

Il paradigma olistico

L'anima comune tra le differenti visioni della cultura emergente

estratto dal libro "I Creativi Culturali" Xenia Edizioni

di Nitamo Montecucco

Oggi, ad un bivio cruciale nella storia dell'umanità, abbiamo bisogno di nuovi concetti, nuovi valori, ed una nuova visione per guidare i nostri passi verso un futuro umano e sostenibile. La consapevolezza deve innalzarsi e trasformarsi da locale ed ego-centrica a globale e di dimensione planetaria. La nuova coscienza richiede una visione olistica di noi stessi, delle nostre società, della natura e del cosmo.
(Ervin Laszlo)²⁴

PREMESSA

I creativi culturali si caratterizzano per una decisa messa in discussione di alcuni basilari assunti della cultura dominante, tra cui: la guerra/violenza come strumento di risoluzione dei conflitti; lo sviluppo economico illimitato e lo sfruttamento indiscriminato della natura; il materialismo, lo scientismo e la tecnocrazia; la logica del profitto a breve termine senza curarsi delle conseguenze a lungo termine. Parallelamente essi sono portatori di valori, stili di vita e visioni del mondo – dalla ecosostenibilità all'economia etica, dalle relazioni collaborative alle medicine alternative e ai metodi per la crescita personale – che hanno una evidente e comune matrice olistica (dal greco olos: «il tutto», «l'intero», «l'unità globale»).

Anche se non tutti i creativi culturali si riconosceranno in tale definizione e alcuni ignorano perfino che cosa sia l'olismo, la cultura emergente si configura come un unico macrofenomeno proprio in virtù dei comuni assunti olistici – talvolta anche solo impliciti – sottostanti ai diversi ambiti valoriali e ai diversi movimenti che li rappresentano. È ad esempio indubbiamente olistica la visione degli ecologisti e dei pacifisti secondo cui ciò che avviene nelle diverse zone del pianeta – dalla deforestazione dell'Amazzonia allo scioglimento dei ghiacci in Antartide, dalle guerre in Medio Oriente ai conflitti in Afghanistan – non è separato e isolato dal resto del pianeta ma può avere notevoli e gravi ripercussioni anche in luoghi fisicamente lontani e su livelli anche molto diversi da quello di partenza. Analogamente, è olistica la visione sottostante al concetto di «qualità della vita» in quanto considera la felicità non come mero prodotto dell'aver economico ma come risultante dell'equilibrio globale tra i diversi bisogni dell'essere umano. È altresì olistica la visione delle medicine alternative, che considerano l'essere umano come sistema interdipendente, in cui la salute corporea non è separata – né separabile – da quella mentale, emozionale, esistenziale e coscienziale (o, secondo alcuni, spirituale), così come un organo non è isolato dagli altri e dall'intero organismo.

Pur se in Italia il termine «olistico» risente ancora di ignoranza, pregiudizi e disinformazione anche tra le persone colte, in gran parte degli altri Paesi occidentali esso è ormai tenuto in sempre più alta considerazione.²⁵ In questo capitolo ci proponiamo di illustrare per sommi capi i tratti principali del paradigma olistico emergente.

VERSO UN CAMBIO DI PARADIGMA

I dissesti ambientali, socioeconomici e individuali della nostra epoca dipendono in larga misura dal modello culturale sinora dominante in Occidente, e per risolverli è necessario dunque un «cambio di paradigma», un passaggio cioè dal modello dicotomico attualmente dominante – basato sulla divisione tra materia e coscienza, tra mente e corpo, tra uomo e natura, tra nazioni e culture – a un modello olistico capace di offrire una comprensione più unitaria e complessa dell'essere umano e del pianeta. Questa «rivoluzione di paradigma» non si origina da una qualche ideologia organizzata ma nasce dalla spontanea «rivoluzione della coscienza quotidiana» di milioni di creativi culturali di tutto il pianeta: una trasformazione personale e sociale che tende ad una coscienza più globale e unitaria.

Che cos'è un paradigma?

Ma innanzitutto che cos'è un paradigma, e perché è così importante un cambio di paradigma in questo momento storico?

Un paradigma è uno schema collettivo di interpretazione della realtà, un modello culturale dell'essere umano e del mondo, che può condizionare – positivamente o negativamente – il modo di pensare e di vivere di una parte della società o di un'intera civiltà.

