

MENTE E CERVELLO

Quando si parla delle dinamiche che riguardano i pensieri e le memorie, a seconda di chi indaga sui questi fenomeni, si parla di Mente, di Cervello, di sé e di IO, di Ego, di emozioni e sentimenti e molte altre definizioni. Cerchiamo di fare un po' di chiarezza

Coloro che si apprestano per la prima volta ad analizzare i meccanismi che governano la nostra vita intellettuale o che hanno invece già letto testi o frequentato seminari aventi per oggetto il miglioramento della propria vita e/o la liberazione da traumi e memorie limitanti si saranno imbattuti in una grossa quantità di termini in apparenza contraddittori che sono relativi all'attività del pensare, a come si formano le memorie ed avranno sentito innumerevoli volte alcuni termini quali cervello, mente, inconscio, consapevolezza coscienza etc.

Da quanto ho potuto apprendere dai miei studi ciascun autore o scuola di pensiero usa terminologie simili per spiegare fenomeni a volte contrastanti,

Per cui ritengo opportuno prima di addentrarci nei meccanismi con cui si formano i pensieri e le emozioni ed alle tecniche di liberazione delle memorie disfunzionali provvedere a dare un quadro, per quanto personale, alla terminologia che andremo ad adottare cercando di dimenare una matassa piuttosto intricata

- Per fare un primo esempio cerchiamo di penetrare il binomio MENTE – CERVELLO
- Cerco di identificare una terminologia adatta al cervello. Quella che mi piace maggiormente è che il cervello è un servomeccanismo che viene utilizzato per soddisfare i bisogni umani. Questa concezione va a sminuire il potere che normalmente noi andiamo ad attribuire all'organo sito nella scatola cranica. Esso non ha alcun potere autonomo se non quello che vogliamo attribuirli. La sua natura è quella di sviluppare i meccanismi fisici e chimici che sono necessari alle fasi della sopravvivenza e della soddisfazione dei bisogni e desideri. Amo la medicina cinese anche per il fatto che il cervello non è un organo che regola i vari cicli energetici della vita, ma è un «viscere curioso» che svolge le sue importanti attività soggetto al volere del cuore e dipende energeticamente dai reni. Questo antico modo di concepire il cervello inquadrava perfettamente la sua funzione di vassallo di istanze superiori esattamente all'opposto di quanto attualmente abbiamo ereditato da Cartesio con il celebre motto «cogito ergo sum»

- Per cui in un ordinato stile di vita il cervello non ha il compito di prendere la guida dell'essere ma di provvedere all'espletamento di funzioni essenziali per la Vita. Modernamente potrebbe essere equiparato ad un robot, che è programmato per servire e non per prendere il governo dell'esistenza.
- Se una delle funzioni essenziali del cervello è quella di saper prendere in autonomia e tempestività della decisioni che sono mirate alla sopravvivenza od all'omeostasi della persona ci si può domandare di quanti cervelli siamo dotati.
- Siamo tenuti a credere di avere un solo cervello contenuto nella scatola cranica, ma l'evoluzione biologica e l'uso funzionale ci ha portato a distinguere tre distinte zone del cervello deputate alla sopravvivenza, alla socialità ed emozionalità ed alla crescita personale che hanno sede rispettivamente nel tronco encefalico, nel cervello medio e nella corteccia celebrale. Specificheremo meglio innanzi le caratteristiche di questa tripartizione legata.

Ad una persona curiosa può nascere la domanda: ma esistono altri organi che hanno quelle peculiari funzioni di adattarsi all'ambiente e creare le condizioni di difesa, crescita e benessere che sono autonome dalla mera attività celebrale, ovvero che sappiano analizzare l'ambiente ed intervenire per contrastare attacchi patogeni e ricreare l'equilibrio.

La risposta è Sì.

Si annoverano fra questi l'intestino. Quante frasi sono legate al pensiero di «pancia». Nell'intestino normalmente si somatizzano le problematiche emozionali ed è anche chiamato cervello enterico. Nell'intestino vi sono decine di migliaia di cellule simili ai neuroni.

