

METODO PER PROMUOVERE LA CULTURA PERSONALE

Cultura è il sole della mente. Noi facciamo cultura con le occasioni e le provocazioni della vita. *Nessuno è sapiente assoluto, nessuno è ignorante assoluto, tutti noi siamo maestri e scolari gli uni e gli altri alla scuola continua della vita: nella parità, nella semplicità, nella creatività, nella gratuità.* Educiamo educandoci. **Educare** deriva da *ex-ducere*, significa **tirar fuori le qualità**, le risorse che ognuno ha dentro di sé. Se non c'è l'impegno a migliorare la cultura personale anche quel che sai sbiadisce, svigorisce, deperisce: i curiosi e gli entusiasti sono i più vitali.

Desideriamo fare reti di scambi reciproci di saperi e conservare le conoscenze collegandole alla rete di saperi che la mente utilizza: *"a nulla vale imparare senza trattenere ciò che hai appreso"*. Se tu ascolti una lezione ed entro 24 ore non fissi con parole tue brevi messaggi semplici, efficaci, popolari (*mantra-sutra*) tutto cade nell'oblio come non avessi sentito niente.

La sapienza antica dice: **se senti dimentichi, se vedi ricordi, se fai impari**. Tieni aperto il cantiere laboratorio delle tue scritture. Per dare profondità ai pensieri è bene scriverli e scrivendoli li imprimi nella memoria. *Le parole scritte sono pensate, meditate, sofferte e mettono radici nella mente e nel cuore.* Puoi scrivere pensieri improvvisi, intuizioni, messaggi.... L'abitudine a scrivere ti allena a dare un vestito di parole ai pensieri fluidi che arrivano all'orizzonte della mente e se ne vanno senza dar frutto se non sono accolti, amati e valorizzati.

Dopo aver ricevuto un messaggio donati silenzio per raccogliere anche le più sottili risonanze personali anche se ti portano lontano dal messaggio esse rivelano le tue verità. In qualsiasi momento una risonanza bussa dentro di te: dà precedenza a ciò che risuona, raccogli quella voce, **coltiva il dialogo interiore coi tuoi pensieri**.

Anche di notte tieni vicino carta e penna per scrivere subito qualche bel pensiero che viene a visitarti: è la tua biografia.

Raccogli nel **quaderno di lavoro**: illuminazioni, esperienze, progetti, eventi significativi, ecc. L'abitudine a scrivere allarga la mente, apre le porte della percezione e conserva i messaggi.

Puoi costruire uno **schedario** attorno a *parole-madri*, parole-attaccapanni, parole-chiave; esempio: amicizia, cultura, filosofia, poesia, preghiera, psicologia, uomo (corpo, mente, anima), religione, oriente, spiritualità, comunicazione sana e malata, giovani, biografia di me, socialità, mondialità, ecologia, parole belle, umorismo, teatro, libri, ecc.

Al termine di ogni incontro lasciati risuonare dentro, non sei un imbuto da riempire ma un fuoco da accendere, va oltre il passivo ricevere, avventurati nello sforzo creativo oltre il facile ascoltare. Tu stai sempre scrivendo a te un libro, non è importante arrivare alla fine ma vivere durante il viaggio della sua scrittura: un libro per amico e l'autore sono io.

Tu puoi praticare il **book-crossing** per guadagnare relazioni significative, cioè puoi scambiare libri con amici che praticando la *comunicazione calda* e con la lettura hanno un pensiero personale da scambiare con gli amici.

Augurio: che tu possa affezionarti alla vita e diventare biologicamente più vitale anche attraverso l'impegno per migliorare la tua cultura personale!