

COMUNITA' PER LA VIA DELLA CONOSCENZA

Voce nell'impermanenza

Complessità, Semplicità, Spontaneità

Soggetto: Partiamo dalla parola *complesso*, e proviamo a capire che cosa può significare; domandiamoci che cosa è *complesso* e che cosa è ciò che voi considerate il suo opposto, cioè *semplice*. Semplice e complesso, guardati con altri occhi, diventano complementari. Ma la via della Conoscenza scava ulteriormente dentro di voi e vi mostra ciò che voi considerate come problematico nel vostro quotidiano; e voi umani usate l'approccio interiore proprio per risolvere i vostri dilemmi quotidiani, cioè per dare senso alla vostra vita, che ad un certo punto presenta quello che voi chiamate "problema". Dunque, la via interiore vi serve proprio per risolvere i vostri problemi, o magari i drammi del dolore, o per rifondare il significato della vita, se non altro il perché siete qui.

La pretesa dell'umano è che la via interiore dia una risposta alle sue tante questioni, perché per voi risolvere significa dare una risposta, pur approssimata. Per un tratto di strada uno si affascina della via interiore e gli sembra che essa lenisca in lui il senso di delusione, oppure lo riempia, o lo liberi dall'insoddisfazione e gli dia un traguardo da raggiungere, cioè un qualcosa su cui operare ed un senso da ricavare rispetto al semplice stare nell'esistenza. Ogni uomo parte innanzitutto dalla percezione del proprio limite per iniziare a praticare una qualsiasi via interiore che lui utilizza per risolvere la propria complessità. Se ci pensate, le vostre domande o le tante questioni irrisolte partono dal ritenere l'esistenza complessa ed insoddisfacente; le domande sorgono in voi ma non ne capite bene né la risposta e neppure perché giunga, ed il non sapere vi complica l'esistenza. Ed è per questo che il vostro primo passo nella via interiore è quello di complicarvi l'esistenza.

Quando le domande incominciano a bussare, se la vita presenta un fatto doloroso che spinge a riflettere, oppure lo scacco di ciò che voi affermate, voi diventate più complicati e internamente nasce un senso di inquietezza: è l'insoddisfazione, è il "*non mi basta mai*", anche quando siete pienamente coinvolti da quello che fate o anche quando siete tutti quanti appollaiati su quel ritaglio che vi siete ricavati nell'esistenza. Quindi, la via interiore complica l'esistenza molto più di quanto voi pensiate, perché a voi tutti sembra naturale che sorgano domande e che voi vi capiate di più e che incominciate a leggere anche attorno a voi, pur correndo il rischio di vedere coloro che vi stanno attorno con un occhio particolarmente critico, poiché assumete altri occhiali che tendete magari ad applicare più agli altri che a voi.

La semplicità è complementare alla complessità, quindi attraverso una si può vedere l'altra, ovvero sia l'una parla dell'altra, che significa che in nuce dell'una c'è già l'altra. Ma ora proviamo a capire come può la complessità parlarvi di semplicità, o come può la semplicità parlarvi della complessità e come può, alla fine, tutto ridursi semplicemente a qualcosa che non presenta più semplicità e complessità, così come voi le definite.

Come abbiamo detto, voi per un buon tratto di strada usate la via interiore per arricchire la complessità, perché rappresenta ai vostri occhi la risposta alle vostre domande. Inizialmente, quando si riflette sul senso della vita dentro la via interiore, le domande che nascono sono poche, ma poi tendono ad aumentare e così l'uomo scopre che le risposte sono sempre meno. E' come toccare con mano che le risposte hanno un sapore dell'amaro, ovvero sia non riempiono più come le prime risposte, ma soprattutto incomincia ad apparire la scarsa importanza della risposta, mentre rimane ancora importante la domanda. Ma se diventa poco importante la risposta, e rimane importante la domanda, dov'è andata la complessità? La complessità rimane, perché le domande ancora ci sono, ma l'incapacità di provare fervore provoca un senso di impotenza nell'uomo.

L'uomo incomincia a capire che le domande soverchiano sempre le risposte e che le risposte lasciano scoperte le domande. A poco a poco, la complessità gli svela che, se vuole trovare una risposta alla complessità, passando attraverso ulteriore complessità e quindi attraverso ulteriori risposte, lui induce in sé un movimento opposto di progressiva delusione e questo lo porterà a non fissarsi sulla domanda, ma ad ascoltare la domanda che nasce e la risposta che non arriva, o che arriva sempre meno. Ascoltate pure la domanda che nasce e mantenetele pure aperta, perché continuerete per un certo tempo a ritenerla quasi salvifica, in quanto ancora spererete che il sorgere della domanda possa comunque portarvi una risposta, che però percepirete inadeguata. Quindi, per tutto un tratto di strada, la risposta vi parlerà della vostra sconfitta, ma la domanda vi parlerà ancora di qualcosa di salvifico, perché vi parla della vostra mente, mentre la risposta vi racconta della sua insufficienza.

