

In copertina: Paolo Lisandrelli, *Serenade*, Aarau (Sv) 1981.

Prima edizione: 2018

Impaginazione e copertina: Jessica Cardaioli

ISBN: 978-88-9392-048-3

copyright © 2018 by Morlacchi Editore, Perugia. Tutti i diritti riservati.
È vietata la riproduzione, anche parziale, con qualsiasi mezzo effettuata,
non autorizzata.

redazione@morlacchilibri.com | www.morlacchilibri.com

Stampato nel mese di dicembre 2018 da Digital Print-Service, Segrate,
Milano.

**Gaetano Mollo
Gianluigi Venditti**

Introduzione all'autoattività spirituale

Morlacchi Editore

A Paolo

*a quello che ancora di te
scorre attraverso di noi*

SOMMARIO

Premessa 9

G. MOLLO

<i>Introduzione</i>	13
1. Ciò che conta	16
2. Andare oltre	22
3. Il mondo dello spirito	24
4. L'orizzonte di senso	30
5. La presenza dell'altro	32
6. La vita come relazione	38
7. Divenire felici	43
8. La legge dell'evoluzione	48
9. Il compito di vita	52
10. L'energia della passione	58
11. L'intelligenza spirituale	63
12. Il centro di gravità permanente	66
13. Le forme di vita	70
14. Il cammino spirituale	73

Parte I. Intuizione e azione

1. Scrivere fiabe e poesie	88
2. Verso il soprasensibile	91
3. L'esperimento di Chladni	94
4. L'autoattività spirituale	97
5. La guida del corpo	100

Parte II. Chi sono io?

1. La spiritualità nell'Antichità	104
2. Il vero Io	107

*Parte III. Come generare da dentro gioia, entusiasmo
e voglia di vivere*

1. Nelle vie di Benares	112
2. I gruppi di meditazione	114
3. L'esperienza di un gioco	118
4 Il suono naturale	126
5. Gli choc artificiali	130
6. La consapevolezza	134
7. Il cambiamento	141

<i>Riferimenti bibliografici</i>	147
----------------------------------	-----

PREMESSA

Cosa davvero conta nella nostra esistenza? Ci sentiamo veramente liberi? Nel mondo di *Internet* e dei *social*, avvertiamo di essere i protagonisti del nostro destino? Riusciamo a essere veramente sereni e lieti anche nelle avversità e contrarietà della nostra vita?

Oggi, istruzione e cultura sono diventati strumenti alla portata di tutti. Le informazioni sono tutte a portata di mano, in tempo reale.

Poter essere informati su tutto, ci ha reso più formati del tutto? Ci sembra che i bambini e i giovani, sollecitati dai *media*, colgano tutto e s'interessino a tutto? Collegandosi anche con il cuore? Assistiamo all'esplosione della loro intelligenza. Ma quale intelligenza?

Spesso ci accorgiamo che il sentimento è scisso dal ragionamento e che alle meraviglie della tecnologia non corrisponda un'adeguata correttezza morale e un trasparente atteggiamento etico. A volte sentiamo che la nostra vita sia poco poetica, troppo frenetica, poco consapevole, forse perché gli strumenti tecnologici

possono darci solo l'illusione d'allargare i nostri confini spazio-temporali. La vita, per fortuna, è sempre lì, pronta a ricordarcelo e a riportarci alla relazione col mondo reale.

Portarsi in borsa o in tasca un libretto portatile – il “**portatile**” appunto –, può aiutarci a riflettere e considerare, prendendoci il tempo di stare seduti su di una panchina e magari di meditare, mentre si assiste con calma alla meraviglia di un tramonto; può diventare sempre un “**viatico**” ma sicuramente più adatto per affrontare le nostre giornate e dare un senso a ognuna di esse, quale che siano gli impegni, i contrattempi o le eventualità che possano sopraggiungere.

Una **riflessione teorica** certamente è indispensabile ma poi serve, consequenzialmente, **fare pratica** di ciò che si sente e si pensa, per farne vita vissuta in noi stessi, nelle azioni di ogni giorno.

Gli autori