Il nervo vago collega l'intestino col cervello e la maggior parte delle comunicazioni scorrono dal basso all'alto e non viceversa,

Si è studiato che la chimica dell'intestino influenza la chimica del cervello, così possono spiegarsi offuscamenti e sensi di

Inoltre la medicina cinese l'intestino (tenue) è collegato al cuore che si è visto essere il «padrone» del cervello

- Come si può evincere anche il cuore ha quelle capacità funzionali ed emotive per poter essere considerato a tutti gli effetti un cervello. Anche qui sono site cellule di tipo cerebrale e secondo la M.T.C. e scuole di carattere preminentemente esoteriche il cuore è l'organo che sovrastiede al cervello. Inoltre il campo magnetico del cuore è molto maggiore di quello cerebrale e ciò può influenzare fortemente fenomeni di empatia e di relazioni.
- Altro organo che è in grado di attivarsi per agire a vantaggio della comunità individuale è il fegato. Si sa che il fegato controlla e produce una quantità enorme di processi chimici per consentire il funzionamento dell'organismo e che in campo psichico patisce il sorgere di emozioni quali rabbia e risentimento. Da un punto di vista della M.T.C. il fegato è il generale che pianifica le strategie e tende a far sì che tutto funzioni secondo le istanze dell'imperatore (il Cuore)
- Inoltre ogni singolo componente del sistema immunitario è in grado di reagire autonomamente all'insorgere della presenza di patogeni provvedendo a contrastarli e ad annientarli (sempre che non abbiamo compromesso il sistema immunitario)
- Anche la pelle ha la capacità di intervenire nelle attività di difesa.
- Ma la struttura che fin dagli albori della vita ha una sua capacità di elaborare l'ambiente e provvedere all'adattamento è la singola cellula, il cui cervello è situato nella membrana e non nel DNA come comunemente creduto

- Quindi abbiamo inquadrato la funzionalità dei CERVELLI quali organi atti a manifestare comportamenti funzionali alla salute dell'individuo in un'ottica prettamente materialistica, non avendo attribuito ad essi alcuna potestà di governo dell'individuo per ciò che concerne l'attività psichica e spirituale. Trattasi di servomeccanismi che devono essere gestiti da altre componenti che hanno il compito di condurre la vita verso le mete che ci sono state assegnate nella venuta in questo mondo.
- Se quindi il cervello non è altro che una struttura fisica cosa lo attiva.
- Si arriva ora al concetto di mente. La definizione che preferisco è la seguente: «*la mente è il cervello in funzione*».
- Sappiamo che la visione della realtà che maggiormente definisce la vita è che tutto è vibrazione. Potessimo analizzare in quest'ottica il cervello vedremo che il collegamento fra le entità di base (i neuroni) attraverso le sinapsi (lo spazio esistente fra un neurone e l'altro) sarebbe un fantasmagorico accendersi e spegnersi di collegamenti elettrici (neuropeptidi) che portano al rilascio di una quantità di prodotti chimici (ormoni e peptidi) che vengono irrorati nel corpo al fine di portare le informazioni necessarie alle cellule per produrre i processi biologici necessari alla vita.

- Ogni neurone è collegato con centinaia o migliaia di neuroni limitrofi ed ogni volta che viene percepita una variazione dell'ambiente, che viene prodotto un pensiero o si scatena un'emozione vi è un fluire degli impulsi sopra visti che tendono a ripercorrere percorsi analoghi andando a formare dei circuiti che col trascorrere del tempo in cui si riprovano le medesime sensazioni ed emozioni tendono a consolidarsi e divenire cablati.
- Quindi con i moderni strumenti scientifici siamo in grado di monitorare l'attività elettromagnetica del cervello e quindi capire le zone che vengono ad essere interessate nei diversi processi di percezione ed elaborazione della realtà che danno luogo alle reazioni necessarie alla vita
- Ma quanto specificato non è altro che la manifestazione esteriore di ciò che qualifichiamo come Mente.
- Quante Menti esistono in ognuno di noi, perché reagiamo chimicamente ed emozionalmente in modo diverso al verificarsi dello stesso fenomeno?
- Qui la situazione si complica. Si è già fatto richiamo al fatto che non esiste una realtà oggettiva ma qualsiasi cosa cui facciamo riferimento esiste in base a quanto pensiamo di essa, ma cosa ci induce a pensare una cosa anziché un'altra.
- Una prima spiegazione che viene data per giustificare ciò è che esiste una mente inconscia che governa buona parte del nostro tempo in base ai suoi gusti ed alle sue percezioni

