

OMAR ALI-SHAH

# LA VIA DEL CERCATORE

**Lezioni di un Maestro Sufi  
contemporaneo ai suoi allievi**



LIBRERIA EDITRICE PSICHE

## L'APPLICAZIONE DELLE TECNICHE E DELLA TEORIA

*Discussioni utili e inutili. Come scegliere un'informazione appropriata limitandosi a una conoscenza utile e utilizzabile. Come evitare l'accumulo e l'intellettualizzazione. Il sistema autonomo di gestione dell'energia. Come puntare in alto e raffinare costantemente le tecniche.*

Quello che voglio dirvi riguarda l'applicazione delle tecniche e della teoria.

Nella vita quotidiana si acquisisce una certa quantità di metodi, punti di riferimento, idee e teorie, che la gente poi cita sovente dicendo: "Questo ha a che fare con quello", oppure "Il tal dei tali dice che...".

Il citare o ricordare certe frasi o riferimenti è utile, solo a condizione di manifestarli al momento giusto, cioè se si riferiscono a qualcosa di preciso, o in seguito a uno stimolo, o quando si attingono dal subcosciente o dalla memoria e risultano da un pensiero o da un'azione ad essi collegati. Quei riferimenti allora scaturiscono da un corretto processo della memoria o del pensiero, e non semplicemente da una specie di rigurgito reattivo.

Questo emergere di particolari elementi dalla memoria è un primo aspetto importante del lavoro nella Tradizione, siano essi espressioni, pensieri o citazioni.

Il secondo aspetto consiste nel mettere in pratica questo genere di idee o pensieri. Essi non debbono diventare lo spunto per dibattiti o discussioni accademiche che vanno all'infinito, coinvolgendo più persone e dissezionando gli argomenti. Ne risulta una specie di classificazione intellettuale comprendente una selezione, una schedatura, un etichettamento, un incasellamento e un accumulo di informazioni eterogenee.

È pur vero che una simile informazione può avere un certo valore intrinseco, ma il nostro scopo è di farne uso in un contesto pratico.

L'osservazione di sé comprende più aspetti: guardarsi, capire come si

reagisce di fronte a determinate situazioni, e in che modo i propri processi mentali o di riflessione possono essere stimolati da diverse influenze esterne o da pensieri o sensazioni interiori. In un certo senso, si impara riguardo a se stessi, come si reagisce e come il proprio modo di pensare può essere stimolato dall'immissione di elementi di valore, o di loro tracce.

Quando ci si limita a considerare queste tracce di elementi utili come dei semplici stimolanti che si mettono in un classificatore con l'etichetta "stimolanti utili" e poi si archiviano; quando se ne accumulano sempre di più per classificarli e poi farne una sorta di banca dati, è lecito porsi una domanda: quando si avrà il tempo per farne uso?

Quando si metteranno in pratica? Si può sempre dire: "Aspetto il momento buono" oppure "Aspetto che si presentino le circostanze favorevoli".

D'altronde, possiamo perfettamente immaginarci una combinazione di circostanze ideali: tempo a volontà, benessere, nessun problema, nessuna interruzione, niente che disturbi: "Allora penserò alla cosa x, y, o z".

Un simile atteggiamento è umano e ragionevole, in certi contesti, ma impone dei limiti agli stimoli utili. Dopo averli resi disponibili, si pretende di tirarli fuori nel momento in cui, secondo il proprio giudizio, le circostanze saranno favorevoli.

Ma queste circostanze possono non essere mai propizie, né conformi alla lista già accuratamente preparata. Può mancare un elemento, nel qual caso direte: "Non sono ancora riuniti tutti gli elementi: aspetto". Nel frattempo, si continua a riempire lo schedario fino all'inverosimile, e tutto ciò si trasforma in una specie di gara per mettere d'accordo gli stimoli utili con le circostanze propizie. Insomma, state cercando delle circostanze favorevoli sempre più specifiche, accumulando e immagazzinando "elementi utili", nella speranza di unire stimoli e circostanze.

