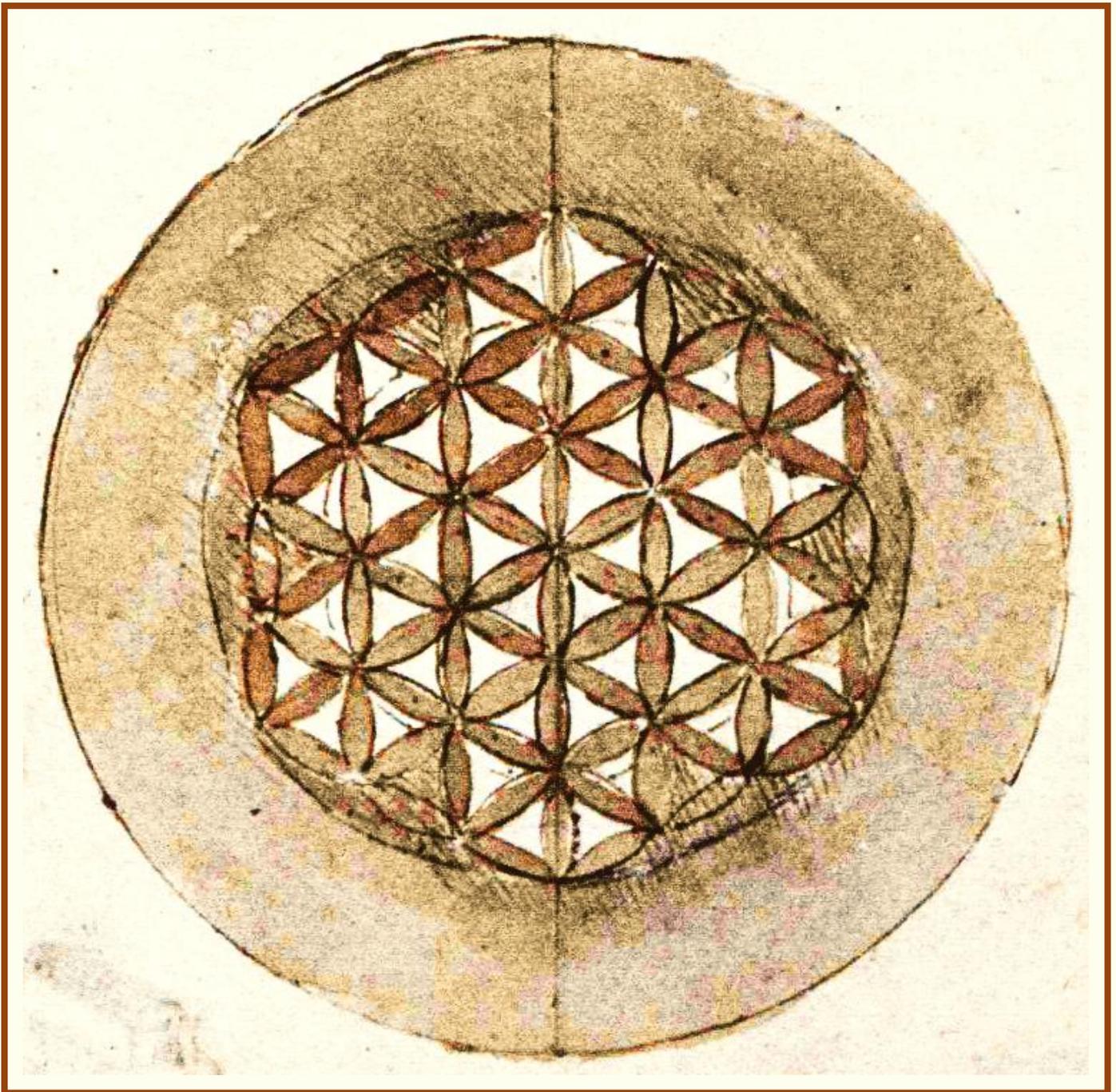


ASSOCIAZIONE
NAZIONALE
ECOBIOLOGIA

LA RETE DELLA VITA





La Rete della Vita

a cura di Dr.ssa Alessandra Bracci*

«Questo sappiamo che tutte le cose sono legate come il sangue che unisce una famiglia...
Tutto ciò che accade alla Terra, accade ai figli e alle figlie della Terra.
L'uomo non tesse la trama della vita; in essa egli è soltanto un filo.
Qualsiasi cosa fa alla trama, l'uomo la fa a se stesso».

