

## Silenzio, sto pensando!

Il Silenzio è, per sua natura, bravo a nascondersi nelle pieghe della fretta quotidiana. Giocando con le parole si potrebbe dire che il Silenzio è il “controtempo” del tempo. Lo spazio vuoto tra il “TIC” ed il “TAC” del nostro orologio interno segna questa pausa silenziosa. Il tempo e lo spazio creano la nostra percezione della realtà, il silenzio lascia spazio alla fantasia e alla creatività, luogo per eccellenza delle Trasformazioni e dei Cambiamenti. È nel silenzio che ci rallentiamo e lasciamo uscire le cose che stanno dentro. È in questo luogo che non cerchiamo risultati e prestazioni a tutti i costi, che ci ascoltiamo, ci coccoliamo un po’ e, quando serve, ci curiamo le “ferite” collegate al mondo esterno.

Il mio punto di vista è certamente privilegiato. Nel mio lavoro uso quotidianamente gli spazi naturali del silenzio per far entrare dentro di sé, per far cambiare prospettiva, per stimolare la creazione di nuovi pensieri e per gustare il sapore delle possibili soluzioni ad una situazione diventata, momentaneamente, un problema fuori controllo. Ogni tipo di attività ha bisogno del proprio, personale e “giusto”, silenzio per poter trovare la concentrazione di cui si ha bisogno. Ogni forma di arte, di religione e di scienza, trova nel silenzio la propria strada da percorrere per raggiungere nuove frontiere dell’ispirazione e della conoscenza. La natura stessa è materia silenziosa in costante movimento.

Ogni persona che cerca qualcosa, trova sempre, nel silenzio, il tempo per farsi le domande giuste e la forza intima per darsi le risposte più sincere. È un tesoro, unico e personale, che a volte ci si dimentica di possedere e di usare a nostro vantaggio. È anche lo spazio comune in cui si incrociano le idee con gli altri e dove nascono le scintille dei nostri sentimenti e delle nostre emozioni. Nella comunicazione esiste un silenzio “prima” e un silenzio “dopo”. Entrambi sono una condizione essenziale all’interazione. Quello “prima” ci prepara, ci accende per l’incontro con l’altro, quello “dopo” ci permette di metabolizzare il significato assimilato nello scambio e ci permette di imparare attivamente da quello che ci circonda.

Oggi siamo costantemente sommersi da parole e suoni e quando non ci sono scegliamo, spesso inconsapevolmente, di circondarci di altre cose rumorose. Ci sarebbe invece utile ritornare a sperimentare, soprattutto attraverso una nuova consapevolezza sensoriale, il nostro silenzio interiore, spazio tra l’altro in cui siamo stati concepiti, cullati e cresciuti, e ricordarci che questo mistero è sempre a nostra disposizione dentro e fuori da noi, ovunque e con chiunque. È tra le parole che usiamo con noi stessi e con gli altri. È tra un respiro e l’altro. È nascosto ma si diverte a giocare a nascondino con noi, sornione e sorridente, in ogni nostro attimo della giornata.

Buona ricerca del Vostro silenzio creativo. Adesso Ssss... sto pensando!