

EQUILIBRIO TRA REALTA' E FANTASIA

Fantasia è il vento dell'intuizione e della creatività.

Fantasia è la capacità di immaginare, sognare, ideare altri modi di vedere la realtà. Fantasia è la capacità di costruire immagini, simboli, riti che danno senso alla vita. Fantasia è anche la capacità di tirarti fuori da situazioni spiacevoli per condurre la mente in zone di comfort di tuo gradimento. Ad esempio: un taxista di Milano durante le pause si rilassa così: tira giù la tendina parasole dove ha incollato l'isola dei Caraibi. Con i cinque sensi della mente immagina di muoversi in quel luogo... vede panorami, ascolta voci, tocca luoghi, crea eventi.

La fantasia ti permette di interpretare e di interpretarti con creatività e coraggio. *"La vita è per noi ciò che immaginiamo che sia. Per il contadino per il quale il campo è tutto... quel campo è un impero. Per Cesare per il quale il suo impero non basta... quell'impero è un campo. Il povero possiede un impero, l'imperatore possiede un campo. In verità noi possediamo le nostre interpretazioni."* (Fernando Pessoa).

La fantasia apre all'intuizione.

"La mente che intuisce è un dono sacro, la mente che ragiona è suo servitore. C'è il pericolo che il servitore diventi padrone e oscuri il dono sacro!" (A. Einstein)

Puoi usare la fantasia in modo sano o in modo malato.

Nell'era digitale c'è il pericolo che il cervello diventi macchina e il cuore arido. La pubblicità parla alla fantasia con stimoli condizionanti, con messaggi subliminali che diventano persuasori occulti.

Diventa consapevole dei modi che utilizzi nel governare la fantasia.

Quando è slegata dalla ragione... essa tende a diventare sfuggente ed anarchica, segue l'istinto.

Accetta la natura provvisoria della tua verità. Anche l'incertezza può essere feconda, il dubbio può essere un invito a cercare. Sii disponibile al confronto e al dialogo, che danno equilibrio alle intuizioni della fantasia:

Insieme siamo raggi della grande luce, più raggi fanno più luce.

"I miei pensieri stringono la mano ai tuoi pensieri... in due pensiamo meglio e andiamo più lontano" (G. Rodari). **La realtà è quello che è, l'interpretazione dipende da te.**

*Realtà è quello che penso io... è quello che pensi tu... è quello che veramente è...
ma questo è difficile da stabilire!*

Chi può pretendere di conoscere la realtà fino in fondo?

Esercita la fantasia nell'interpretare la sapienza dei mistici persiani (Sufi):

Sii generoso come il sole, sii creativo come l'aria,

sii umile come l'acqua, sii paziente come la terra.

Copri i difetti degli altri come la notte.

Nella rabbia sii come morto.

Sii quello che sei, mostrati per quello che sei.

Dott. Renato Marini: insegna come usare la fantasia per star bene.

Roberto Benetti: adopera la fantasia per dare elasticità al corpo.