Una leggenda narra che il 18 marzo di ogni anno si vede comparire, in una cappella posta nel cuore del Circo di Gavarnie nei Pirenei ove riposano sei templari, «un cavaliere del Tempio in tenuta da combattimento, con la lancia in resta e il famoso mantello bianco crociato di rosso al posto del sudario funebre. A lenti passi si dirige verso il centro della cappella, e qui manda un richiamo lacerante la cui eco si ripercuote in tutto l'anfiteatro montuoso: "Chi difenderà il Santo Tempio? Chi libererà il sepolcro di Cristo? A questo richiamo i sei templari sepolti si rianimano e si levano per rispondere tre volte: "Nessuno! Nessuno! Nessuno! Il Tempio è distrutto!"» (Corbin, 2010). L'eco di quelle voci risuona nelle pieghe del tempo e dei luoghi per richiamare ad una catastrofe al centro della storia universale: la distruzione del Tempio, la distruzione di quella forma che nella sua sacralità, è riflesso del mondo divino. Ma nel corso dei secoli, ricorre anche un'altra immagine trionfale, che oppone a questa apparente inevitabile disfatta, la volontà di una sfida permanente, ed è l'immagine della ricostruzione del Tempio, ove l'essere umano, perduta la sua anima, è chiamato ad un viaggio per ritrovare il significato della "cripta" e contribuire all'avvento del nuovo Tempio che assume le dimensioni di una restaurazione cosmica. Una vera e propria "eroica" ricerca di quel centro che "non è situato" in quanto "non è luogo", alla quale viaggiatori di ogni epoca hanno dedicato la propria esistenza, ognuno con il proprio passo mostrando che non esiste alcuna frattura nella spirale della vita poiché essa, nella caleidoscopica varietà delle forme, si estende senza soluzione di continuità dalle più oscure profondità fino alle altezze più vertiginose. Non è da tutti avviarsi lungo un siffatto e periglioso cammino, ma ciò che conta è intraprenderlo e mantenere sempre vivo l'amore per la verità, quell'"amore" che consente all'essere umano di esprimere la dimensione più profonda e creativa della propria esistenza, di recuperare la propria esperienza di totalità, cercando di ritrovare quell'antica armonia con la Natura che costituisce la premessa vitale della sua stessa sopravvivenza.

Si tratta di un faticoso processo di trasformazione che investe, a livello individuale e collettivo, l'intera umanità: «la domanda decisiva per l'uomo è questa: è egli rivolto all'infinito oppure no? Questo è il problema essenziale della sua vita. Solo se sappiamo che l'essenziale è illimitato, possiamo evitare di porre il nostro interesse in cose futili, e in ogni genere di scopi che non sono realmente importanti. [...] Se riusciamo a capire e a sentire che già in questa vita abbiamo un legame con l'infinito, i nostri desideri e i nostri atteggiamenti mutano. [...] La più grande limitazione per l'uomo è il "Sé"; ciò è palese nell'esperienza: "Io sono solo questo!". Solo la coscienza dei nostri angusti confini nel "Sé" costituisce il legame con l'infinità dell'inconscio» (Jung, 2007). Può dunque l'uomo orientarsi verso tale nucleo originario, ad esso avvicinarsi e cogliere la propria totalità? Può muoversi nel labirintico percorso attraverso i più oscuri meandri della propria soggettività per compiere la propria metamorfosi? Quali caratteristiche psicologiche sono necessarie per attuare una tale trasformazione? In questa prospettiva le eterne domande dell'uomo sul senso della nascita, sul valore della morte, sul significato della vita e del suo progetto, sul perché del dolore o del piacere, diventano oggi le domande collettive più formulate.

Nell'eterno fluire dell'esistenza, il tempo si coagula in una forma, in un grumo di sensi secondo l'incessante processo che continuamente contempliamo nel farsi e disfarsi della materia. Se potessimo filmare la nostra esistenza personale, financo quella collettiva, e potessimo riprodurre la moviola e velocizzarne la sequenza all'infinito, la nostra effimera vita e quella dell'intera umanità, scomparirebbero! Ed è proprio in questo breve batter di ciglia che l'essere umano è chiamato ad andare oltre la frammentazione e le "false divisioni" potendo riconoscere l'arazzo finemente intrecciato che costituisce il mondo di cui fa parte e risvegliare la consapevolezza di vivere in un universo interconnesso. La scienza moderna, infatti, dimostra che non vi è separazione fra uomo e ambiente, fra mente e natura, perché entrambe fanno parte di una serie di relazioni costruite su un modello a

rete, che rende ogni nodo di esso relato agli altri nodi del sistema. Le recenti scoperte nel campo della biologia, dell'epigenetica, della fisica, della psicosomatica, etc. evidenziano la necessità di una metodologia e di criteri teorici di riferimento capaci di evolvere per accedere ad una visione trans-disciplinare e "a rete" del fenomeno che chiamiamo Vita.

