

CINDY WIGGLESWORTH



# L'Intelligenza Spirituale

ARMENIA

Titolo originale dell'opera: *SQ21 - The Twenty-One Skills  
of Spiritual Intelligence*

Traduzione dall'inglese di Daniel Panizza

Original English language edition published by SelectBooks Inc.

Copyright © 2012 by Cindy Wigglesworth

Copyright licensed by Waterside Productions, Inc., arranged with  
Vicki Satlow Literary Agency Società Cooperativa. All rights reserved.

Copyright © 2015 Armenia S.r.l.

Via Milano 73/75 - 20010 Cornaredo (MI)

Tel. 02 99762433 - Fax 02 99762445

[www.armenia.it](http://www.armenia.it)

[info@armenia.it](mailto:info@armenia.it)

Stampato da Grafica Veneta S.p.a.

*Esistere è cambiare,  
cambiare è maturare,  
maturare è continuare a creare se stessi senza fine.*  
HENRI BERGSON, *L'evoluzione creatrice*



## Introduzione

**A** *ma il prossimo tuo come te stesso.* Suona bene. Ma vuole proprio dire che devo amare *quel tale?* Non *lei*, quindi? Ecco come iniziò il mio viaggio spirituale. Cercavo dei passi pratici per raggiungere quello che sembrava un obiettivo molto idealistico. Educata nella fede cattolica, ammiravo profondamente personaggi che sembravano essere personificazioni dell'amore: Gesù, Madre Teresa e altri santi. Più tardi aggiunsi alla lista diverse persone appartenenti ad altre fedi, persone a quanto pare capaci di amare davvero il prossimo: Gandhi, Buddha, e molti altri ancora. Ma sembrava impossibile per me. Mi chiedevo: «Come può una persona ordinaria come me, pronta a giudicare e talvolta scontroso, imparare a smettere di essere impaziente? Come posso amare delle persone irragionevoli e irritanti?».

Da ragazzina, pensieri di questo genere mi scoraggiavano. Mi sembrava che quanto avevo imparato in chiesa mi stesse conducendo al fallimento, mi sentivo condannata a essere eternamente inadeguata. Per ottenere indicazioni pregavo un Dio in cui più o meno credevo, della serie: «Dio, se ci sei...». Poi, un giorno, sentii una «voce» nella mia testa, che mi chiedeva in modo compassionevole: «Cosa vuoi esattamente?». E la parte sensata di me rispose prima che io potessi pensarci: «Voglio essere saggia. Voglio capire». Sentii un po' di pace scendere su di me. Era una bella sensazione: saggezza.

Esiste un detto: *Stai attento a quello che chiedi.* Per me, la saggezza sarebbe stata un tesoro difficile da conquistare. Mi è arrivata a

pezzettini. Ogni pezzetto era prezioso, meraviglioso, e mi è sempre costato qualcosa. Qualche volta si accompagnava a pressioni esterne e situazioni difficili, quasi sempre portava sofferenza interiore: quella che nasceva dall'attaccamento ostinato alle mie idee sull'«unico modo giusto» di agire o di essere. Ho dovuto lasciare schegge del mio ego immaturo in cambio di ogni frammento di saggezza. E non ho certo finito di imparare.

Non sono una di quelle persone che ha vissuto un'esperienza di «premorte» o un momento di rivelazione e che ne è uscita con la sensazione di un'ininterrotta connessione con il Divino: solo sporadicamente ho avvertito una tale connessione, e le mie intuizioni sono state quasi sempre frutto di un duro lavoro accompagnato dal dono della grazia.

Mio marito, Bill, ama dire che i migliori allenatori di pallacanestro di solito non sono stati anche i migliori giocatori. Spesso sembra che i giocatori di talento «semplicemente sappiano» come maneggiare la palla, muoversi tra le linee della squadra avversaria o fare un tiro in sottomano. I migliori allenatori hanno spesso fatto fatica quando erano giocatori. Hanno dovuto allenarsi e provare per diventare bravi nei tiri liberi a canestro, hanno dovuto studiare le formazioni e guardare ore di partite registrate per capire come muoversi in campo. Hanno costruito, con fatica, quelle abilità che altri giocatori più naturalmente dotati sembravano «semplicemente» possedere già. E sono dei bravi allenatori perché possono mostrare agli altri la strada lenta e regolare della pratica e dell'esercizio. Bill dice queste cose su di me, e sulle persone che cerco di aiutare nel loro percorso, per incoraggiarmi nel mio lavoro. Credo di essere capace di allenare gli altri perché ho dovuto lavorare sodo per imparare quello che so.

La mia è stata una strada lenta e regolare. Ed è a causa del mio personale tentativo di vivere con amore e di agire con saggezza, che ho elaborato un modo per descrivere quelle abilità che ho provato a costruire per tutta la vita. Ho elaborato la mappa mentale di cui avevo bisogno, e che spero anche voi troverete utile.

Nello specifico, questo modello di 21 Abilità è il risultato di questa domanda: *Voglio essere una brava persona; da dove comincio?* Ho

cominciato con le figure spirituali che ammiravo profondamente. Come posso essere amorevole come Gesù? Pacifica e nonviolenta come Gandhi? Come posso rimanere centrata, saggia e forte come il Dalai Lama davanti a cose terribili? E avere una visione, e una fede, come Nelson Mandela?

Sapevo di dover lavorare molto su me stessa. Ma come avrei potuto sapere cosa studiare o su cosa lavorare di volta in volta? Altri «cercatori» come me si entusiasmavano per i più svariati libri, percorsi, ritiri, insegnanti e seminari. Come avrei potuto identificare il passo successivo di cui io avevo bisogno?