Il paradigma che ha dominato la nostra civiltà negli ultimi secoli è un paradigma essenzialmente dicotomico, la cui base filosofica risiede nella divisione cartesiana tra scienza e coscienza, tra materia e spirito, tra *res extensa* e *res cogitans*. Questa dicotomia tra scienza e coscienza ha prodotto una biologia priva del concetto di vita, un concetto di evoluzione casuale senza intelligenza, una medicina senza anima, una psicologia senza coscienza, un'economia senza etica.

LA DOMINANZA MATERIALISTA

Il paradigma dicotomico nasce storicamente da una società medievale in cui il potere politico, sociale ed economico – divisi tra Stato e Chiesa – erano largamente preponderanti rispetto alle dimensioni spirituale, etica e relazionale. Una società in cui perfino lo stesso potere religioso era particolarmente dogmatico e teocratico, lontano quindi dall'autentica esperienza spirituale vissuta individualmente.

L'inferenza del potere religioso sull'intera cultura e quindi anche sulla scienza era totale, come prova il processo a Galileo Galilei, iniziatore del metodo sperimentale e padre della scienza moderna, costretto ad abiurare dati sperimentali documentati e oggettivi.

Grazie anche alla dicotomia cartesiana fu possibile sviluppare una scienza finalmente libera da condizionamenti religiosi, capace di studiare le leggi dell'esistenza in modo non più ideologico ma empirico, sperimentale, il che ha portato ad una velocissima evoluzione delle scienze fisiche, meccaniche, astronomiche, biologiche e mediche. Tuttavia, tale dicotomia ha finito per radicalizzarsi, generando una cultura e una scienza eccessivamente materialiste, che possono essere considerate la causa principale degli attuali problemi ecosistemici, sociali e individuali.

Il riduzionismo e la rimozione della coscienza

La forzata negazione dell'elemento interiore, spirituale, ha generato una scienza fortemente riduzionista che tende ad interpretare i fenomeni in modo meramente materialista e meccanicista, che rimuove la coscienza e l'intelligenza da ogni interpretazione e tende a dividere gli elementi di un sistema analizzandoli e studiandoli in modo frammentato come pezzi di una macchina. Questo metodo ovviamente funziona perfettamente con le macchine, ma quando viene applicato ad un organico sistema vivente, come un animale, un essere umano o il pianeta, genera devastanti ripercussioni: la Terra diventa materia da usare, foreste da tagliare, animali da mangiare, fiumi in cui scaricare veleni, balene da squartare, essere umani, donne e bambini da sfruttare, come fossero pezzi di una macchina commerciale che deve produrre reddito. Per incrementare le piantagioni intensive delle multinazionali USA, in Amazzonia sono state massacrate ed estinte decine di popolazioni indigene; in Cina, la vendita di organi alimenta il numero di prigionieri politici giustiziati da cui vengono espantati. E queste sono solo alcune delle aberranti conseguenze che la cultura della dicotomia e della separazione ha prodotto.

LA VISIONE UNITARIA DELLA NUOVA CULTURA NASCENTE

A questo paradigma della divisione i creativi culturali di tutto il mondo rispondono con una vasta serie di modelli basati su una comune visione unitaria, fondati sulla comprensione dell'intero, del «tutto». La base è quindi la comprensione dell'unità sistemica globale, che supera la divisione dicotomica materia-spirito e intuisce l'inscindibile coesistenza della dimensione esteriore e interiore in ogni fenomeno.

Come già sosteneva Thomas Kuhn nel suo famoso libro *La struttura delle rivoluzioni scientifiche*, ogni cambiamento di modelli (e nel nostro caso anche di stili di vita) abbastanza vasto si riflette in un cambio di paradigma. La fase zero di Kuhn corrisponde a un periodo pre-paradigmatico caratterizzato da una molteplicità di scuole e di modelli simili nei principi ma differenti nella forma e nei linguaggi, spesso in conflitto tra loro, senza ancora un sistema di principi unitario e condiviso. Fin dagli anni '70 del secolo scorso si manifestarono nei principali ambiti e movimenti della cultura emergente alcuni principi olistici comuni, seppure ancora molto frammentati.

