

IL SÉ E L'ALTRA VITA di Alessandro Spampinato (2[^] parte)

26 Settembre 2021



continua...

Ma quando si risveglia la vita interiore e dal profondo emerge il Sé, l'Antico dei Giorni, la Consapevolezza del Tutto allora quella coltre percettiva sensoriale decade e tutto risulta chiaro e semplice come in realtà è sempre stato. Non c'è più un Io e un Tu, la distanza e la separazione tra noi e la realtà decade perché noi siamo la Realtà e siamo il Tutto. È un po' come passare dall'azione all'Ascolto, dal movimento alla contemplazione, dall'affermazione di sé al farsi specchio della Vita Tutta. A volte accade per caso, a volte dopo un evento traumatico e scioccante, a volte dopo anni di lavoro interiore e introspezione, a volte dopo anni di ascesi, di rinunce, ritiri e studio serrato a volte durante una meditazione particolarmente fortunata. Quando si apre questa visione interiore della Realtà si prende possesso della propria Consapevolezza e di conseguenza della nostra Vita interiore. A questo punto non si ha più bisogno di gruppi, maestri, guru e guide. Questa presenza interiore, questo Tempio interiore ha aperto la sua porta e l'Unità è compiuta. Spesso mi trovo a spingere le persone a smettere di guardare il mondo e la vita con gli occhi fisici e ad attribuire all'esterno la fonte della propria felicità o infelicità. L'inganno è un po' tutto qui. Sin da piccoli ci addomesticano alla vita sociale, a comportarci bene per piacere prima ai familiari, poi agli insegnanti e infine agli altri e ai datori di lavoro, ma nessuno ci "Educa" a conoscere noi stessi e a volerci bene per piacere a noi stessi. E allora dobbiamo imparare a farlo da grandi con un immane lavoro di destrutturazione e rettificazione cognitiva per non buttare l'intera nostra esistenza nello stagno delle "acque di sotto" fatte di riflessi, illusioni, labirinti, bugie, maldicenze tranelli e trappole. Siamo molto di più di animali parlanti e sociali, siamo Anime in cammino nell'Esistenza tutta che ci riguarda da molto vicino.

fine



Rubrica a cura del dott. Alessandro Spampinato Psicologo e cantautore www.alessandrosampinato.com