Una visione del mondo che cerchi di intrecciare tutti i livelli – personale, sociale, collettivo e spirituale – in un modello il più possibile coerente, costituisce per l'individuo una necessaria ricerca di ordine, che va a riattivare gli archetipi universali e il loro divenire individuale, espresso non solo nelle vicende umane ma anche nella storia biologica e psicologica del corpo e della mente dell'uomo che ripete analogicamente le leggi del Macrocosmo, ove la parola "cosmo" racchiude nella sua dinamica due significati strettamente affini: l'ordine che è presente nell'Universo e che pertanto sarà presente anche nell'uomo e, l'armonia che ne regge le sue leggi immutabili che si esprimerà nell'uomo come sintesi di parti armonizzate nel tutto, come *continuum* biologico, psicologico e spirituale che si snoda nelle infinite metamorfosi filogenetiche, in un progetto virtuale che ha come fine la propria coscienza individuata. L'ecobiopsicologia, come sviluppo delle scienze della complessità e in accordo con le moderne teorie evoluzionistiche, propone un modello che ambisce a porre in relazione i codici semiologici delle forme del vivente e i loro particolari linguaggi (aspetto ecologico) con gli analoghi linguaggi del corpo umano, che sedimentano in sé la filogenesi del mondo (aspetto biologico) per poi ritrovare tale relazione fra "mondo" e "bios" umano negli aspetti psicologici e culturali dello stesso, grazie ai miti, alla storia delle religioni e alle immagini collettive dell'umanità (aspetto psicologico).

È in questo senso che possiamo parlare dell'uomo come "Creatura Integrale" che, nell'accezione più profonda del termine, esprime quella dimensione radicata nella sua fisicità che diviene "tempio" vivente della propria progressiva emancipazione cosciente verso l'unità, quella dimensione che non è stata ancora ordinata secondo quella costante armonica che definiamo come legge universale e che nel suo procedere verso l'integrazione, apre la coscienza a significati non prevedibili e trascendenti l'ordinario. Per accedere a quanto vive occulto nell'intimo "santuario" della propria anima, non è possibile avvalersi di una semplice logica descrittiva "lineare", quanto piuttosto di una lettura "circolare" capace di integrare la conoscenza razionale con il valore irrazionale dell'empatia ed una fondata consapevolezza dell'essenziale interazione ed interdipendenza di tutti i fenomeni: fisici, biologici, psicologici, sociali, culturali e spirituali. È necessario privarsi della vista esteriore che incatena l'essere umano ai bisogni entro cui imprigiona la propria esistenza, è necessario accogliere la graduale destrutturazione di ogni egoismo, è necessario sacrificare l'illusoria speranza di felicità proiettando nell'altro da sé il proprio bisogno di completezza, per aprirsi ad una vista interiore capace di andare oltre le barriere erette dalla volontà egoica ed abbracciare l'invisibile e l'inudibile.

Solo attraverso il superamento delle proiezioni dell'Io si può avviare il proprio cammino verso una piena e vera trasformazione che presuppone il dolore e la sofferenza come mezzo privilegiato di conoscenza e consapevolezza di un senso di appartenenza ad una comunità di ordine più generale, quella costituita dalla Vita: noi tutti siamo parte integrante della "famiglia terrestre" e in quanto tali dovremmo comportarci come fanno gli altri membri di questa famiglia – piante, animali, microorganismi – che formano quella vasta rete di relazioni nota con l'espressione la "Rete della Vita". Questa rete vivente globale si è dischiusa, evoluta e diversificata nel corso di miliardi di anni senza mai rompersi. Come membri della comunità globale, è necessario che anche l'uomo sia in grado di sviluppare la propria progettualità in modo tale da non interferire con la natura della Vita. L'essere umano, parte integrante dell'universo intero, non è che un passeggero su questa terra che, di fronte allo sfaldarsi del tempo, è chiamato ad oltrepassare la soglia per accedere ad una rinnovata lettura del flusso della Vita entro il quale è costantemente immerso. Come direbbe Diego Frigoli «Il vero spirito dell'uomo integrato non ha l'obiettivo di distruggere le forze naturali, ma piuttosto di dominarle, di adattarle, di porle al servizio del proprio sviluppo interiore. In altre parole la coscienza umana deve prima dissolvere dall'interno tutte quelle tappe corporee della filogenesi, specchio individuale delle potenze cosmiche della vita. Solo con questa premessa la coscienza in corso di individuazione può aderire con il proprio movimento interiore, sempre più rapido perché ad impronta non più egoica, a quel più vasto movimento che regge la vita stessa. Ed allora in quel contatto vivificante la coscienza stessa dell'uomo diventa protagonista di quella danza eterna che trasmuta continuamente il divenire» (Frigoli, 1985).