L'ambientalismo, l'ecologia, le scienze di frontiera, le medicine alternative, le nuove scuole di psicologia, adottavano infatti come base filosofica e pratica una concezione unitaria dell'essere umano e della realtà. Un grande aiuto al processo di unificazione venne anche da antiche tradizioni filosofiche legate alle vie spirituali e alle pratiche meditative dello yoga, dello zen, del

buddhismo, del taoismo, del t'ai chi, delle tradizioni sciamaniche, che in quegli anni iniziavano a diffondersi in tutto il mondo. Molti creativi culturali aperti a nuove esperienze e orientati a impegnarsi in percorsi di crescita personale, hanno sperimentato le meditazioni e le pratiche corporee, devozionali, mentali di queste discipline tradizionali e di moltissime altre ancora, adottandone a volte i principi di vita e la filosofia di fondo. La base filosofica di queste tradizioni è l'unità materia-spirito. Nella tradizione induista ad esempio l'energia fisica della materia (mater) era concepita come Shakti, il principio divino materno femminile, e la coscienza era rappresentata come Shiva, l'invisibile motore interiore, oppure come Prakriti (la madre natura) e Purusa (l'uomo cosmico universale). Nella tradizione taoista l'unità dell'esistenza – o Tao – è vista come l'unione di Yin (il principio femminile universale) e Yang (il principio maschile universale).

Il paradigma olistico emergente

Dagli anni '80 agli anni '90, il termine «olistico» inizia ad essere utilizzato in modo esplicito, pur con leggere differenze di modelli e di linguaggi, in molte discipline, in particolare nelle medicine tradizionali come l'agopuntura, la medicina ayurvedica o tibetana, e alternative come l'omeopatia, la naturopatia ecc.; nella psicoterapia della Gestalt, che recupera l'olismo di Smuts, e nella psicologia umanistica e transpersonale. Si inizia a utilizzare il termine olistico nei gruppi dello «Human Potential Movement», nell'ecologia profonda, nei vari movimenti spirituali e nell'educazione. Nell'arco di una decina di anni, questo termine assume caratteristiche sempre più strutturate e condivise, tipiche del passaggio verso la realizzazione di un vero paradigma, con note distintive sempre più consistenti sia dal punto di vista filosofico, epistemologico, che scientifico, e si diffonde in modo considerevole negli Stati Uniti, in Europa, India, Australia, SudAmerica e poi, più lentamente, nel resto del mondo. Con l'ulteriore sviluppo dei creativi culturali e della loro visione divenne sempre più evidente che, pur senza che ci fosse una precisa logica unitaria nata da confronti e accordi espliciti, le varie forme della cultura emergente aderivano di fatto a un paradigma comune.

Le basi scientifiche del paradigma olistico

Come abbiamo altrove illustrato, la visione olistica della realtà si ritrova anche in molte antiche tradizioni filosofiche,²⁶ ma mentre nei tempi antichi essa aveva una base prevalentemente spirituale, l'olismo moderno si fonda su una consistente base scientifica di teorie e dati empirici che provengono da vari campi: dalla fisica quantistica, dalla ricerca neurofisiologica alla biologia sistemica. In tali teorie la «coscienza» rappresenta il centro funzionale che unifica gli elementi in un tutto, inteso in senso cibernetico e cognitivo, come la «struttura che connette» di Bateson, che permette di trasformare una «rete di energie e informazioni» in un organico «sistema unitario». La teoria dei sistemi, fondata verso la metà del secolo XX da Ludvig von Bertalanffy, è un'area di studi interdisciplinari che si occupa delle proprietà di un sistema nella sua interezza, e rappresenta la principale struttura logica della visione globale. Su questa base si sono poi sviluppate nuove intuizioni e modelli di sistemi complessi sempre più vicini ai modelli olistici, come i sistemi cibernetici di Wiener e di Ashby e poi quelli unitari «autopoietici» di Maturana e Varela, ossia capaci di percepirsi, rigenerarsi, ripararsi e riprodursi da soli. Tali sistemi sono «autocognitivi», nel senso che svolgono tutte le suddette funzioni attraverso un'elaborazione cosciente e unitaria delle informazioni. Alla luce di tali contributi tutti gli organismi viventi possono essere considerati sistemi unitari cognitivi e autopoietici. Data questa definizione di sistema unitario, appare evidente che un computer è, sì, una rete di energie elettromagnetiche e di informazioni ma, certamente, non è un organismo; al contrario ogni essere vivente è una rete di energie e informazioni così coerente e connessa da creare una coscienza unitaria. La nostra coscienza umana, come senso di identità e percezione di essere UNO è il risultato di questa maglia fisiologica e informatica, costituita da miliardi di cellule profondamente interconnesse in una rete coerente e unitaria.

