praticamente impossibile per la stragrande maggioranza delle persone, ad eccezione di chi ha intrapreso una strada di ricerca spirituale nella pratica e non solo nella teoria, ha allenato la propria mente-cervello in modo intenso e, così facendo, ha raggiunto un livello molto alto di consapevolezza. Quindi, dato che il nostro cervello si limita a percepire lo spazio in maniera *utile* per far sì che il nostro comportamento ci permetta di sopravvivere, noi esperiamo il mondo in modo ambiguo e non possiamo sapere se la nostra percezione sia accurata o meno; dobbiamo usare il passato per aiutarci con il presente.

4. Gli stimoli che riceviamo, dato che sono ambigui, ci obbligano a restringere la scelta e, tra una serie di risposte possibili, a creare il significato che genera una risposta: non *la* risposta ma *una* risposta, che il cervello valuterà se è utile, prima di adoperarla successivamente. In questo modo noi ci siamo adattati ad adattarci, allo scopo di ridefinire continuamente la normalità. Dice Lotto: "L'unico modo di sapere se la nostra percezione del mondo fisico sia accurata starebbe nell'essere in grado di paragonare direttamente la percezione alla verità del dato reale. È così che funzionano alcuni sistemi di intelligenza artificiale" (*ibidem*: 112). Ma questo noi non possiamo farlo, per cui il nostro cervello cerca dei modi che ci aiutino a sopravvivere, alcuni banali (come trovare del cibo, mangiare, ecc), altri molto innovativi (come usare le orecchie e il tatto per vedere, nel caso dei ciechi). Per questa ragione, un'attitudine attiva e un'attenzione totale sono molto importanti e ci con-

sentono di attingere a una risorsa neurologica che può portare a focalizzare meglio e a innovare nella percezione; innovazione che ha una base fisica nel cervello. Le ricerche effettuate dimostrano che possiamo accrescere in parte la nostra percezione modificando fisiologicamente il modello neurale del nostro cervello. Dato che l'evoluzione si è evoluta per evolvere (e valga la ridondanza), noi siamo sia prodotti sia creatori dell'evoluzione. La sopravvivenza e il progresso richiedono urgentemente che siamo innovatori, anche nelle piccole cose quotidiane, senza eccedere, per es., nell'utilizzo dell'acqua per fare la doccia. Imparare due o più lingue, ad esempio, è molto importante e ritarda la demenza senile, perché costringiamo il cervello a rinnovarsi costantemente e ad aprirsi all'alterità (di suoni, di strutture e di significati). Sono le donne ad avere, credo, un ruolo importante nell'evoluzione prossima futura perché, come ha ben detto Isabel Allende in una recente conferenza⁵, le donne – data la loro intrinseca sensibilità – vogliono bellezza nella loro vita e nel mondo, e la bellezza è legata all'amore e alla crescita spirituale. In questo sono aiutate non solo dalle altre donne ma dai figli e nipoti maschi. I signori di una certa età, diceva Allende con ironia, ormai bisogna aspettare che muoiano... Umoreismo a parte, è vero che il patriarcato è tutt'altro che spento a livello planetario. Tra l'altro, la questione si fa sempre più delicata perché la complessità dell'ambiente va di pari passo con quella sensoriale; noi siamo destinati a vivere in una interazione sempre più ingarbugliata che spinge ad aumentare costantemente l'adattamento alla complessità sia ambientale sia individuale. Diceva Sri Ram che "la spiritualità si estende in tutte le direzioni ed esige un perfetto adattamento e, allo stesso tempo, una grande forza. L'insieme di adattamento e potenziamento è una cosa estremamente rara nel mondo. Al grado di evoluzione al quale siamo arrivati, la metà delle cose che facciamo sono

errori, è impossibile andare costantemente da una cosa giusta ad un'altra giusta.”⁶

5. Non esiste un manuale d'istruzioni. La percezione non è fine a se stessa. Il cervello ci fa percepire per far sì che ci muoviamo e rispondiamo agli stimoli. Ma le informazioni che riceviamo non ci dicono come reagire, la realtà non ci dice come comportarci; ed ecco che subentra la capacità di scelta e ciascuno agirà diversamente in risposta al proprio discernimento. Questo lo sperimentiamo nella nostra interazione con gli altri, perché sovente ci sbagliamo sulle altre persone, dato che proiettiamo su di loro in maniera scorretta significati che sono soltanto nostri. Per questo è consigliabile di evitare di giudicare il prossimo, perché è facile che la realtà che crediamo di percepire non sia veritiera e non sia nemmeno quella che percepiscono gli altri, anche se, in certi casi, può essere simile.