Il problema, dunque, non è solo rispondere alle urgenze dettate dall'inquinamento, dall'esaurimento delle risorse disponibili, dalla sovrappopolazione, da un sistema economico ossessionato da idee di crescita e di espansione,

dal decadimento politico, religioso, etc. quanto piuttosto iniziare ad guardare in profondità dentro noi stessi fino a che non iniziamo ad essere presenti a ciò che sta cercando di emergere: mentre siamo ancora cercando strumenti e processi per tamponare ed arrestare una crisi che si impone, convinti della nostra supremazia sulla Natura, inebriati dai nostri successi e dalle nostre incredibili conquiste, non siamo ancora riusciti a controllare la nostra più intima natura, a comprendere il tumulto di emozioni che si agita nei diversi livelli del nostro “mare interno”, ad accettare la crudezza dei nostri limiti e al tempo stesso la grazia e leggerezza che sperimentiamo nella materia dei nostri sogni, a mantenere vivo il fuoco della nostra più profonda ricerca, nonché a scoprire il prezioso oro nascosto nelle nostre profondità.

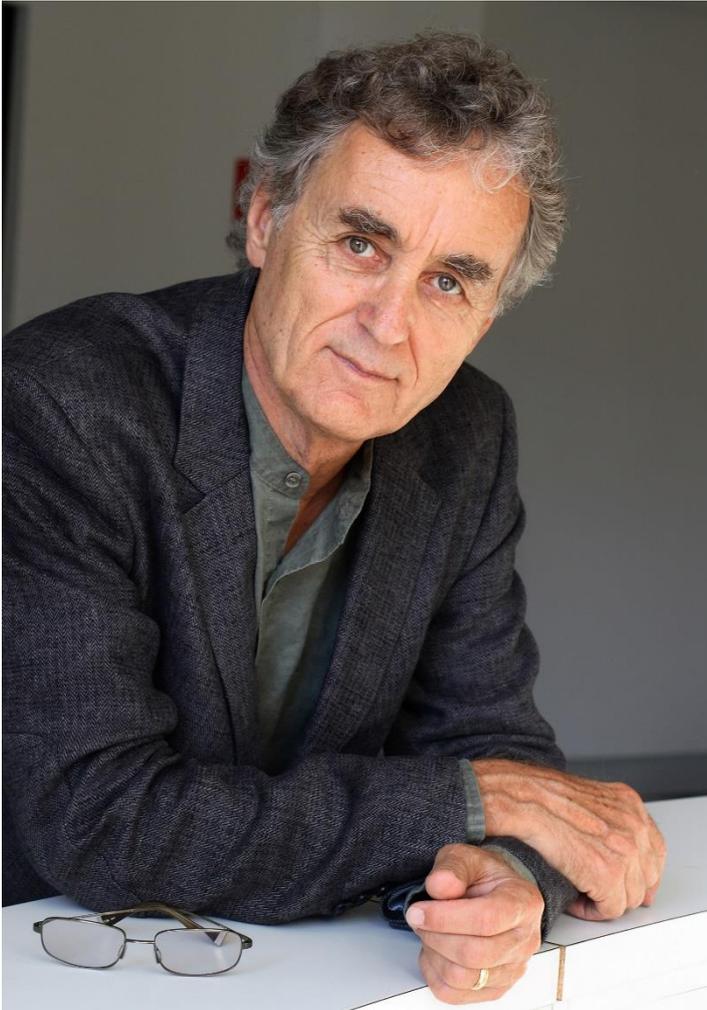
L'eco di quella lontana voce continua a risuonare: «Chi difenderà il Santo Tempio?»: ogni cambiamento si origina da qualche parte, si avvia in ogni essere umano ... chiunque di noi. “Nessuno” ha il diritto di stare a guardare aspettando che altri facciano quello che egli non è disposto a mettere in atto personalmente.