Tornando alla teoria di Kuhn sui cambiamenti di paradigma, adesso ci troviamo a nostro avviso nel passaggio dalla fase zero alla fase uno, cioè ad un punto della storia in cui iniziano a svilupparsi teorie e modelli sempre più condivisi, in grado di spiegare molti dei principali fenomeni studiati e spiegati separatamente dalle scuole precedenti. Così sta prendendo forma un vero e proprio paradigma olistico, un insieme di teorie, leggi e strumenti che definiscono una complessa concezione della vita e dell'unità globale, all'interno della quale le precedenti teorie sono sempre più sintetizzate e accettate collettivamente. Base del paradigma olistico è il principio

secondo cui «il tutto è più della somma delle sue parti»; principio che spinge a considerare ogni sistema nella sua globalità e complessità, non limitandosi a studiarne separatamente alcune componenti.

Il paradigma olistico scientifico riunisce la dimensione esteriore e quella interiore

Negli ultimi decenni il paradigma olistico ha acquistato maturità e complessità grazie ad una serie di scoperte e ipotesi scientifiche che ne confermano i presupposti filosofici e rendono attuali le antiche comprensioni. Tra queste ricordiamo: la coerenza quantistica elettrodinamica, le ricerche di psiconeuroendocrinoimmunologia, le ricerche neurofisiologiche sulla meditazione, la teoria generale dei sistemi, l'ipotesi olografica, l'ipotesi Gaia, il vuoto subquantistico, la non località, gli studi psicologici sull'apprendimento e sull'educazione globale. Queste nuove comprensioni danno dignità scientifica e spessore culturale e sperimentale al paradigma olistico ed espandono ancor di più le sue potenzialità e applicazioni.

Il più rivoluzionario contributo della fisica quantistica al paradigma olistico fu dato dal grande fisico David Bohm, collega di Einstein, Pauli, Heisenberg, che espresse il concetto wholeness – l'unità globale, il «Tutto» – come costituito da due grandi principi inscindibili: l'ordine implicato e l'ordine esplicito, concetti che, pur con una differente terminologia, corrispondono perfettamente al concetto di res cogitans e di res extensa. Bohm espresse anche l'idea che queste due dimensioni si manifestassero in ogni fenomeno sin dalla più piccola unità «materiale»: la particella elementare e il suo campo energetico quantistico interpretati fino a quel momento come un fenomeno puramente materiale, potevano infatti essere compresi come un campo di informazione attiva («quantum potential»), ossia come un campo olistico, caratterizzato da una forma primitiva, elementare di attività cognitiva, o protocoscienza (la «proto mind» del filosofo e matematico Alfred North Whitehead), capace di sensibilità agli stimoli, in grado di percepire le informazioni, di modificarsi, di reagire e di creare sinergie co-evolutive con altri campi quantistici fino a formare strutture complesse e sistemi di ordine superiore.

Questo differente approccio permette di comprendere le particelle subatomiche – i «mattoni della materia» – come entità vive e intelligenti che rappresentano l'aspetto microcosmico dell'unità intelligente del Tutto.

La coerenza quantistica

Un altro importante sostegno al paradigma olistico è la Teoria della Coerenza Quantistica Elettrodinamica elaborata da Emilio del Giudice e Giuliano Preparata, che spiega come elementi separati possano riunirsi in modo coerente, informato e intelligente, formando domini di coerenza: la base dell'«OLOS», di ogni sistema organico unitario come le cellule, gli animali, gli esseri umani e l'intero pianeta.²⁷ La coerenza quantistica è capace di offrire una visione della Terra come un «super dominio di coerenza», un sistema intelligente di estrema complessità, una delicata rete di interconnessioni sinergiche, dotato di una certa coscienza, che si auto equilibra. In questa visione ogni elemento del sistema scambia energia, comunica informazioni e «cresce insieme». La coerenza quantistica è la base del laser e delle sue infinite applicazioni. La coerenza tra le onde elettroencefalografiche, caratteristica degli stati di integrità psicosomatica, di benessere globale e di meditazione, è un affascinante fenomeno studiato dalle ricerche sulla sincronizzazione cerebrale. In tutto il mondo, da decenni, alcuni esponenti di spicco dei creativi culturali stanno pubblicando libri, stampando riviste, producendo film e documentari, organizzando conferenze e incontri su questi temi della nuova scienza e su molte altre scoperte scientifiche che permettono una comprensione estremamente più interessante, intelligente e complessa dell'essere umano e della vita in cui esistiamo.