Per anni, ho usato la mia intuizione e i consigli degli amici come aiuto per rispondere a queste domande; ho letteralmente consumato libri a un ritmo intenso, pari a quello dei miei studi universitari. Tuttavia sentivo di aver «sprecato» molto tempo su binari morti. Alla fine ho cominciato a vedere emergere un percorso che, col tempo, si è evoluto nelle 21 Abilità.

Mi accorgevo che leggendo, partecipando a seminari, praticando varie tecniche, le mie relazioni a casa e al lavoro miglioravano. Riducendo l'attivazione del mio ego, stavo diventando un essere umano migliore, una persona più bella. Questa «roba» su cui stavo lavorando aveva un valore che trascendeva la mia felicità personale: stavo migliorando come madre, moglie, amica, collega, e stavo diventando un leader più efficace.

L'idea di descrivere l'Intelligenza Spirituale come il percorso pratico per abbandonare l'ego e imparare ad amare gli altri è cresciuta gradualmente, finché un giorno non si è cristallizzata nel sistema che la definisce come una serie di abilità. Ho scoperto il lavoro di Daniel Goleman e Richard Boyatzis sull'Intelligenza Emotiva, e me ne sono subito innamorata. Ho capito che, così come le abilità relazionali possono essere scomposte nelle diciotto abilità (che Goleman e Boyatzis chiamano «competenze») dell'Intelligenza Emotiva, anche l'Intelligenza Spirituale consiste in abilità in grado di generare saggezza e portare a un atteggiamento più amorevole.

E se potessi dare un nome a queste abilità dell'Intelligenza Spirituale e descriverle in una gamma che inizia con il livello «principian-

te» e arriva fino all'«esperto»? Una struttura basata sulle abilità e sui livelli di sviluppo potrebbe aiutare me e altri a capire su cosa lavorare di volta in volta?

Nel 2000 ho lasciato un importante lavoro alla Exxon<sup>1</sup> per rispondere a queste domande. Avendo sempre operato nel settore risorse umane, sapevo che la spiritualità era un campo altamente dipendente dalle diversità. Quello che intendevo creare, per forza di cose, doveva essere indipendente da una fede in particolare e tuttavia compatibile con una qualsiasi fede. Per esempio, avrei dovuto adottare un linguaggio adatto a un agnostico o a un ateo; avrei avuto bisogno di definizioni chiare e di un glossario.

Ero nel pieno della preparazione del mio primo lavoro di valutazione quando si verificarono gli attacchi terroristici dell'11 settembre 2001. Tra le conseguenze ci fu un aumento della tensione tra i vari gruppi religiosi. Per questo motivo avvertii ancora con più urgenza il bisogno di trovare un linguaggio comune con cui poter parlare di argomenti spirituali. Era chiaro, per me, che se avessimo confuso il nostro desiderio di spiritualità con i bisogni dell'ego di essere «giusti» e di seguire «l'unico sentiero corretto», avremmo continuato a ucciderci a vicenda. Avevamo bisogno di un modo per onorare altri percorsi spirituali (inclusi quelli non religiosi) attraverso la comprensione dei nostri punti in comune. Allo stesso tempo, volevo rispettare la convinzione di alcune persone secondo cui esiste «un'unica strada giusta» e che questa strada sia rappresentata da buddhismo, induismo, islamismo, cristianesimo o altro ancora.

Idealista senza speranza? Forse. Ma mi piace il consiglio che mi diedero quand'ero giovane: mira alle stelle, male che vada colpirla la luna! Quindi la valutazione SQ21 e questo libro rappresentano i miei migliori tentativi di mirare alle stelle. Spero che il risultato sarà quello di colpire la luna, visto che vi propongo quello che credo sia un passo importante verso il prossimo salto evolutivo per l'umanità: lo sviluppo della nostra Intelligenza Spirituale. L'Intelligenza Spirituale,

---

<sup>1</sup> Poi diventata ExxonMobil, dopo la fusione con la Mobil Corporation.



distinta da spiritualità e religione, consiste in una serie di abilità che sviluppiamo nel tempo, con la pratica.

In questo libro, vedrete i risultati di decenni di ricerche e di dodici anni di intenso lavoro. Mentre leggete, vi prego di ricordare due punti importanti.

- Primo, il mio obiettivo è di descrivere le abilità relative all'Intelligenza Spirituale, *ma non di imporre un percorso che «dovete» seguire per svilupparle*. Una volta esaminate le abilità e individuata quella su cui volete focalizzarvi, potete ritornare alla via che avete scelto (la vostra religione, la vostra pratica, spirituale o laica che sia) e trovare al suo interno gli strumenti utili per quella specifica abilità.
- Secondo, tenendo presenti *le 21 Abilità, potete puntare a ciò che vi è più utile al momento*. Spero che questo aumenti la vostra soddisfazione e la vostra velocità di crescita e di evoluzione.

La mia speranza è che le 21 Abilità dell'Intelligenza Spirituale costituiranno per voi una mappa e uno strumento diagnostico di grande utilità, un modo di risparmiare tempo e fatica. Potete leggere i vari capitoli e vedere quali abilità vi sembrano più adatte a voi, e poi dedicare tutti i vostri sforzi alla ricerca di strumenti, seminari ed esercizi che vi aiuteranno a costruire quelle che desiderate, all'interno del percorso di vostra scelta. Se volete, potete sottoporvi al test di valutazione SQ21 (disponibile all'indirizzo internet [deepchange.com](http://deepchange.com)) e affidarvi ad un coach qualificato che vi aiuterà a scoprire nuovi punti di vista.

La mia più grande e ardita speranza, riguardo al mio lavoro, è che l'Intelligenza Spirituale aiuti la nostra specie a «crescere» e a governare meglio questo mondo complesso e interdipendente. