



One Self
non-duality hub

www.one-self.it

La Via Diretta

per-corso individuale

di consapevolezza della non-dualità

*La più grande rivoluzione per l'umanità
è la consapevolezza dell'unità del tutto.*



Cosa sarebbe della storia dell'umanità, e della vita su questo pianeta, se la coscienza collettiva fosse intrisa della consapevolezza che la natura della realtà è unitaria, e che tutti stiamo partecipando ad un unico, grande processo di manifestazione dell'esistenza?

Quale direzione e velocità avrebbe la sua evoluzione? Quali modelli sociali, economici, culturali, ecc. si affermerebbero?

Quali cambiamenti piccoli e grandi nella vita di ciascun individuo, nelle sue relazioni e nel suo intimo sentire?

Tutto ciò parte dalla consapevolezza di ognuno di noi, perché un bosco può essere rigoglioso solo se i suoi alberi sono rigogliosi.

Per questo motivo scegliere la via della consapevolezza di non-dualità è sia un'occasione di crescita personale sia un modo per influenzare l'evoluzione dell'umanità.

Più che evoluzione, una rivoluzione!



Il principio di non-dualità

La non-dualità è lo stato naturale dell'esistenza.

Il principio di non-dualità, o unità del tutto, afferma che la natura della realtà è unitaria, indipendentemente dalla forma che la sua manifestazione assume.

Tutto ciò che esiste e che accade nell'universo, compresa quella che chiamiamo “la nostra vita”, fa dunque parte di un più ampio processo di manifestazione dell'esistenza, che ha un'unica direzione evolutiva e che, soprattutto, mantiene un intrinseco carattere unitario, senza, cioè, che si crei alcuna forma di separazione sostanziale al suo interno.

Riconoscere l'inarrestabile espansione e l'indissolubile coesione dell'esistenza, e come questa possa realizzarsi anche attraverso quei singoli processi che, secondo le nostre categorie, talvolta hanno caratteristiche che appaiono negative, produce un sostanziale cambiamento nel nostro rapporto con la realtà, in tutti i suoi aspetti. Integrare nella propria consapevolezza il principio di non-dualità aiuta dunque a cogliere il senso più elevato di tutto ciò che accade, considerandolo come parte di un processo unitario di cui noi stessi rappresentiamo un elemento sostanziale e non separabile, e, per questo, prezioso.

L'approccio **One Self** alla costruzione della consapevolezza di non-dualità rispecchia La Via Diretta (Direct Path) che parte dal presupposto che non si nega l'esistenza, anche formale, di alcun aspetto della realtà. Nessun “sogno” o “illusione” da cui uscire. Se l'ente unico originario e generatore esiste, esistono anche tutti i processi attraverso i quali esso si manifesta, pur nella loro forma impermanente.

Dunque, possiamo stabilire il semplice principio che “ciò che esiste è reale nel momento in cui esiste”, indipendentemente dalla forma che assume. L'obiettivo è riconoscere in ogni cosa, ogni essere ed ogni accadimento la stessa natura, o essenza.

Partendo, ovviamente, da noi stessi.



La Via Diretta

*La suprema forma di conoscenza
è la conoscenza conforme alla realtà.
Siddharta*

La conoscenza della natura ultima della realtà è diversa da ogni altra forma di conoscenza, perché, quando la si raggiunge, non si deve comprendere niente altro. Mentre la conoscenza della forma della realtà e delle sue leggi, apre sempre ulteriori spazi di conoscenza, la comprensione dell'unità del tutto offre quella conoscenza raggiunta la quale ogni altra cosa è conosciuta nella sua natura.

Quando la conoscenza è interiorizzata e diviene chiarezza dei processi in atto dentro e fuori di noi, e automatico riconoscimento della loro natura (o essenza), allora parliamo di consapevolezza di unità del tutto, o della non-dualità.

Purtroppo, la formazione della nostra consapevolezza è imbevuta, fino dal suo primo formarsi, di input che richiamano il principio della dualità quale fondamento della nostra esistenza. Ciò ha l'effetto di rafforzare la convinzione di separazione sostanziale dell'essere umano rispetto a tutto quanto è altro da lui, ad ogni livello, sia fisico sia metafisico.

Divenire consapevoli di ciò che siamo realmente, rispondendo così alla domanda "chi sono?", parte dunque dal riconoscimento della natura unitaria della realtà. La via della consapevolezza si rivela così la scelta più efficace per cambiare la nostra convinzione fondamentale di essere entità che conducono ciascuna la propria esistenza, separata dalle altre e dal tutto universale.

Riconoscendoci quale meravigliosa forma della manifestazione dell'esistenza, possiamo divenire agenti di un cambiamento globale che parte proprio dalla nostra nuova consapevolezza di unità del tutto. Essa, agendo su tutti i livelli dell'identità individuale, ha l'effetto progressivo di trasformare il nostro modo di interagire con ogni aspetto della vita, aprendoci a una nuova esperienza di risonanza con tutto ciò che esiste.