SCIENZA DELLA COSCIENZA

Il paradigma olistico ridà dunque un'anima alla scienza e alla cultura, restituisce l'intelligenza agli esseri viventi, la coscienza alla medicina e alla psicologia, la sacralità al pianeta. Con il paradigma olistico, come dice il premio Nobel Francis Crick, scopritore della doppia elica del DNA, «la coscienza diventa legittimo campo di ricerca scientifica», diventa il «cuore cognitivo» di ogni sistema vivente, dal più semplice al più complesso, il centro della nostra vita e dell'esistenza. Senza coscienza noi non esisteremmo e nessuno sarebbe cosciente del fatto che l'esistenza esiste. Senza coscienza non esisterebbe la vita. Questa «anima» che non è più espressa e codificata da

rigidi termini teologici, può finalmente essere compresa in modo scientifico, come Cyber: sistemi unitari e modelli cibernetici di coscienza. Cyber, dal greco kubernetes, il timoniere, colui che governa la nave, rappresenta la funzione della coscienza globale che governa un sistema, e che lo fa diventare un sistema cognitivo, unitario e autopoietico.

I sistemi unitari, come modelli cibernetici cognitivi della coscienza, sulla base delle leggi della coerenza quantistica, ci permetteranno di comprendere il concetto di energia intelligente, di studiare in modo nuovo i processi di sinergia, di cooperazione e di coevoluzione che sostengono la creazione dell'unità. Ci faranno comprendere come le singole parti si riuniscano in un unico organismo vivente dando senso e coerenza a un sistema; ma soprattutto come miliardi di esseri umani, in questo preciso momento della storia, possano sincronizzarsi e creare un sistema unitario globale, pacifico e sostenibile.

LA COSCIENZA GLOBALE DI SÉ E DEL PIANETA

Il paradigma olistico non è solo un differente modo di pensare, ma una differente e più completa comprensione che nasce dalla percezione della propria unità, dalla «coscienza globale» di sé stessi. La base del paradigma olistico – l'«unità di coscienza» – non è solo un concetto filosofico, ma una reale e immediata esperienza che nasce dalla «coscienza dell'unità», dalla percezione di noi stessi come «sistema unitario», da quella che possiamo chiamare «coscienza globale». Questa percezione unitaria di sé viene riconosciuta e valutata dai creativi culturali di ogni Paese in modo molto più chiaro del resto della popolazione. Questa percezione globale ci permette poi di capire la coscienza globale dei sistemi viventi e della Terra. La sensibilità dei creativi culturali ad ogni forma di vita animale o vegetale, l'empatia verso questa dimensione di coscienza degli esseri viventi, genera la loro reazione di fronte ad ogni forma di violenza, sopruso, sofferenza o ingiustizia. Da questa matrice nascono i movimenti ambientalisti e quelli a difesa dei diritti umani o degli animali. Realizzando la consapevolezza di essere un'unità viva e consapevole formata da organi e sistemi sensibili e interagenti, realizziamo anche la comprensione che le parti di un sistema vivente non sono pezzi meccanici, ma elementi intelligenti e percettivi, dotati di coscienza, memoria e dignità.

Ricerche di neuropsicologia mostrano che in uno stato di coscienza globale le onde del cervello aumentano la sincronizzazione dal 60-70% al 90-100%, come se l'intero cervello (che gestisce le attività fisiche, emozionali e mentali) diventasse «un'unità funzionale globale». Questo stato produce una «percezione cognitiva unitaria», una «comprensione olistica» di sé e del pianeta, che dà senso e unità alle separate concezioni scientifiche, artistiche e culturali. Il paradigma olistico è un gioco circolare di conoscenza: conoscere se stessi rappresenta la chiave per la conoscenza della grande vita di cui siamo parte integrante. La coscienza globale di sé si riflette nella coscienza globale del pianeta. Non a caso uno dei motivi più ricorrenti dei creativi culturali è che «per cambiare la coscienza del mondo dobbiamo iniziare a cambiare la coscienza di noi stessi».

IL PARADIGMA OLISTICO IN MEDICINA

Il termine «medicina olistica» ha ormai almeno trent'anni, e sotto questo grande termine si sono riunite centinaia di pratiche, tecniche, sistemi diagnostici e terapeutici antichi e moderni. Ma il grande salto verso il paradigma olistico in medicina viene ancora una volta dalla scienza, o meglio dalle neuroscienze. Le scoperte di Candace Pert, la famosa scopritrice dell'endorfina e dei neuropeptidi, da cui è poi nata la PNEI, la PsicoNeuroEndocrinoImmunologia, ci spiegano le basi dell'unità psicosomatica: la rete di informazioni con cui dialogano il corpo, le emozioni e la mente. Le sue scoperte dimostrano che i neuropeptidi e i loro recettori sono delle «molecole delle emozioni», delle sostanze «psichiche» presenti sia nel cervello che nel corpo, che formano una rete globale di informazioni. Da queste basi diventa impossibile pensare a «corpo e mente» in modo tradizionale, ossia come livelli separati, e risulta invece sempre più evidente che bisogna parlare di «mente/corpo» come di un'unica entità integrata. La PNEI mostra inequivocabilmente che le emozioni negative inibiscono il sistema immunitario mentre quelle positive lo rinforzano. La salute del corpo è quindi fortemente connessa alla salute mentale. Le applicazioni sono innumerevoli. Questa visione profondamente olistica è ormai entrata nelle università di tutto il mondo dalla porta principale riservata alle grandi evidenze scientifiche e sperimentali. La medicina cambierà quindi lentamente le sue concezioni in una direzione più umana e sistemica. Dalle neuroscienze vengono altri grandi doni. Le ricerche scientifiche sulla meditazione testimoniano che la coscienza di sé sperimentata nello stato di silenzio interiore rappresenta un potente strumento di riarmonizzazione dei delicati equilibri immunitari e neuroendocrini.²⁸ Ad

esempio, si regolarizzano le più importanti molecole ormonali, come la serotonina, la dopamina, l'endorfina, il cortisolo e la noradrenalina; si bilanciano gli squilibri da stress abbassando i livelli del sistema parasimpatico (che genera la tensione psicofisica e muscolare) e migliorando l'attività del parasimpatico, con conseguente calma, piacere e rilassamento. Migliorano anche tutti i valori critici delle malattie cardiocircolatorie, abbassando la pressione sanguigna e agevolando i flussi coronarici. Vengono inoltre stimolate le difese immunitarie. La meditazione si pone quindi come un importante supporto per la prevenzione e la cura di molte malattie, e per di più a costo zero e senza controindicazioni.

IL PARADIGMA OLISTICO, IL MOVIMENTO DEL POTENZIALE UMANO E LA RIVOLUZIONE DEI GRUPPI DI CRESCITA

Negli anni '60 del Novecento inizia la rivoluzione dello «Human Potential Movement», il movimento per lo sviluppo del potenziale umano e dei gruppi di crescita personale che, dagli USA, si propagano in tutto il mondo. Il concetto di sviluppo del potenziale umano è profondamente olistico in quanto implica che l'essere umano sia un'unità di coscienza complessa capace di evolvere, e che esistano nell'essere umano potenzialità nascoste o inibite dalla società, che possono essere nutrite e sviluppate, realizzando così una vita più autentica e completa. Le potenzialità non devono essere intese come «poteri psichici paranormali» o «mistici» ma come qualità umane profonde, naturali e universali – come la consapevolezza, la sensibilità, l'intuizione, l'amorevolezza, la pace interiore, l'autenticità, l'intelligenza – che, se fatte crescere adeguatamente, possono portare ad una vita più soddisfacente e degna di essere vissuta. Questo movimento, iniziato storicamente nella famosa comunità terapeutica di Esalen in California, è poi dilagato negli USA e nei cinque continenti. Al suo interno si sviluppano metodiche di grande efficacia terapeutica di notevole profondità filosofica come la terapia della Gestalt di Perls, la primal therapy di Yanov, la vegetoterapia di Reich, la bioenergetica di Lowen, gli encounter group di Rogers, lo psicodramma di Moreno, l'intensive enlightenment di Berner, la psicologia transpersonale di Assagioli, Maslow, Tart, Wilber e Grof. Tali metodologie, tipicamente occidentali, si incontrano e integrano poi con principi e metodi di provenienza orientale come lo yoga, il buddhismo, il tai chi chuan, precedentemente diffusisi in Occidente grazie all'opera di alcuni antesignani come Carl G. Jung, Aldous Huxley, Alan Watts e altri. Negli anni '80 e '90 i gruppi di crescita si sviluppano in ogni parte del mondo: Europa, Australia, Sud-America, Giappone, Russia. Oggi queste esperienze di crescita personale sembrano aver raggiunto una consistente parte della società, le ricerche sociologiche sui «creativi culturali» e le nuove tendenze della cultura rilevano che le persone che hanno frequentato esperienze di crescita si aggirano intorno al 23% della popolazione totale (35% tra i creativi culturali).

IL PARADIGMA OLISTICO E L'IPOTESI GAIA: LA COSCIENZA PLANETARIA

L'emergere della cultura globale dei creativi culturali, fortemente basata sul senso di appartenenza e di rispetto per la Terra, ha portato alla riscoperta dell'unità del nostro pianeta, della nostra intima connessione ecologica e affettiva con questa grande «Dea Madre», e al riconoscimento estetico e interiore della sua sacralità. In effetti, uno dei più fondamentali contributi da cui è sorto il paradigma olistico emergente è costituito dalla «Ipotesi Gaia», di James Lovelock. Nel 1979 la Oxford University Press pubblica Gaia A New Look at Life on Earth di James Lovelock, membro della Royal Society, professore di cibernetica e specialista in gascromatografia presso la NASA. In questo libro Lovelock racconta come attraverso una ricerca scientifica sull'atmosfera sia giunto ad una visione dell'intero pianeta come un unico organismo vivente e come, sorretto e ispirato da altri suoi colleghi, abbia deciso di proporre questa sua visione alla comunità scientifica internazionale come Ipotesi Gaia. Citiamo ora qualche passo tra i più significativi di questo testo che ha segnato una rivoluzione globale nell'ambito delle scienze ecologiche degli ultimi anni e ha così aperto la strada ad una visione realmente olistica e multidisciplinare del nostro pianeta e di tutto ciò che in esso vive, pensa e si evolve.

«Gaia»...ipotesi secondo cui l'intera gamma della materia vivente sulla Terra, dalle balene ai virus e dalle querce alle alghe, poteva essere considerata come costituente una singola unità vivente, capace di manipolare l'atmosfera terrestre per le proprie necessità globali e dotata di facoltà e poteri di molto superiori a quelli dei suoi singoli costituenti.

A quel momento un'entità a dimensione di pianeta, benché ipotetica, era nata. Le sue proprietà non potevano essere previste dalla pura somma delle sue parti... William Golden... suggerì che questa creatura fosse chiamata Gaia, dal nome della dea greca della Terra... Ho anche l'impressione che nell'antica Grecia il concetto di Terra Madre che la parola Gaia esprime fosse un sentimento diffuso e familiare dell'esistenza...

io trovo che la gente di campagna che vive vicino alla Terra spesso è perplessa che qualcuno debba enunciare formalmente qualche cosa di così ovvio come l'ipotesi che noi abbiamo deciso di chiamare Gaia. Per costoro, essa è una verità che è sempre esistita.

Da allora abbiamo definito Gaia come un'entità complessa comprendente la biosfera della Terra, l'atmosfera, gli oceani e il suolo, l'insieme costituendo una retroazione (feedback), un sistema cibernetico che cerca un ambiente fisico e chimico ottimale per la vita su questo pianeta... L'ipotesi Gaia è per coloro che amano camminare o semplicemente stare a guardare e pensare ai fatti della Terra e della vita di essa, nonché meditare sulle conseguenze della nostra stessa presenza qui. È un'alternativa alla visione pessimistica che considera la natura come una forza primitiva da soggiogare e da conquistare... questa potrebbe essere una fase di transizione verso la rinascita di un altro meraviglioso periodo di armonia tra l'uomo e il suo ambiente.²⁹