Cambiare o non cambiare: questo dunque non è il dilemma! Siamo testimoni di una gara fra punti di non ritorno e, alla luce della teoria della complessità, sappiamo che tali punti di instabilità possono portare tanto a danni quanto ad innovazioni. Come direbbe Albert Einstein, la coscienza che ha creato il problema non può essere quella che lo risolve, pertanto il “superamento” si caratterizza con un innalzamento del livello di coscienza: il problema non viene risolto in modo logico, non viene rimosso, ma appare sotto un'altra “luce”. Mentre ad un livello inferiore si resta bloccati in una situazione di crisi che possiamo definire “patologica”, ad un livello più elevato, a cui chiunque potenzialmente può accedere, si dispiega un ampliamento della coscienza capace di reggere la tensione degli opposti, di riconoscere la legittimità di entrambi e di integrare nuovi orizzonti. Si pone l'accento sulla “mentalità” necessaria alla comprensione della dimensione simbolica che può consentire ai protagonisti del mondo globale di approcciare gli eventi potendo cogliere non soltanto l'aspetto visibile ed immediatamente percepibile della realtà, delle persone, delle informazioni e degli eventi ma anche di penetrarne in profondità le articolate connessioni.

A partire da tale premessa, il progetto denominato “**La Rete della Vita**” intende incontrare Ricercatori appartenenti alle più svariate discipline per accogliere la loro “lettura” non solo del tempo attualmente vissuto dall'umanità quanto anche della “rivoluzione delle coscienze” che occorre mettere in atto. La spinta al cambiamento si fa sempre più intensa e risulta necessario rinforzarla ed in-formarla contribuendo a legare assieme le varie conoscenze proposte da differenti discipline sui medesimi ambiti della realtà, permettendo alle teorie costruite sui fatti empirici da parte di ciascuna scienza, di trovare un accordo che permetta una sorta di criterio interno di verità e una prospettiva mirata di sviluppo integrato. Nel mentre del nostro più sincero ringraziamento a tutti i Ricercatori che hanno accettato di aprire un dialogo con la nostra Scuola, coltiviamo la speranza di poter procedere insieme lungo il necessario processo di metamorfosi collettiva della coscienza.

Immagine. Leonardo da Vinci, Fiore della Vita in Codex Atlanticus, fol. 309v, particolare, 1478-1519.

***Dr.ssa Alessandra Bracci** - Manager presso una multinazionale automotive e vincitrice di premi nazionali ed internazionali nel marketing. Responsabile area editoriale ANEB. Capo Redattore della rivista MATERIA PRIMA - Rivista di Psicosomatica Ecobiopsicologica. Autrice di pubblicazioni in ambito scientifico.



Intervista al Prof. Fritjof Capra

a cura di Dr.ssa Alessandra Bracci*

«Questo sappiamo che tutte le cose sono legate
come il sangue che unisce una famiglia...

Tutto ciò che accade alla Terra,
accade ai figli e alle figlie della Terra.

L'uomo non tesse la trama della vita;
in essa egli è soltanto un filo.

Qualsiasi cosa fa alla trama,
l'uomo la fa a se stesso».

Ted Perry, ispirandosi al capo indiano Seattle

Questa poesia apre uno dei tanti e meravigliosi testi del Prof. Fritjof Capra col quale è un privilegio poter avviare un dialogo con la nostra Scuola all'interno del progetto "La Rete della Vita" il cui titolo prende le mosse ed ispirazione dalle sue stesse parole.

Il Prof. Fritjof Capra, noto fisico e studioso della teoria dei sistemi, è fondatore e direttore del Centro per l'alfabetizzazione ecologica a Berkeley in California ed ha pubblicato opere di fama internazionale. Sin dal suo primo libro *// Tao della fisica*, scritto nel 1975, egli pone in evidenza il passaggio da una visione del mondo meccanicista e riduzionista ad una visione sistemica ed ecologica. Un vero e proprio

mutamento di paradigma capace di generare cambiamenti radicali in tutti i campi del sapere scientifico e della società. Una rinnovata concezione dell'essere umano che non si contrappone alla Natura ma ne è parte integrante, superando la tradizionale separazione fra mente e corpo. Accettando di essere parte integrante della Natura, l'uomo è in qualche modo spinto a superare una posizione semplicemente di dominio e sfruttamento delle altre forme di vita, e dell'ecosistema nel suo complesso, per assumere un atteggiamento di *responsabilità* verso la Natura stessa, responsabilità che diviene anche pragmatico "prendersi cura" dell'ambiente di cui è ospite prezioso, ma non spietato padrone.