Contenuti del per–corso

*Il nuovo paradigma può essere considerato
una visione olistica del mondo,
poiché lo descrive come un tutto integrato
anziché come un insieme di parti tra loro disconnesse.
Fritjof Capra*

Un per–corso guidato individuale di **dodici incontri via Skype**, verso la risposta alle due domande fondamentali "Qual è la natura ultima della realtà?" e "Chi sono io?", pensato per chi ha il coraggio di abbandonare i vecchi schemi di pensiero e accogliere la semplice verità che già ci appartiene e che deve essere solo svelata.

Per ogni ricercatore agli inizi del proprio cammino, come per chi ha già lavorato sulla propria consapevolezza, questo per–corso è una proficua occasione di approfondimento della visione di unità del tutto, o di non–dualità, secondo l'approccio della Via Diretta (Direct Path) partendo proprio dai condizionamenti che ci impediscono di vivere consapevoli della nostra vera natura e di tutto il suo potenziale.

Attraverso la graduale interiorizzazione della consapevolezza della non–dualità, si creano infatti le condizioni per la ridefinizione della propria identità ed un coerente riallineamento dei valori, degli obiettivi e delle scelte personali.

Inoltre, cambiare il filtro percettivo attraverso il quale si interpretano la realtà e le singole esperienze, cambia conseguentemente anche il proprio stato interiore, verso una maggiore armonia e quiete.

Si parlerà ANCHE dei seguenti argomenti, che rappresentano una sintesi delle principali questioni normalmente poste dai partecipanti e il cui ordine sarà stabilito anche sulla base dei contenuti che emergeranno durante gli incontri:

La ricerca di una nuova visione

Come la visione dell'esistenza e del nostro ruolo in essa influenza le nostre scelte - i livelli logici dell'esistenza.

Visione dualistica e visione unitaria: un confronto.

La convinzione di dualità - origine ed effetti

L'origine della convinzione di dualità: la vita come introiezione dinamica della propria identità.

La definizione di soggetto e oggetto, l'attribuzione di nomi e la creazione di categorie. Gli obiettivi personali e impersonali.

Come l'identificazione con il corpo-mente alimenta le convinzioni limitanti le paure.

Il metodo di indagine non-dualistica della realtà, o della "vera conoscenza"

Definizione dei termini e affinamento linguistico in senso non-dualistico.

Ricerca dei condizionamenti cognitivi di separazione/dualità.

Resistenze ad accettare l'unità del tutto di tipo culturale, religioso, sociale, cognitivo.

Modelli unitari della realtà

Il Campo unitario di energia e informazioni.

Il Modello olografico - microcosmo e macrocosmo.

La teoria del caos - l'infinita catena di causa ed effetto.

Principi della visione sistemica.

Fondamenti della non-dualità

Definizione e fondamenti della non-dualità (principi e corollari).

L'Advaita e La Via Diretta.

Vivere la consapevolezza di unità

La ricerca del senso – Il principio del cambiamento di contesto.

Fiducia e affidamento.

La testimonianza partecipata: l'osservatore attivo.



Eugenio Vignali

La consapevolezza più alta che si può raggiungere è “chi sono?”, e l’unica risposta veramente soddisfacente si basa sul riconoscimento della comune e unica natura di tutto ciò che esiste. Questa nuova visione di unità del tutto diviene gradualmente un filtro attraverso il quale ogni cosa appare sotto una nuova luce, ogni evento assume un nuovo significato. Dalle piccole cose quotidiane alle grandi esperienze, all’intera realtà.

Il percorso per raggiungere questo obiettivo è la storia personale di ciascuno di noi, e non è necessario passare attraverso esperienze provanti, perdersi completamente, e partire alla ricerca di qualcosa o qualcuno che ci aiuti a ritrovare noi stessi (come ho fatto io). C’è un’altra possibilità, sicuramente meno faticosa. E’ lo strumento della conoscenza, o della Via Diretta. Anni di studio, esperienze e incontri diretti con maestri (fondamentali quelli con Francis Lucille, allievo di Jean Klein) mi hanno permesso di affinare sempre più la modalità di trasmissione dei principi della non-dualità, elaborando un approccio adatto al contesto in cui io stesso vivo, con tutti i suoi condizionamenti.

Poiché nei miei studi ho notato che la distanza dei testi sapienziali orientali dai nostri archetipi e dalla nostra formazione, anche religiosa, rendeva spesso il loro messaggio poco assimilabile, la mia ricerca si è rivolta oltre che verso l’Advaita, il Buddhismo, lo Zen, il Sufismo, ecc. anche verso il Cristianesimo, il misticismo e le correnti filosofiche occidentali. Dai miei studi sono nati il libro *Il dono supremo, la visione di unità del tutto di Nicolò Cusano*, il blog unoassoluto.blogspot.com che raccoglie citazioni e riflessioni sulla non-dualità di oltre 200 autori e successivamente il progetto **One Self non-duality hub** che ha la mission di influenzare l’evoluzione della coscienza collettiva in senso non-dualistico.

Il resto della storia lo possiamo scrivere insieme ...

**Per qualunque informazione chiamami al 3471604413
o scrivimi a info@one-self.it**

Professionista disciplinato ai sensi della Legge n. 4/2013
Operatore Olistico Trainer SIAF Italia n. PI057T-OP
Armonizzatore Familiare Professional SIAF Italia n. PI079P-AF