Ma l'ipotesi Gaia di ci porta immediatamente a riconsiderare il ruolo dell'essere umano in relazione alla Terra. Così Lovelock continua:

Se noi siamo una parte di Gaia diventa interessante chiederci: in quale misura la nostra intelligenza collettiva è pure una parte di Gaia? Costituiamo noi come specie un sistema nervoso gaiano e un cervello che può coscientemente anticipare i mutamenti ambientali?... Ancora più importante è l'implicazione che l'evoluzione dell'Homo Sapiens, con la sua capacità inventiva tecnologica e la sua sempre più sofisticata rete di comunicazioni, abbia enormemente accresciuto la gamma di percezioni di Gaia. Attraverso noi, essa è ora conscia di se stessa.³⁰

Gaia oggi è un'ipotesi scientifica largamente riconosciuta anche se non completamente accettata a livello di scienza accademica, e rappresenta il primo passo verso una coscienza dell'unità globale che comprende tutto ciò che viviamo e conosciamo: il nostro pianeta, il Tutto che ci contiene e che noi costituiamo. La nostra Terra è un'unità vivente e cosciente, dotata di una propria intelligenza e capacità di autoequilibrio. La coscienza del nostro pianeta offre un contesto globale ed ecosistemico, un costante punto di riferimento, una scala di valori e di relazioni macro-microcosmiche essenziali per una scienza e un'esperienza olistica.

L'ECOLOGIA PROFONDA DI NÆSS

L'«ecologia profonda» è una filosofia o ecosofia molto orientata al paradigma olistico, basata su una visione non antropocentrica, che si scosta dall'ambientalismo più materiale degli attuali movimenti ecologisti. Le basi teoriche dell'ecologia profonda (deep ecology) sono state formulate dal filosofo norvegese Arne Næss nel 1972. Næss rigettò l'idea che gli esseri potessero essere classificati secondo il loro valore relativo, ad esempio, se gli animali posseggono o meno un'anima immortale, oppure la ragione o la coscienza – temi solitamente usati per giustificare la superiorità degli animali umani rispetto agli altri animali. Næss afferma che «il diritto di vivere di tutte le forme (di vita) è un diritto universale che non può essere quantificato. Nessuna specie vivente può beneficiare maggiormente del particolare diritto di vivere e riprodursi più di qualsiasi altra specie».

Quest'idea metafisica è esposta nella dichiarazione di Warwick Fox dove noi e tutti gli altri esseri siamo «sfaccettature di una singola realtà in svolgimento». Questa filosofia è contraddistinta da una nuova interpretazione del «sé» come valore intrinseco delle altre specie, dei sistemi e dei processi naturali. Questa posizione porta ad un sistema di valori ecocentrico di etica ambientale. L'ecologia profonda descrive se stessa come profonda poiché è interessata alle domande filosofiche fondamentali sul ruolo della vita umana come parte dell'ecosfera, distinguendosi dall'ecologia come branca delle scienze biologiche, così come dall'ambientalismo meramente utilitaristico basato sul benessere dei soli umani.

IL PARADIGMA OLISTICO E IL DNA COMUNE DELLA NUOVA CULTURA E COSCIENZA PLANETARIA

Come abbiamo visto le ricerche sociologiche qui presentate suggeriscono che almeno il 30% della popolazione mondiale sia orientata a una visione olistica, globale, pacifica, interculturale, autoconsapevole e rispettosa della Terra. Questa enorme massa di persone sensibili e intelligenti, che chiamiamo creativi culturali, è tuttavia estremamente frammentata in associazioni, gruppi, centri che, separatamente, non riescono a far sentire la loro voce e a sostenere la loro visione. Ciò che più accomuna a nostro avviso questa vasta ed eterogenea cultura è il Paradigma Olistico, la sua concezione unitaria, ecologica, pacifica e umana. Il paradigma olistico è l'elemento fondamentale nella riunione delle culture e delle coscienze perché implica non solo un mutamento unitario nel modo di pensare ma soprattutto nel modo di vivere, invertendo l'attuale tendenza distruttiva derivante dalla visione materialista.

Il paradigma olistico è quindi l'elemento che ci permette di ritrovare il senso comune di sacralità che ci riunisce tutti nella Coscienza Planetaria e che potrebbe essere uno dei più importanti catalizzatori del processo di realizzazione della Massa Critica.