Stendhal

ISPIRAZIONI PER CULTURA, INTRATTENIMENTO, OPINIONI, VITA
stendhal@laprovincia.it

Fragile e imperfetta La bellezza del "Wabi sabi"

Lifesytile. Un concetto giapponese che ribalta la visione estetica occidentale e propone un diverso stile di vita
In che modo si applica? Lo spiega Selene Calloni Williams

Nei dettagli anche imperfetti la via della bellezza indicata dal Wabi sabi

DANIELA MAMBRETTI

La bellezza non è un concetto astratto, ma un'esperienza che deve essere praticata e portata nel mondo. Selene Calloni Williams, psicologa e autrice di numerosi libri e documentari, spiega come in "Wabi sabi. La bellezza della vita imperfetta" (Piemme).

Questo stile di vita, che ha radici lontane e ataviche fino al buddismo tantrico-esoterico, allo sciamanismo e allo shintoismo, la religione animista giapponese, consente una nuova visione della realtà rendendoci più coraggiosi e più felici. «Il Wabi sabi rappresenta la via per trasformare ciò che la mente e il giudizio comune chiamano difetti nelle nostre più grandi forze, in veri e propri super poteri» spiega l'autrice.

Secondo il Wabi sabi, infatti, l'incompiutezza, l'imperfezione, l'evanescenza, ma anche l'essenzialità e la fragilità, qualità comunemente interpretate e giudicate secondo un'accezione negativa, possono essere trasformate, invece, in nuove spinte che regalano una diversa prospettiva evolutiva.

Passaggio alchemico

E proprio per attivare questo alchemico passaggio, l'autrice ha concepito questo libro nel quale fornisce indicazioni e rituali per far sì che il lettore divenga un vero "guerriero Wabi sabi", in grado di attingere da ciò che ha sempre ritenuto imperfetto fino a renderlo dono straordinariamente unico e portatore di sorprendenti possibilità secondo un principio di ineffabile eleganza. Ciò che è calmo, modesto, non ostentato, asimmetrico, morbido e fluido contiene i codici di una nuova forza che porta l'essere a armonizzarsi con i ritmi universali, dove il passare del tempo e il singolo divenire sono portatori di esperienze e emozioni che nobilitano e impreziosiscono l'esistenza.

Persino il vibrare in una dolce solitudine nata dall'affinità e dall'immersione nella natura sia fisica, sia psicologica, è riferibile a questa via antica e nuova al tempo stesso: se è atavica nella sua origine, la sua riscoperta è quanto mai necessaria proprio in un momento nel quale l'esistenza è connotata dall'individualismo, dalla paura e dal bisogno di controllo generati dalla mancanza di fiducia e dal senso di separazione. In questa incertezza, ecco che la via della calma, della resilienza e dell'eleganza si profilano come nuove risorse da ricontattare e da far fiorire, affinché ogni evento e relazione parte della quotidianità possano beneficiare di una nuova prospettiva evolutiva. La consapevolezza delle proprie imperfezioni e la capacità di coglierne l'essenziale bellezza e poesia consente di vivere relazioni rilassate e creative, in funzione di quanto viene percepito nell'attimo presente: leader alla guida di gruppi di lavoro, ma anche genitori, insegnanti e educatori possono finalmente improntare la propria opera sul senso di servizio, di supporto e di aiuto.

«Di solito, i genitori si formano delle idee su come dovrebbero essere i propri figli in base ai valori comuni. Invece, il Wabi sabi ci invita a affidarci a un grande potere che è quello della fede. Avere fede nei propri figli, nel loro "daimon", nel loro destino li aiuta davvero a diventare grandi uomini, superando gli imperanti modelli di ruolo» sottolinea Calloni Williams.

Pratica quotidiana

Per contribuire a portare la via del Wabi Sabi nella pratica quotidiana, l'autrice ha messo a punto una serie di rituali, meditazioni e vere e proprie formule psichiche che, se ripetute nell'intensità dell'intento, possono fissarsi nel subconscio riattivando qualità, doti e talenti rimossi dalla mente razionale, come pure dalla cultura massificata dominante. Persino nelle arti marziali il Wabi sabi afferma il principio dell'imbattibilità attraverso la fragilità. Come?

Per esempio, contando sulle ferite e sulle tristezze personali come se fossero potenti guerrieri: in questo modo, la ricerca di punti deboli da parte dell'avversario risulterà vana. Oppure sentendosi così umili da concepire una sconfitta come la normalità, senza lasciarsi indebolire da essa, ma, anzi, risollevandosi ogni volta pronti a ricominciare. Questi e altri principi applicabili a un combattimento sono perfettamente sovrapponibili al piano quotidiano, dove l'imbattibilità prevede il riconoscimento della fragilità e dell'imperfezione, rendendo possibile la fulgida permanenza nella propria debolezza senza arrendersi mai.

Abbracciando la via del Wabi sabi è possibile intraprendere un coraggioso viaggio verso la realizzazione personale e la felicità: solo quando ogni individuo è pienamente appagato riesce a essere gentile con sé stesso, con il prossimo e con la natura ancora razziata e depredata.

©RIPRODUZIONE RISERVATA

> Qualità giudicate secondo un'accezione negativa si trasformano

di **Alessio Brunialti**

Parole di musica

Wabi Sabi
vieni da me,
portami via da qui,
Wabi Sabi
lascia che io,
lascia che io
mi avvicini a te:
mi piace tutto quello
che c'è di sbagliato in te,
mi piace tutto
quello che non fai

di **Taylor / White / De Martino**

La scheda / 1

Arrendersi alla consapevolezza dei limiti I sentimenti "negativi" sono occasioni

Selene Calloni Williams (nella foto) presenta il Wabi Sabi come un'esperienza estatica nella quale la mente si affida all'arrendevole consapevolezza di sapere di non sapere, piuttosto che come uno strumento finalizzato a guarire ciò che viene comunemente considerato un male, un disturbo o un disagio.
Questa via può, infatti, conferire una nuova visione rispetto alla fragilità, all'imperfezione, all'asimmetria, alla tristezza e persino alla solitudine.
In realtà, queste manifestazioni sono da considerarsi delle vere e proprie risorse, dei potenti alleati, poiché consentono una sorta di morte alla quale segue una rinascita, un percorso evolutivo che genera una nuova mente e, soprattutto, un nuovo mondo. M. MAN.

La scheda / 2

Anche un'ispirazione per i leader Far da guida restando sullo sfondo

La via del Wabi sabi indica nuovi orizzonti anche a chi si trova, per esempio, a guidare un gruppo verso un obiettivo.
Essere consapevoli di essere imperfetti significa conoscere l'essenza di tutte le cose e di ogni evento, significa vivere in costante contatto con il momento presente, attivando quell'intuizione che permette di attraversare gli eventi in modo creativo. Accettare l'imperfezione previene la paura e vince l'insicurezza: un leader Wabi sabi si mette al servizio della propria squadra, sapendo, attimo dopo attimo, come nutrirne la forza. Se il "capo" si pone davanti agli altri, il "leader", invece, supporta e sostiene il proprio gruppo restando sullo sfondo e superando la vana verticalità. M. MAN.

VkVSlyMjZDgxYTc4ZmMtZjg2OS00NTY4LWExMzYtZTJkMzQ4YmFmMjUxIyMjOWMwNTQyZDUtYTQ2My00OWI4LTgyMDYtY2Y2NzhhOTdlNjBjIyMjMjAyMi0wNS0yNVQxMDo0OTowNiMjI1ZFUg==