Se le circostanze propizie non si presentano da sole, allora si cerca di provarle: "Lascio il mio lavoro, vendo tutto quello che ho, mi ritiro su una montagna e penso solo a queste cose". Benissimo.

A parte il fatto che non è indispensabile vendere tutto e ritirarsi su una montagna, se fate una cosa simile vi garantisco che sarete ancora più confusi che se aveste cercato di occuparvi di tutto questo pur essendo inseriti in un contesto di studio o di lavoro. Infatti potreste trovarvi fra le

mani una specie di vaso di Pandora: voi avete abbandonato lavoro e responsabilità, avete venduto tutto, adesso vivete in una capanna di fango e dite: "Ora che la circostanza è propizia, mi occuperò di tutto ciò".

A questo punto aprite il vaso, e allora un mucchio di stimoli precedentemente accumulati vi travolge e vi rende pazzo, e questo semplicemente perché cercate di occuparvi di tutte queste cose contemporaneamente. Insomma, avete aperto il vaso, tutto il suo contenuto ne è uscito, voi vi sprofondate fino alle ginocchia e non riuscite a gestire la situazione.

Che cosa si può fare?

Si affrontano questi stimoli man mano che essi compaiono nell'ambito della situazione in cui vi trovate.

Questo è "essere nel mondo ma non del mondo". Non cercate di imporvi in anticipo un comportamento del tipo: "Terrò conto soltanto di questo o di quello, dato che questa o quella circostanza si è già presentata in un'altra occasione". Con un simile atteggiamento, se riunite proprio tutte le condizioni della volta precedente, diverrete sempre più tesi e confusi.

Bisogna certamente tenere conto di ogni impressione utile, e di tutte le tattiche, le tecniche, e i consigli utili e positivi; poi si richiamano alla mente e se ne fa uso in quasi tutte le circostanze.

A volte funziona a volte no, ma in ogni caso non cercate di imporre il grado di riuscita.

Certo, bisogna cercare di ottenere il massimo, ma senza poi lamentarsi se il risultato non corrisponde alle aspettative.

D'altronde, come potete misurarlo?

Voi potete immaginare che cosa aspettarvi, ma quel che otterrete in realtà non gli corrisponderà quasi mai. Ciò può condurre a delusione, confusione, insoddisfazione, infelicità, ecc.

Esiste un sistema organico del quale bisogna fidarsi, non automatico ma autonomo, capace di integrare questa forma di energia, metterla in azione, liberarla, aumentare la percezione, e valorizzare le situazioni. In altri termini, questo sistema è in relazione alla circostanza, e il carattere di questa agisce come rivelatore nella situazione.

La circostanza quindi si integra nel sistema per essere usata dal sistema stesso; a volte in modo percettibile, a volte impercettibilmente. Cercare di misurarla equivarrebbe a darle una forma immaginaria, oppure a

limitarne l'influenza tramite le proprie idee preconcelte. Sarebbe come dire: "Quando avrò letto questo o avrò fatto quello, il naso mi diventerà tutto rosso e si illuminerà".

Se avete deciso in anticipo una cosa simile, e questa lettura o quell'attività hanno per effetto che il naso vi diventi rosso e si illumini, e che le orecchie si mettano a muoversi nel contempo, dire che soltanto il naso si illuminerà rischia di limitare l'effetto del fenomeno, poiché siete voi stessi a impedire alle orecchie di agitarsi contemporaneamente.

Non cominciate dunque a dire: "Il naso si illuminerà, le orecchie si muoveranno e nello stesso tempo anche le dita dei piedi parteciperanno alla danza", perché tutto ciò è il prodotto della vostra immaginazione, e state diluendo quel che accade realmente. Allo stesso modo, limitare il fenomeno al solo naso che si illumina vuol dire ridurlo. Perciò non esagerate ma non siate nemmeno troppo modesti.

Lasciate che il risultato dell'influenza o dell'impressione si manifesti da solo, in collegamento con una circostanza adatta.

Il simile attrae il simile. Nelle circostanze in cui è presente qualcosa di positivo, se queste sono collegate a qualcosa di realmente positivo che si trova nel proprio intimo, questo contatto si manterrà da solo.