- Molti dividono poi questa mente fra inconscio e subconscio, volendo (ne parleremo successivamente) si può introdurre il concetto di EGO in questa analisi.
- Io amo molto le tesi che ha sviluppato Antonio Origgi che ha scritto due libri fondamentali quali l'«inconscio per amico» e «le tre menti inconscie» in cui riesce a far collimare le tre diverse parti in cui è suddiviso il cervello con le funzioni ad esse deputate da ciascuna tipologia di mente che chiama sé
- Per cui esiste l'abbinamento fra tronco encefalico ed il sé fisico deputato alle attività simpatiche e parasimpatiche che hanno come scopo principale la sopravvivenza dell'individuo. Questo tipo di mente è comune in tutti gli esseri viventi
- Con l'evoluzione e la socializzazione si è sviluppato il sé istintivo che governa il campo della socialità e dell'emozionalità ed in cui sono contenute tutte le memorie. Questo sé o meglio questa mente è quella che ci governa per la maggior parte di tempo, che determina i nostri stati d'animo e che ha formato la nostra personalità. E' comune a tutte le specie mammifere
- Nella razza umana e, seppure in maniera molto minore in alcuna altre specie fra cui primati e delfini, si è sviluppata nella corteccia un'altra specie di sé più evoluta che è stata definita sé mentale deputato all'evoluzione dell'individuo a renderlo competitivo ed alla ricerca dello sviluppo delle migliori opportunità di raggiungere benefici personali.
- Vedremo che la maggior parte dei problemi nascono dal rapporto di queste ultime due menti o sé soprattutto dal fatto che il sé mentale è freddo, distaccato ed analitico e non comprende le istanze del sé istintivo che invece parla e comunica col linguaggio delle emozioni

- La ripartizione che abbiamo appena fatto ha identificato le peculiarità e il campo d'azione dei diversi sé che abbiamo, ma ognuno è comandato da un proprio scopo che corrisponde alle funzioni dei cervelli che sono deputati ad essere da loro attivati
- L'autore sopra citato a proposito intitola il suo libro le tre menti inconsce ipotizzando che anche quella parte della mente che è deputata allo sviluppo personale tenda ad agire secondo modalità automatiche od inconsce
- Quindi anche l'attività che Cartesio riteneva la più importante e caratterizzante l'uomo in realtà è gestita da meccanismi automatici (vedi di seguito le scoperte di Liben)
- Oltre questi sé, a livelli superiori alla mente, quelli esplorati per esempio da Sri Aurobindo e da Jung, esiste il Sé superiore.
- Questa parte può essere chiamata Spirito, Anima, ed è l'individualizzazione nella singola persona della Divinità o dello Spirito Universale, Matrice o come si voglia chiamare quell'entità che governa l'intero universo e le singole cellule per mezzo delle informazioni che sono trasmesse in quel vuoto che caratterizza l'universo e tutte le sue manifestazioni,

- Come tutti sappiamo non esiste, ovvero è molto limitata la capacità di comunicazione fra il sé superiore e quelli inconsci.
- Deve esistere un'entità che vada a mediare fra le menti che governano in modo pressochè totale, ovvero per oltre il 95%, la nostra vita e quella parte di noi che è collegata con quella parte che sta al di là dello spazio e del tempo che è il sé superiore
- Questa parte si può definire IO. L'io è la nostra capacità di analizzarci di porre le faticose domande quali chi sono?, cosa ci faccio qui?, ... ed ora cosa devo fare?
- Questo io è, o meglio dovrebbe essere, in diretta connessione con il Sé superiore. Questa parte di noi dovrebbe guidarci costantemente sul cammino per il quale siamo venuti sulla terra ed invero per la maggior parte del periodo dorme, sopraffatto dalle emozioni e dai pensieri razionali che cercano di farci emergere dalla massa o che ci fanno considerare più intelligenti, più belli..... degli altri e che vive sui giudizi e sulle aspettative . Quindi l'io anziché pervadere ed essere costantemente alla guida dei sé inconsci ed essere sotto il controllo e la supervisione del Sé superiore viene relegato, dalla mente razionale in una nicchia ed il collegamento con l'entità superiore viene ridotta e strozzata impedendone la comunicazione. Ciò è guidato da una sovrastruttura non funzionale creata dalla mente che può venire chiamato il «guardiano della soglia».