Andando oltre la tendenza a spiegare gli eventi secondo una logica di causa ed effetto che esclude ogni "complessità", all'avanguardia della scienza contemporanea l'universo non è più visto come una macchina fatta di "mattoni elementari", quanto piuttosto caratterizzato da una rete inseparabile di relazioni. L'emergere della scienza sistemica nasce dalla convergenza simultanea degli sviluppi della fisica, della matematica, della biologia, della sociologia, dell'informatica, dell'economica, che a vari livelli e con modalità differenti di interpretazione, sono giunte a proporre un nuovo modo di pensare, non più in termini di conclusioni separate ma in termini di connessioni, relazioni e contesti globali. Se la trama della Vita è costituita di reti di connessioni, e se l'uomo – con le sue produzioni culturali ed umanistiche – appartiene a queste reti, la conoscenza dei nodi attraverso i quali si stabiliscono le connessioni comporta un'immedesimazione dell'uomo così totale nella trama della Vita da determinare un cambiamento profondo del suo stesso "essere nel mondo", tale da trasformarlo in uomo ecologico. Ecco dunque che la sua stessa evoluzione può essere vista non più come una lotta competitiva per l'esistenza, ma come una danza cooperativa in cui la creatività ne diviene la forza trainante. All'interno di questa "danza" della Vita l'essere umano, che da un lato con la sua fisiologia è a contatto con i mondi cognitivi degli altri esseri viventi, dall'altro, con il linguaggio e con i concetti astratti e simbolici, costruisce un mondo

inaccessibile alle altre specie viventi, il suo linguaggio si fa articolato fino a costruire un nuovo mondo, quello della coscienza collettiva.

In questo senso, l'ecobiopsicologia, nel panorama delle scienze della complessità, contribuisce proponendo un modello a rete che lega il mondo della Natura e gli aspetti più sofisticati ed amplificati delle produzioni culturali umane, legando assieme ambiti diversissimi che all'apparenza possono apparire contraddittori. La sua modalità operante è quella di indagare il territorio dell'inconscio personale e più ancora quello dell'inconscio collettivo, per evidenziare i tratti comuni o più significativi in relazione con il mondo naturale. È infatti nell'inconscio collettivo che l'ecobiopsicologia rintraccia quella dimensione del *continuum* secondo il quale i fenomeni del mondo reale esprimono il loro accadere mentale e cognitivo. L'autopoiesi della scuola di Santiago è giunta alla conclusione innovatoria che ogni sistema vivente esprime un momento cognitivo, ma ha dimenticato di sottolineare come tale momento cognitivo sia inconsapevole dell'organismo vivente, che solo l'uomo con la sua autocoscienza e capacità di riflessione può cominciare a rendere esplicita. Dunque tutti gli organismi viventi sono tra loro legati da reti cognitive inconsce che l'uomo, dotato di consapevolezza, può cominciare a conoscere nel loro significato potendo "tradurre" il linguaggio inconscio degli organismi viventi in termini di linguaggio comprensibile alla coscienza.

"Tutto ciò che ho vissuto nella mia vita mi ha preparato per questo momento", come questa affermazione è vera per lei? Qual è la domanda su cui si fonda il suo lavoro? Cosa c'è al cuore della sua ricerca? Cosa ha animato il suo percorso di ricerca?

Mi sono formato come fisico e ho trascorso vent'anni facendo ricerca nella fisica teorica delle alte energie. All'inizio mi sono interessato alle implicazioni filosofiche della rivoluzione concettuale che ha avuto luogo nella fisica moderna - un cambiamento dalla visione del mondo meccanicistico di Cartesio e Newton a una visione sistemica ed ecologica. All'inizio degli anni '70 ho iniziato a esplorare queste implicazioni, pubblicando le mie scoperte in una serie di libri. La mia ricerca e i miei scritti da quel momento hanno coinvolto l'esplorazione di molti campi della conoscenza in un processo serpeggiante con molte ricerche tangenziali, ma sempre con una prospettiva sistemica esplicita. Guardando indietro a queste esplorazioni ora, posso vedere che ammontavano a un'indagine sistematica di un tema centrale: il fondamentale cambiamento di visione del mondo, o cambiamento di paradigmi, che si sta verificando nella scienza e nella società; lo svolgersi di una nuova visione della realtà, e le implicazioni sociali e politiche di questa trasformazione culturale.

Il Corona virus è una pandemia che, per quanto critica ed estesa a livello globale, va ben oltre l'espressione di una crisi sanitaria poiché affonda le sue radici nel "riduzionismo" tipico dei nostri sistemi economici, politici, sociali, educativi che ignora i limiti della reale capacità biologica del nostro pianeta sfruttandone in modo prodigo e capriccioso le risorse vitali, mentre utilizza insufficientemente le capacità umane. Cosa ne pensa?