Ma col procedere di questo processo, che parte dalla complessità, vi accorgete che non state dando attenzione a tutto ciò che, momento dopo momento, accade con semplicità, in quanto ogni domanda sovrappone la complessità ad un fatto semplice. Se all'inizio questo era considerato essenziale per risvegliarsi al cammino interiore, successivamente incomincia a rivelarvi quanto voi, utilizzando il percorso interiore, cerciate di sfuggire dal quotidiano che vi appare banale e dal suo semplice ritmo che vi richiama sempre a quella, per voi, insignificanza del *qui e adesso*, poiché vi lascia continuamente insoddisfatti. Infatti, il vostro quotidiano, privato della spinta che nasce da ogni domanda, e quindi poi dall'esigenza di portare verso altri ciò che avete appreso, vi appare noioso nella routine, viceversa splendente se riuscite ad introdurre una finalità. Lì, in ogni atto, o nel succedersi di un atto piccolo con un altro atto semplice, non nasce alcuna importanza ai vostri occhi, a meno che quei piccoli e semplici atti non vi conducano ad operare verso altro, cioè verso una finalità.

Ma questo vi racconta dello scarso peso che, dentro un cammino interiore, ognuno di voi dà ad un quotidiano spogliato dal vostro sovrappiù, ed invece del grande peso che date ad un quotidiano dove ci sono domande e risposte, domande e risposte. Ma, col diminuire delle risposte, l'uomo incomincia a comprendere che il quotidiano reca in sé solo semplicità, e che quindi le tante domande e le tante risposte, che nascono nel cammino interiore, diventano necessarie per ricondurre alla semplicità. E questo però vi parla di quanto voi abbiate bisogno di proporvi e riproporvi domande e poi domande per sfuggire alla semplicità; difatti, un essere umano non ama la semplicità di quegli atti che lui considera banali, insignificanti e ripetitivi. No, lui si racconta che ci sono i desideri, le speranze, i progetti, i bisogni interiori, gli ideali! E così una semplicità spogliata dai sovrappiù della vostra mente, o tutto ciò che sta nel semplice gesto senza finalità, vi è difficile da amare, anche se non vi accorgete che il vostro quotidiano è sempre composto di piccoli fatti e di gesti ripetitivi.

Perciò l'uomo non può scoprire la semplicità se non passa attraverso le domande e la delusione delle risposte, questo finché è identificato con la propria mente; ma quando gli appare la semplicità, lui scopre che la complessità gli è stata essenziale come mezzo per portarlo a quel semplice succedersi di atti. La via della Conoscenza è proprio uno strumento per riportarvi dentro al quotidiano, dato che in sé non esiste, se non lì nel semplice quotidiano. Se ci pensate, tutto questo insegnamento vi porta a percepire, attraverso il dubitare, il rimpicciolirsi e l'incantarsi, l'inutilità delle parole e dei pensieri che pronunciate davanti ad ogni cosa che è lì a ricondurvi, ostinatamente, alla semplicità dell'esistenza. Tutto nella via della Conoscenza serve per portarvi lì. Quindi ogniqualvolta vorrete imprigionarvi dentro la via della Conoscenza, arzigogolando, sappiate che in questa maniera rischiate di evitare quell'incontro col quotidiano che vi riporta alla semplicità.

La terza parola che analizziamo oggi è *spontaneità*. Se ci pensate, la via interiore da voi praticata non è ricca di spontaneità.

Un partecipante: E' piena di vincoli.

Soggetto: L'uomo incontra la spontaneità quando essa si impone e quando, nel suo imporsi, l'individuo si incanta. Non esiste spontaneità senza incanto, perché in ciò che non vi piace voi ponete immediatamente delle barriere. Quindi, una cosa è spontanea quando si impone e vi piace o vi incanta; voi riconoscete che nell'altro c'è spontaneità quando affiora da lui qualcosa che vi piace, riecheggia dentro di voi e vi incanta, cioè vedete l'offrirsi dell'altro senza troppe reticenze e di quell'atto siete incantati; quell'essere stupiti vi parla di spontaneità. La spontaneità si impone e non mette in campo confronti o non mette in campo ragionamenti sui vantaggi. Quindi la spontaneità non ha a che fare col decretare: "*Mi serve o non mi serve*", perché normalmente la spontaneità è qualcosa che sorge e si impone e su cui uno posa un occhio incantato e stupito. Quando la vedete affiorare in voi, ne rimanete colpiti perché siete abituati a riconoscervi nella complessità e nelle contorsioni, mentre la spontaneità è proprio l'opposto della complessità, cioè delle vostre contorsioni che spesso derivano dal fatto che siete soggetti a diverse spinte, cioè ad elementi che voi percepite come contraddittori dentro di voi.