Se teniamo conto di questi cinque assunti, la prima cosa da accettare è il fatto che non vedere la realtà non è una cosa negativa. Lotto dice che noi siamo arrivati dove siamo non malgrado la nostra incapacità di vedere la realtà, bensì proprio grazie a essa (Lotto: 71). Quello che importa è ciò che noi facciamo, dato che alla base dell'esistenza umana c'è la domanda: cosa succederà adesso se facciamo questo o quest'altro? Noi modifichiamo l'architettura del nostro cervello attraverso la sperimentazione, confrontandoci attivamente con le fonti di informazioni ambigue, con le esperienze di tentativi ed errori. Le nostre utili esperienze del passato plasmano le nostre percezioni del presente generando l'illusione di stare cogliendo la realtà, ma tutte le illusioni del percepire si basano sulla grande illusione che si può arrivare a vedere ciò che in realtà siamo impossibilitati a fare. La nostra idea di illusione è illusoria perché la grande illusione è pensare che ci siamo evoluti per poter percepire meglio ma, poiché tutto è in continuo movimento, sia fuori sia dentro di

noi, quello che percepiamo è quello che già conosciamo e che ci dice ciò che conviene cogliere. Il passato vissuto e immaginato determina la nostra maniera di vedere nel presente.

Come si fa ad uscire da questo circolo vizioso che Krishnamurti ha descritto tante volte? Una delle possibilità (che già attuiamo inconsciamente) è quella non solo di leggere ma anche di avere dei sogni ad occhi aperti, perché raccontarci qualcosa per il cervello risulta tanto reale quanto la percezione esterna. Le narrazioni immaginarie, anche grazie ai neuroni specchio, hanno il potere di modificarci e di creare percezioni diverse. Diceva Jung che la psiche è fatta d'immagini, per cui ripensare le proprie immagini può rinnovare la propria storia e così ricreare non solo il presente ma anche il nostro futuro⁷. Il risultato è che “possiamo utilizzare il nostro cervello per cambiare dall'interno il cervello stesso” (Lotto: 132). Ci sono esercizi e anche racconti paradossali che dimostrano che il fatto di pensare alle nostre percezioni ha la facoltà di alterarle; il successo di tanti romanzi è basato proprio su questo fenomeno. A livello neuro-cellulare, sia le esperienze fisiche sia quelle immaginarie sono esperite fisicamente e modificano la nostra architettura neurale (*ibidem*: 145). Nel suo libro *La realtà della realtà* (Astrolabio 1976: 7) Paul Watzlawick inizia dicendo: “Quest'opera si occupa del modo in cui la comunicazione crea quella che noi chiamiamo realtà”. Lo stesso autore racconta (se ricordo bene, nel suo libro *Change*) dell'orso regalato a uno zoo del Canada e chiuso in una gabbia in attesa di disporre di uno spazio adatto. Il povero orso trascorse tre mesi camminando nella gabbia stretta tre metri in avanti, due di lato e tre indietro. Quando arrivò il momento e la gru alzò le pareti della gabbia, la gente, riunita per vedere dove sarebbe andato l'orso per primo, se sulla montagna di ghiaccio oppure nel laghetto vicino, vide che l'orso continuava meccanicamente a percorrere tre metri in avanti, due di