A mio parere, il coronavirus deve essere visto come una risposta biologica di Gaia, il nostro pianeta vivente, all'emergenza ecologica e sociale che l'umanità ha portato su di sé. È nato da uno squilibrio ecologico e ha conseguenze drammatiche a causa degli squilibri sociali ed economici.

Le massicce intrusioni negli ecosistemi di tutto il mondo hanno frammentato questi sistemi e hanno fratturato la rete della vita. Una delle tante conseguenze di queste azioni distruttive è stata che i virus, che avevano vissuto in simbiosi con certe specie animali, sono saltati da queste specie agli esseri umani, dove sono stati altamente tossici o mortali.

Ora, quando si guarda alla diffusione del COVID-19, è evidente che la densità della popolazione è la variabile chiave; e la densità della popolazione è spesso una conseguenza dell'eccessiva massimizzazione del profitto - sia su gigantesche navi da crociera e in altre forme di turismo di massa, in gigantesche fabbriche di confezionamento della carne, o in situazioni di vita affollate causate dalla disuguaglianza sociale ed economica. Durante una pandemia come il COVID-19, la giustizia sociale non è più una questione politica di sinistra contro destra; diventa una questione di vita e di morte.

Quando la pandemia si è diffusa nel mondo, un paese dopo l'altro è andato in isolamento. Come conseguenza, il trasporto di persone e merci è stato radicalmente ridotto, le imprese hanno chiuso e la disoccupazione è aumentata. La crisi sanitaria mondiale è andata di pari passo con una crisi economica mondiale.

Tuttavia, da una prospettiva ecologica planetaria ci sono state anche molte conseguenze positive. Quando il traffico automobilistico e le attività industriali sono diminuite drasticamente, l'inquinamento delle principali città del mondo è improvvisamente scomparso, e stiamo di nuovo godendo di cieli limpidi e aria pulita. La fauna selvatica sta fiorendo in tutto il mondo in ecosistemi indisturbati dall'uomo. Il coronavirus è già stato più efficace nel ridurre le emissioni di CO₂ e rallentare il crollo del clima di tutte le iniziative politiche mondiali messe insieme. Questo non significa che vogliamo continuare nella situazione attuale. L'attuale rigenerazione ambientale è stata il risultato di attività umane radicalmente ridotte. Gli stessi effetti positivi potrebbero essere ottenuti cambiando radicalmente le nostre attività umane. La risposta mondiale del COVID-19 ci ha mostrato cosa è possibile quando le persone si rendono conto che la loro vita è in gioco. Avremo la saggezza e la volontà politica di applicare questa lezione alla crisi climatica, alla disuguaglianza economica e ad altri problemi globali critici?

Albert Einstein raccontava che le nozioni di base che lo condussero alla formulazione della teoria della relatività erano emerse quando lui aveva immaginato di “viaggiare su un raggio di luce”. Qual è il ruolo dell'immaginazione nella creazione di nuovi scenari futuri?

L'immaginazione è fondamentale, secondo me. Solo quando possiamo immaginare un obiettivo desiderato avremo la motivazione per raggiungerlo e per lavorare su strategie dettagliate. Non è una coincidenza che una delle più grandi ispirazioni per i movimenti di cambiamento sociale nel mondo sia stata la canzone *Imagine* di John Lennon. Ci dà una visione poetica di un mondo giusto e pacifico:

Immagina che non ci siano paesi
Non è difficile da fare
Niente per cui uccidere o morire
E anche nessuna religione
Immagina tutte le persone che vivono la vita in pace...
Immagina che non ci siano possedimenti
Mi chiedo se si può
Nessun bisogno di avidità o fame
Una fratellanza di uomini
Immagina tutte le persone che condividono tutto il mondo...

Nel suo testo "Vita e Natura" delinea la dimensione "vitale" della spiritualità quale esperienza di unità che apre ad una piena consapevolezza che ha profonde radici nel corpo e al tempo stesso connessioni sottili con l'intero trama della Vita. Come considera, nell'ambito di tale processo di trasformazione della coscienza il tema del corpo, dell'inconscio personale (quale contenitore delle vicissitudini e delle traversie dell'io) e dell'inconscio collettivo quale “luogo” dell'azione degli archetipi e sedimentazione di tutte le esperienze vissute dall'umanità e sorgente di potenzialità creative? Se oggi psicologi e psicoterapeuti accettano la realtà dell'inconscio e se i neuroscienziati confermano questa realtà ritrovandola nelle connessioni neuronali, potremmo pensare che la dimensione dell'"inconscio" vada oltre le connessioni sinaptiche, per estendersi al DNA o come dicono i fisici quantistici fino alle in-formazioni della Sorgente Cosmica del Campo di Punto Zero o Campo Akashico?