- E 'quindi il sé mentale che non permette la presenza dell' io nell'attività di governo della quotidianità e che ne consente l'intrusione soltanto in quei momenti che richiedono l'attenzione e la saggezza per venire fuori da guai, per il resto sta bene che questa parte sia relegata in una nicchia e soprattutto non abbia rapporti con le entità più spirituali sia interne che esterne
- L'aver individuato l'esistenza di questo io e soprattutto averlo distinto dalla mente razionale è molto importante per provvedere al cammino verso il risveglio, la consapevolezza e la liberazione dalle credenze limitanti legati alle menti inconsce
- Ma bisogna andare più in profondità e penetrare l'essenza di questo io
- L'essenza, come in tutto, è nel vuoto, nel levare qualsiasi qualificazione e giudizio di questo essere.
- L'aver identificato questo io con un termine che deriva dal verbo ausiliario essere ci indica la caratteristica principale che possiamo definire come IO SONO.
- Il punto è essenziale in quanto ci frena dall'attribuire altre definizioni o caratteristiche. Generalmente il verbo essere è seguito da un predicato verbale e fin dall'infanzia la nostra mente è addestrata ad attribuire un predicato verbale, a volte seguito da uno o più aggettivi, tipo io sono *un bambino buono*

- E' cultura che ci è stata imposta a volere che il nostro essere sia sempre identificato con qualcos'altro che sia un lavoro, un grado di parentela o gusti culturali ed altro.
- Quindi il nostro riconoscimento individuale e sociale è abbinato a quanto facciamo o a cosa possediamo, quindi più che all'essere poniamo la nostra attenzione a quello cui ci dedichiamo o cosa abbiamo.
- Ci allontaniamo dal riconoscersi nell'aspetto di unità al tutto per entrare a far parte di «campi morfogenetici» legati al pensiero comune di più persone che sono limitate ad effimeri riconoscimenti
- La perdita del collegamento con l'essere con *l'io sono*. porta all'identificarci sempre di più all'identificazione con cose o situazioni, spesso non appaganti che permette la creazione *dell'ego*. Delle disfunzioni legate all'ego se ne parlerà innanzi.
- Per cui più ci limitiamo a lasciar governare le nostre parti inconsce più la nostra essenza rimarrà limitata in una nicchia e più ci sono probabilità che prenda il predominio una falsa identità, un fantasma chiamato ego, che si attiva in ogni modo per ricreare quell'ambiente di emozioni e false rappresentazioni che ne hanno permesso l'esistenza e che sono l'unico mezzo per consentirgli di prendere il palcoscenico per quel breve lasso di tempo della vita

- Vi invito a ragionare su un principio fisico universalmente conosciuto, la prima legge della termodinamica: «*nulla si crea, nulla si distrugge, tutto si trasforma*».
- Essendo ciò vero quello che è la parte fisica del nostro corpo, gli elettroni che fanno parte delle nostre cellule una volta che è terminata la nostra vita terrena faranno parte di nuove forme di vita e non andranno perse
- La parte animica, essendo una diretta derivazione dell'anima universale farà ad essa ritorno, quello che tutte le religioni chiamano il ritorno a casa
- Cosa è destinato all'oblio? La nostra parte mentale e soprattutto l'ego, che come un tumore muore al termine della vita dell'essere che lo ospita, o meglio di cui si è impadronito.
- Questa è la principale ragione del continuo lavoro della mente, del rimuginio, delle preoccupazioni. Il dovere continuare a creare proiezioni su cui elaborare pensieri ed emozioni con l'illusione di essere eterna e fondamentale.