lato e tre indietro, indifferente al fatto che non ci fosse più la gabbia. Il cervello umano, condizionato da una percezione abitudinaria, fa la stessa cosa e tende sempre verso la stessa direzione, fenomeno denominato ‘curtosi’⁸ dalle neuroscienze. Questo fa sì che sia difficile vedere in maniera diversa non solo concettualmente ma anche statisticamente. La buona notizia è che la curtosi può operare a nostro vantaggio se scegliamo qualcosa di utile o positivo e la pratichiamo (nel nostro caso, viviamo secondo gli insegnamenti teosofici). Solo con la consapevolezza che la nostra percezione è basata su premesse che sono, per la maggior parte, inconse, riusciremo ad allontanarci dai comportamenti routinari e auto-sabotanti, cioè a vivere attivamente la conoscenza e non solo pensare che già sappiamo di avere degli assunti inconsci (Lotto 2017: 157). Si dice che tra il dire e il fare c’è di mezzo il mare, e purtroppo è vero, è molto più facile, ad es., parlare di fratellanza che viverla nella routine di ogni momento, specialmente se la platea non ci sta guardando.

Questa qualità di consapevolezza richiede il più alto grado di attenzione, perché i nostri automatismi sono molto furbi e non vogliono essere smascherati. Inoltre è bene ricordare che nessuna percezione ha un significato unidimensionale: il cervello agisce sovrapponendo strati di significazione. Ad esempio una rosa è un livello di significato, una rosa gialla aggiunge un significato al primo, una rosa gialla schiusa ne aggiunge un terzo e così via. Queste stratificazioni sono ricorsive, dato che possiamo pensare ai nostri pensieri relativi ai nostri pensieri, quindi possiamo utilizzare una quantità enorme di combinazioni di regioni cerebrali differenti che rappresentano una serie di stadi diversi della nostra storia evolutiva (*ibidem*: 131). Qui abbiamo la fonte della nostra potenziale capacità creativa come anche della nostra grande capacità conflittuale. Il nostro cervello è come una stazione ferroviaria, le stazioni sono

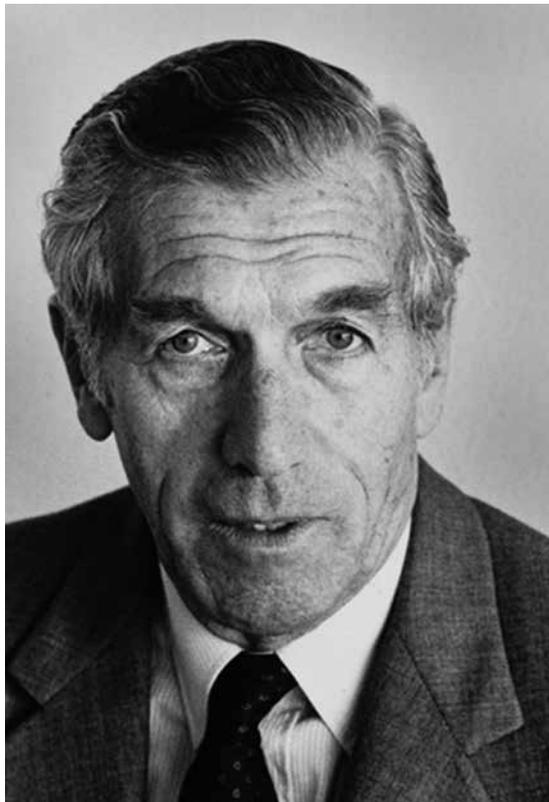
i neuroni, i binari che le collegano sono le connessioni tra i neuroni. Poiché il cervello ama l’economia, le fermate prestabilite più vicine sono quelle meno costose e quelle che il cervello tende a seguire, eliminandone altre magari più creative ma più lontane e che richiedono un maggiore dispendio di energia. A questo punto possiamo chiederci: ma allora come facciamo a percepire diversamente per poter innovare e uscire dagli automatismi?