L'esperienza spirituale, a mio parere, è un'esperienza di vitalità della mente e del corpo come unità. Questo è coerente con la visione sistemica della vita, che identifica la cognizione (il processo di conoscenza) con il processo stesso della vita, e comprende la coscienza come un tipo speciale di processo cognitivo che emerge quando la cognizione raggiunge un livello di complessità che richiede un cervello e un sistema nervoso superiore. In questa visione, la relazione tra mente (o cognizione) e corpo è una relazione tra processo e struttura. Questa è una comprensione radicalmente nuova e molto recente della mente e della coscienza, che avrà implicazioni scientifiche e filosofiche di vasta portata. Per quanto ne so, le possibili connessioni con l'idea di C.G. Jung di un inconscio collettivo e altre idee esoteriche non sono ancora state esplorate.

“Essere il cambiamento” da un lato è un concetto appassionante perché ricco di potenziale, ma dall'altro tocca paure profonde. Se la trasformazione della totalità richiede un cambiamento interiore su una scala

che molti non hanno mai sperimentato, siamo davvero pronti per questo cambiamento? Quali sono le capacità e le conoscenze che, a livello individuale e collettivo, è necessario sviluppare o potenziare per contribuire ad una comprensione più autentica della vita e per scoprire chi siamo veramente e che cosa vogliamo diventare come società?

La nuova comprensione sistemica della vita sarà fondamentale per risolvere i principali problemi del nostro tempo, perché sono problemi sistemici - tutti interconnessi e interdipendenti - e hanno bisogno di corrispondenti soluzioni sistemiche. Questo richiede un profondo cambiamento di concetti e idee, e anche un profondo cambiamento di valori - un tipo di apprendimento noto come apprendimento trasformativo. Nella mia esperienza, il modo più potente per sperimentare tale apprendimento trasformativo è attraverso l'esperienza della comunità. Quando si parla di interconnessione sistemica all'interno di una comunità di apprendimento, si sperimenta allo stesso tempo l'interconnessione umana, e questo è il momento in cui l'apprendimento trasformativo ha luogo in modo più efficace.

Il cambiamento in grado di fare la differenza avviene nella profondità del nostro cuore. Quanto c'è di vero in questo e come è possibile attivare questo processo?

Sono pienamente d'accordo che il cambiamento per fare la differenza debba avvenire "nel profondo del nostro cuore". Nel corso dei secoli, il cuore umano è stato un simbolo di vita emotiva, una metafora chiave per una varietà di emozioni - amore, compassione, coraggio, profondità emotiva, e così via. Queste emozioni sono una parte essenziale dell'apprendimento trasformativo di cui abbiamo bisogno per affrontare le sfide del nostro tempo. Come ho menzionato, la creazione e il nutrimento di comunità di apprendimento è un percorso ideale verso l'apprendimento trasformativo. Questo è ciò in cui mi sono impegnato negli ultimi cinque anni, durante i quali ho tenuto un corso *online* sulla visione sistemica della vita. Conosciuto come "Capra Course" (www.capracourse.net), ora ha una rete di oltre 1800 *alumni* in 85 paesi del mondo. Con questa rete sto costruendo una comunità globale di pensatori e attivisti sistemici.

Bibliografia

Capra F., sito web: <https://www.capracourse.net/>

Capra F., (1982). Il Tao della fisica. Milano: Adelphi

Capra F., (1984). Il punto di svolta. Milano: Feltrinelli

Capra F., (1997). La rete della vita. Milano: Rizzoli

Capra F., (2004). La scienza della vita. Milano: BUR

Capra F., (2007). La scienza universale. Milano: Feltrinelli

Capra F., Luisi P.L., (2014). Vita e Natura. Una visione sistemica. Sansepolcro: Aboca

*Dr.ssa Alessandra Bracci - Manager presso una multinazionale automotive e vincitrice di premi nazionali ed internazionali nel marketing. Responsabile area editoriale ANEB. Capo Redattore della rivista MATERIA PRIMA - Rivista di Psicosomatica Ecobiopsicologica. Autrice di pubblicazioni in ambito scientifico.