Ad esempio, una persona vi sta parlando ed è una persona che per il suo fare vi è simpatica; in quel momento nasce un moto spontaneo e vi scoprite a svelarvi. In questo c'è spontaneità, e ve ne stupite. E' anche un fatto emozionale: c'è un'emozione, ma anche una percezione e un'interpretazione, che è scattata in voi, per chissà quali motivi, per cui quella persona nel suo modo di essere, di fare e di proporsi ha suscitato in voi un'adesione; in quel momento l'adesione supera gli ostacoli che si frappongono normalmente al vostro svelarvi e sorge qualcosa che non è abituale e che vi fa parlare e comportarvi con quella persona come mai avreste pensato. Ve ne sorprendete, e questo è un moto di spontaneità che nasce da un'emozione e da un pensiero che non cogliete, perché cogliete solo la situazione nella sua globalità.

La spontaneità mai nasce da un pensiero o da un'emozione o da un'azione, ma da una globalità che voi percepite nell'altro, oppure da un modo di percepire voi stessi in una situazione globale, per cui qualcosa succede che vi sorprende nel modo di porvi, cioè nel modo di parlare, oppure di provare emozioni. Alle volte, il nascere di un'emozione, di un pensiero che vi attraversa e di un'azione si presentano in quel momento come un tutt'uno, ed è il tutt'uno che parla di spontaneità, perché, se improvvisamente fra pensiero, emozione ed azione si creasse in voi una frattura, subito vi sentireste non spontanei.

Nella vostra esperienza concreta, la spontaneità è frutto di un percepirvi globalmente come esseri messi in una situazione, o è un percepire la spontaneità dell'altro che suscita in voi un qualcosa che supera una parte consistente delle resistenze e dei vincoli che voi vi date, o delle contrapposizioni dietro cui spesso vi trincerate, o delle resistenze che voi ponete anche rispetto agli altri, o delle barriere alla vita, e questo nasce dal fatto che qualcosa sorge in voi e si impone. In questo c'è spontaneità. Quindi la spontaneità è un movimento che annulla, per un po' di tempo, quelli che sono i vincoli e le contraddizioni che voi ponete a voi stessi.

Un partecipante: E' una cosa che noi viviamo come armonia fra pensiero, emozione ed azione?

Soggetto: In quel momento si impone come armonia, superando la disarmonia che voi spesso provate quando incontrate altri, o quando incontrate situazioni. La spontaneità si impone quando uno, di fronte ad altri o di fronte ad una situazione in cui ci sono altri, percepisce il sorgere in lui di una spinta che in quel momento lo rappresenta in maniera unitaria e che gli fa superare tutto ciò che lui legge di sé come contraddittorio o come difesa, oppure, addirittura, come opposizione agli altri, come resistenza o come paravento. E' in quel momento che si impone la spontaneità. Quindi nella spontaneità c'è qualcosa di armonico che si impone e che porta a superare ciò che l'uomo percepisce come tutt'altro che armonico nel proprio substrato. Cioè, quel qualcosa che si impone gli fa superare la convinzione, che spesso l'uomo porta in sé, di essere non abbastanza amabile, né tollerante. E questo varia da struttura mentale a struttura mentale.

Spesso nella via interiore è la vostra armonia ciò che conta, che per voi si esprime nel fatto che l'armonia trionfa sulla disarmonia e quindi voi vi dite che, quando un individuo riesce a cogliere gli altri spontaneamente, già in parte si vede con occhi diversi o incomincia a vedersi con occhi diversi. Ma che cosa può significare, allora la spontaneità, proprio lì nel quotidiano? Non è mai ciò che accade dentro di voi e vi affascina o vi incanta proprio perché vi piace, dato che in questo c'è sempre qualcosa che vi riguarda, in quanto moto che sconfigge una vostra presunta disarmonia. Secondo voi la spontaneità esiste quando vengono sconfitte le barriere e per quel tanto che dura questo impulso che voi frapponete agli altri o al mondo. Subito dopo non ritorna semplicemente la disarmonia, ma difesa e contorsione, ed allora voi incominciate ad ondeggiare fra l'una e l'altra cosa.