Qualunque sia il modo di vederla, la forma di questo contatto deve sempre essere a un livello più elevato, cioè essere indirizzata verso l'alto. Sempre un po' più in alto. Infatti, per intraprendere un'attività, a qualsiasi livello, è necessario darle una direzione.

Bisogna sempre imprimere ad ogni attività, sia nella vita che nella Tradizione, in ogni cosa, un movimento ascendente; poiché, per definizione, una traiettoria ascendente è più positiva di una orizzontale, dato che è sempre accompagnata da un fattore declino. Non bisogna certamente sceglierne una discendente, perché per sua natura tratterà una curva negativa.

Ma se si mira verso l'alto, senza esagerare, il fattore declino avrà poca importanza.

È necessario uno sforzo, il che implica un allungarsi verso qualcosa, ma entro certi limiti, senza tirare troppo, poiché l'esagerazione può portare tensione, confusione, problemi, a disprezzo delle proprie capacità e così via. Bisogna tuttavia assimilare, alimentare, raccogliere e fare uso di

questi elementi di stimolo, altrimenti sarà solo teoria: interessante come riferimento, ma utile solo ad interminabili discussioni.

Non bisogna permettere a questi stimoli di finire in questo ambito, perché sono troppo preziosi per essere ridotti a una gomma da masticare intellettuale.

Tutte le tecniche si aggiornano in relazione alla capacità di una persona. Si sarebbe tentati di dire: "Ho già usato questo, ora basta, non lo uso più". È un errore.

Considerate una tecnica di cui si faccia uso a un livello bassissimo; man mano che la persona si evolve, sviluppa anche la capacità di usarla in un modo più raffinato.

Se imparate a imparare, potete apprendere l'A B C di una lingua straniera. Una volta che vi sarete impadroniti di questa tecnica, la migliorerete al punto di poter scrivere in quella lingua, e poi, se migliorerete ancora, potrete scrivere anche della poesia.

La tecnica di cui parliamo è identica: non si buttano via gli elementi di apprendimento dell'A B C acquisiti, per poi dover imparare di nuovo ricominciando da zero; anzi, si aggiornano le proprie conoscenze per rispondere alla sfida che proviene da un'informazione più recente.

Ma se non si fa uso di queste nuove tecniche e tattiche, se queste non sono messe in atto nelle circostanze adeguate, si continuerà ad applicarle in modo scorretto, a dire perciò: "Le ho messe in pratica, ma non funzionano". La scelta della tattica o della tecnica è importante, e lo si capisce. Chiamatela pure "ragionamento calcolato" ovvero fatene scorrere diverse nella mente prima di sceglierne una.

Ogni tecnica può essere valida, a patto di misurarla con il metro della vostra sensibilità nell'ambito della Tradizione.

Vi è sempre il pericolo che si sia portati a fare una scelta condizionata, e si incontrano così tante occasioni di condizionamento che si deve stare attenti ad evitare che le tattiche e le tecniche della Tradizione cadano anch'esse nel regno dei riflessi condizionati.

Insomma, imparate le tecniche e non accumulate una quantità di punti di riferimento inutilizzabili.

Per definizione, i punti di riferimento sono usati per guidare qualcuno nell'applicazione di una conoscenza acquisita per loro mezzo.

Una guida telefonica può essere presa come esempio. La si consulta quando si ha bisogno di un numero di telefono, poi si telefona per comunicare, fare degli affari e così via.

Voi non consultate continuamente la guida, ma la usate solo quando ne avete bisogno; allora mettete in pratica l'informazione acquisita mediante un'altra tecnica: quella di comporre il numero sull'apparecchio per raggiungere il vostro scopo, che è la comunicazione.

Perciò, non accontentatevi di accumulare. Non discutete, non sviscerate tutte le sfumature di una tecnica, lucidandola e rilucidandola.

Lucidare e rilucidare voi stessi, sì questa è una buona idea.

Ma lucidare e rilucidare la tecnica, no. La tecnica è già abbastanza raffinata. Applicatela.