

Da Framenti di un Insegnamento Sconosciuto "L'osservazione di se"

Anche il più lungo percorso inizia con un primo passo. Il sapere dipende dall'essere ed essere significa essere padroni di se. Per essere padroni di se bisogna conoscere se stessi ed infine, per conoscere se stessi bisogna imparare ad osservarsi. Cosa c'entra tutto questo con la scrittura? Tanto! Dobbiamo di nuovo rendere sacra la dimensione dell'attenzione perché la consapevolezza sboccia da lì. La consapevolezza è essere nel presente, nel qui e ora. A tal fine un uomo deve imparare a prendere, per così dire, delle fotografie mentali di se stesso nei diversi momenti della sua vita anche quando sta scrivendo. In altre parole queste fotografie devono contenere tutto quello che un uomo può vedere in se stesso in un dato momento. Emozioni, umori, pensieri, gesti, sensazioni, toni di voce, espressioni del viso e così via. Che cos'è che mi ha fatto scrivere di fretta questa parola? Come mai non ho avuto maggior controllo quando ho scritto la tale lettera? Come mai non ho fatto l'occhiello alla "p" > "p". Se si riesce ad osservarsi mentre si scrive, si può capire perché sbagliamo e possiamo correggerci. Questo non contribuirà a far divenire, lo scrivente, un maestro calligrafo, ma farà sì che scriva in una forma più corretta, equilibrata, armoniosa e leggibile da tutti. Aumenta, inoltre, la capacità di concentrazione, l'attenzione, l'autostima, e

il coordinamento psico-motorio. Il lavoro di perfezionamento personale consiste in una spietata onestà con se stessi, dovuta alla costante osservazione dei propri automatismi psicoemotivi.

In base alle ultime scoperte neuroscientifiche, agli atleti professionisti che non si possono allenare sul campo, causa infortunio, gli fanno fare un allenamento mentale fare mentalmente tutti quei movimenti che avrebbero dovuto fare sul campo. Ai muscoli arriva ugualmente il messaggio elettrico a livello psicomotorio e' come se si allenassero sul campo.

Questo si può fare anche con la scrittura. Una volta memorizzate le lettere nella maniera corretta si può scrivere mentalmente una frase in "cancellaresca", od altro stile.

Perché non farlo con la penna? Semplice!

Perché riesce ancor meglio se lo fai prima di addormentarti.

Un caro saluto

G.B.

Scrittura corsiva cancellaresca

molto soggettiva. Scritto in un'ora e 12 minuti.

Penna Twiss Vac 700

pennino stub di 1,1 reso da me italico ^

Inchiostro PeSi di 61 anni

San Miniato

7. Agosto 2024