Ma quanto la semplicità nel quotidiano è legata alla spontaneità? Se uno si vive come semplice, si sente spontaneo?

Un partecipante: Per me sì.

Soggetto: Uno può anche essere disarmonico e riconoscere la propria disarmonia, ed in questo sguardo semplice scopre di essere una ridda di pensieri, di azioni e di emozioni disconnesse; a quel punto, quello che prima era armonia diventa riconoscimento della disconnessione. Ma dove sta la semplicità? Sta nel fatto che tutto questo non fa ripartire la vostra mente dando giudizi, poiché lo vivete come: ora è un pensiero, ora è un'emozione, ora è un'azione; semplicemente un pensiero, semplicemente un'emozione, semplicemente un'azione non collegati, e quindi ora c'è questo ed ora c'è altro e, vedendo la sequenza come moto spontaneo, riuscite a vivere la spontaneità.

Certo, ognuno di voi cerca di trovare l'armonia e quindi, sentendosi armonico, alle volte prova questo moto, che accade anche quando un individuo non percepisce il proprio essere connesso e che non dipende veramente dal suo essere armonico, ma dal fatto che in quel momento, casualmente, pensiero, emozione ed azione sono coerenti e lui per qualche motivo non nota la loro incoerenza con tutto il resto della propria struttura, li isola e quindi si disconnettono da tutto il resto. Voi non vi accorgete, ma la vostra esperienza di spontaneità è sempre frutto di una disconnessione fra tutta una serie di altri elementi che, se messi in campo, non vi farebbero mai sperimentare quell'attimo di spontaneità. Quindi la spontaneità nasce quando uno accetta la vivacità di ciò che vive, cioè tanti pensieri, tante emozioni, tante azioni e guarda tutto questo con quell'atteggiamento che osserva qualcosa sorgere e poi andare via, altro sorgere e poi andare via. A quel punto può succedere che un aggregarsi improvviso di azione, emozione e pensiero, in quel momento casualmente armonici, gli facciano incontrare attimi di spontaneità - pur non avendo lui ancora sperimentato la semplicità - che fanno nascere dentro di lui un incanto, ma solo perché in quell'individuo avviene una disconnessione rispetto a tutto il resto; se invece prevalesse in lui la connessione con tutto quello che conosce di sé, in quel momento non nascerebbe quella spontaneità.

Prevale nell'individuo per qualche attimo, e non si conosce il perché, il senso di una globalità interiore che si presenta e che aderisce all'altro, tanto è vero che la propria azione assume connotati di apertura, anche se questa apertura non avviene perché si è armonici ma perché, presentandosi interiormente una disconnessione, lui riesce a dimenticarsi di tutte le proprie disarmonie ed in quel momento riesce a vivere l'incanto di quella disconnessione; benché in quel momento l'individuo attribuisca quell'incanto ad una connessione fra pensiero, emozione ed azione. Però questa non può ancora considerarsi spontaneità, anche se ci si percepisce armonici, dato che non ci si accorge che tutto questo avviene perché si presenta dentro di sé una disconnessione. Sarà la disconnessione a preparare quell'individuo, non all'armonia, ma alla spontaneità che nasce dal riconoscere il proprio essere piccolo, che non gli farà connettere volutamente insieme pensiero, azione e comportamento in modo tale da dargli fiato. Poi, ad ogni novo presentarsi di una disconnessione, questo gli parlerà sempre del proprio perdere e del proprio rimpicciolirsi; da questo riconoscimento può nascere nell'uomo la scoperta di ciò che sempre gli sfugge nel suo cercare a tutti i costi l'armonia, e cioè

l'andare ed il venire ora di questo e poi di quello, dentro di sé: nei pensieri, nelle emozioni e nelle azioni, imparando ad osservarli così.

Il venir attraversati dalla disconnessione è l'unica maniera per ritornare verso la semplicità, a partire dalla complessità in cui vi trovate, e per farvi percepire che la spontaneità non è vostra, perché quel *vostra* è solo frutto di un raggruppamento casuale di emozione, pensiero ed azione, cioè è solamente il risultato di una disconnessione capitata dentro di voi e che vi ha fatto dimenticare di essere quelle bestie nere che vi considerate nella via interiore. Nella via della Conoscenza si parla anche di una spontaneità che nasce attraverso la disarticolazione delle vostre parole, perché in esse sono presenti tutte le vostre connessioni fra pensieri ed emozioni, fra pensieri e pensieri, tra emozioni ed emozioni, tra azioni e comportamento.