



I GRANDI MAESTRI

GABRIELE BURRINI

DANIEL GOLEMAN: L'INTELLIGENZA ANTISTRESS

Non ha la testa rasata, né indossa la veste color vinaccia dei monaci tibetani, anzi esibisce barba e capigliatura ormai grigie, ma l'*Abhidhamma*, il terzo "canestro" (*pitaka*) del **Canone buddhista dedicato alla psicologia**, lo conosce a menadito. Meglio di un monaco.

Docente di psicologia alla Harvard University e autore di best seller come *Intelligenza emotiva*, *La forza della meditazione*, *Intelligenza sociale* e infine *Intelligenza ecologica*, il sessantatreenne californiano Daniel



DANIEL GOLEMAN

Goleman fa parte di quella genia di studiosi e terapeuti, come Larry Dossey, Deepak Chopra, il compianto Francisco Varela e altri, che scorgono nel **potenziamento delle facoltà cognitive in senso empatico** (ovvero ragionando non più per sé ma per sé e gli altri) la nuova via di sviluppo della mente nel terzo millennio.

Goleman invita a superare il modo di pensare logico-matematico, di cartesiana memoria, e propone all'intelligenza un percorso parallelo: **conoscenza di sé e consapevolezza dei sentimenti e delle esigenze altrui**. Come dire: il cervello è programmato per conoscere e per amare (grazie ai cosiddetti "neuroni specchio"). Solo così, sostiene Goleman, possiamo prevenire ogni istinto di violenza, perché lo riconosciamo come un'emozione distruttiva, capace di destabilizzare l'equilibrio della mente. Chi sviluppa queste doti è il vero leader di sé stesso. Molto ha imparato Goleman dalla psicologia buddhista spiegata dal Dalai Lama a Dharamsala, nei periodici incontri con i neuroscienziati. Ma con ciò Goleman non invita a convertirsi al Dharma, ma a praticare sì, perché (non si stanca di ribadire) **la meditazione è il migliore antidoto allo stress**, la migliore via per farci divenire leader di noi stessi e degli altri.

Gabriele Burrini orientalista



SPIRITUALITÀ

GABRIELE LA PORTA

COME CAPIRE LA REALTÀ ALLA LUCE DELLA LUNA

Nel buio della notte assoluta, quando sembra che nulla possa ostacolare l'inverno onnipotente, ecco, in fondo al pozzo più buio, affacciarsi una luce che le tenebre non possono ostacolare. È il ritorno della **Luna Eterna**, l'equivalente poco noto del *Sol Invictus*, del *Sole Invincibile*. L'Astro Diafano è la forza che guida e spinge al **rinnovamento interiore**.

Questa trasmutazione è la **rinascita di Alma**, scrive Carla Stroppa in *Il satiro e la Luna blu*, il risorgere di Anima in tutta la sua sfolgorante bellezza intessuta di erotica ambiguità. Il nostro Io egoico ha imprigionato lo **slancio notturno della poesia "animata"**. Ma le sue difese diventano impotenti quando si diffonde, nella luce argentea di un'Alba desiderata, la **"musica della Madre"**, ovvero la voce di un **femminile soccorritore** che accende a Vita Nova tutto il creato.

Grazie a questo testo, scopriamo che la realtà, tutta la realtà, può compiere un **viaggio inverso a quello della Ragione**. Un percorso intuitivo che ci allontana dalla speculazione fondata sul Logos e ci accompagna a un'altra ragione, **quella della Luna**, a un altro mondo, quello del femminile lunare, a una dimensione altra rispetto alla fredda, seppur lucente, speculazione del maschile.

E non è ancora tutto. C'è da compiere un altro salto: verso l'interiorità. Carla Stroppa ci dice che dietro tutto questo c'è **una trama invisibile**: tutti i **rinnovamenti psichici** necessariamente finiscono per riconnettersi alla favola di **Amore e Psiche**. Il **mito fondante di tutte le resurrezioni**, che nei secoli dei secoli continua ad ammonire come nessuna mutazione di Anima possa avvenire se non nel segno di Eros, il radioso.

Gabriele La Porta docente di filosofia antica



"IL SATIRO E LA LUNA BLU", DI CARLA STROPPA (MORETTI & VITALI, € 18), PARLA DELLA RINASCITA DI ALMA, LA VOCE DELLA MADRE, DI UN FEMMINILE CHE CI FA SCOPRIRE UN'ALTRA RAGIONE E UN'ALTRA DIMENSIONE. DIVERSA DALLA LUCIDA SPECULAZIONE MASCHILE.

WILLIAM BOUGUEREAU,
"NINFE E SATIRO"
(1873)