Abbiamo detto che il primo passo è essere consapevoli, in maniera attiva, del fatto che di solito siamo esseri inconsapevoli. Secondo passo, se vogliamo cambiare il nostro futuro, dobbiamo modificare il nostro passato, cioè ridare nuovi significati alle esperienze del passato; questo lo sa bene la psicanalisi e già lo aveva capito il grande scrittore argentino Jorge Luis Borges, molto prima delle neuroscienze. Egli, già negli anni ’20 del secolo scorso, diceva: “Cos’è il nostro passato se non una serie di sogni? Che differenza può esserci tra ricordare i sogni e ricordare il passato?” (Ricci 2012: 62). Borges si poneva dei perché paradossali dove altri vedevano eventi lineari conosciuti e testati. Il domandarsi perché, davanti a una situazione o soluzione che sembra chiara e risolta, è una dimostrazione di consapevolezza, di dubbio proattivo. Gli innovatori avviano il processo di creazione di nuove percezioni – di cambiamento del passato del loro futuro – domandandosi il perché non di qualsiasi cosa, bensì di ciò che pensano sia vero... cioè i propri assunti. Tuttavia il valore non sta nel conoscere ma nel comprendere la motivazione di questi assunti: la comprensione trascende e integra i differenti contesti (Lotto 2017: 206), semplifica un po’ la complessità dei dati e ci permette di domandarci: Perché le cose sono così e non possono essere in altro modo? Da tutto ciò si deduce che la creatività iniziale del genio emerge dal semplice mettere in dubbio il giusto assunto in maniera originale e penetrante (*ibidem*: 208).

Quando uno si chiede: come ho fatto ad arrivarci?, non ha pensato che la risposta si trova in una domanda magari semplice ma con effetti molto vasti: l'interrogarsi dà il via a una ricerca nell'ignoto che si effettua non facendo balzi, perché la natura non saltella, bensì utilizzando strumenti sequenziali già presenti nel nostro cervello. Ricordiamo che l'istante osservato è la somma di tutti i momenti passati della nostra vita. Questo significa che l'illuminazione o la creatività improvvisa non esiste per sé. Dietro al momento creativo ci sono centinaia di storie di tentativi ed errori e migliaia di impercettibili processi sequenziali (*ibidem*: 214). L'eccitazione neuronale durante i momenti di ispirazione dopo tutti questi *step* sequenziali fa sì che ci sia un'enorme interconnettività neurale che può provocare la scintilla creativa; è come se tanti treni si mettessero a viaggiare scegliendo tanti percorsi secondari allo stesso tempo; ad un tratto, appare davanti a essi la strada maestra che le tante nubi concettuali tenevano nascosta alla visione globale.

Il principio della deviazione è che porsi la domanda giusta sui nostri assunti dati per scontati dà il via a un viaggio nell'ignoto, perché “le nostre verità sono assunti altamente connessi, modificando loro potremmo modificare l'intero sistema. Questo significa che il passo successivo che compiremo in quel nuovo spazio del possibile sarà ‘creativo’. Qui inizia la scelta e, nel fare questa scelta, diamo avvio al processo di cambiamento del futuro” (*ibidem*: 223).

La diversità dell'esperienza può aiutare il cervello ad allargare lo spazio delle possibilità con nuovi assunti e un modo particolarmente utile per sperimentare la differenza è viaggiare. Il viaggio crea delle sfide che aprono il cervello alla creatività perché permette di esporsi a una varietà di modi di essere e di situazioni innovative. Anche mettersi in gioco con situazioni e persone eterogenee ci permette di misurarci in contesti di tentativi ed errori che attivano



Paul Watzlawick (1921-2007).

il nostro repertorio neurale di risposta. In incontri come questo, ad esempio, se riusciamo – attraverso il dialogo – a riconoscere i nostri schemi mentali mentre si chiacchiera spensieratamente, questa consapevolezza può facilitare la costruzione di nuove prospettive mentali. Questo spiega il grande potere che ha la diversità all'interno dei gruppi teosofici, perché ciò che è diverso permette di attivare l'incertezza, e cioè la nostra parte oscura, in senso metaforico. Per questo motivo, “il conflitto fa parte dell'amore tanto quanto l'affetto fisico... [...] Perché comprendere gli altri – anche se stessi – non equivale a sapere in cosa siano simili a noi. Amare vuol dire amare la devianza dell'altro” (*ibidem*: 266-268), cosa non facile che richiede umiltà e coraggio, perché si entra in uno spazio “che il nostro cervello si è evoluto per evitare”

(*ibidem*: 268), vale a dire si entra nell'oscurità dell'incertezza e in questo campo la parola chiave è 'fermarsi', cioè distogliere lo sguardo dall'ovvio, che può essere una reazione di rabbia o di frustrazione e, così facendo, dare inizio al non-ovvio (*ibidem*: 270), che è lo stato di attenzione e accettazione totale senza reazione. In questo senso la pratica meditativa è la benvenuta perché può insegnare molto al riguardo. Per chi non l'ha già visto, consiglio il film Oscar "La forma dell'acqua", un meraviglioso poema metaforico sull'amore e sulla capacità di innovare e superare l'alterità dell'altro. Come diceva Krishnamurti: "L'amore... è la qualità di un cervello che non raccoglie nulla [e che scopre ogni volta il mistero], non la ripetizione di quello che hanno detto gli altri" (Krishnamurti 1985: 37)⁹. Perciò l'amore è la totale libertà dal conosciuto. Si può dire che questa sia la vera rivoluzione. Anche Sri Ram diceva che, quando leggiamo, prendiamo contatto solamente con ciò che altri hanno pensato e sentito; ma noi dobbiamo creare qualcosa di originale e in questo modo creeremo nella misura in cui vivremo una vita migliore: "Dovremmo raggiungere un cambiamento radicale per un'umanità rigenerata, redenta dalla parte migliore della sua natura, che finirà per prevalere [...] C'è l'infinito in ognuno di noi e dobbiamo scoprirlo 'dando'. Non c'è altro modo"¹⁰.

Finisco con una citazione di Lotto che trovo molto suggestiva ed è in parte la sintesi di quanto detto in questo lavoro: "I movimenti oculari, che sono la nostra finestra sul mondo, celano i nostri assunti. Perciò guardare l'ovvio è una cosa ovvia da fare, anche se ciascuno di noi ha un ovvio differente [...] L'elemento fondamentale per definire una persona o un gruppo di persone è non solo ciò che fanno (ciò che guardano), ma anche ciò che non fanno (che non guardano) [...]. Quindi, a differenza della maggior parte degli animali, noi possiamo cambiare il passato del nostro futuro distogliendo lo

sguardo dall'ovvio [...]. Quello che guardiamo rivela chi siamo, ma quello che scegliamo di non guardare ci crea" (Lotto 2017: 276-277).

Note bibliografiche:

1. Citato da Beau Lotto, all'inizio della *Introduzione* (Lotto 2017).

2. Lotto, Beau (2017), *Percezioni. Come il cervello costruisce il mondo* (trad. it.). Torino, Bollati Boringhieri.

3. Cfr. Carlo Bordonì, "Il percorso circolare dell'umanità", *Corriere della Sera*, Milano, 23 marzo 2018, p. 49.

4. Gli assunti sono una sintesi delle considerazioni di Beau Lotto su questo argomento nel libro già citato (Lotto 2017: 56-72).

5. Conferenza di Isabel Allende tenuta in Messico, dal titolo: "La experiencia intelectual de las mujeres en el siglo XXI" (ascoltata su YouTube).

6. Riflessione tratta da una relazione dattilografata di Sri Ram, trovata tra le carte lasciate da Jinarajadasa alla sua morte.

7. Cfr. Ricci, G. N. (2012), *Il viaggio infinito. Tecniche e percorsi di trasformazione*, Acireale-Roma: Bonanno ed., p. 23.

8. Il nostro cervello possiede una distribuzione statistica, per cui il repertorio delle esperienze precedenti crea un *database* di percezioni utili soggetto a un fenomeno statistico chiamato *curtosi*: "Si ha una *curtosi* quando le cose tendono a farsi sempre più concentrate nella loro distribuzione, cioè tendenti verso una sola direzione" (Lotto 2017: 148).

9. Krishnamurti, J. (1985), *Gli ultimi discorsi*, Saanen 1985, Roma, Ubaldini.

10. Sri Ram, *La rigenerazione umana*, opuscolo Gruppo Ars Regia-HPB, pp. 11-12.

Relazione presentata da Graziella Ricci, Presidente del Gruppo "Ars Regia - H.P.B." di Milano, in occasione del Seminario Teosofico organizzato congiuntamente dalla Federazione Teosofica Europea, dalla Rappresentanza Presidenziale Svizzera e dalla Sezione Italiana e svoltosi ad Ascona (Svizzera) dal 23 al 25 marzo 2018 sul tema "Teosofia: tradizione e rivoluzione".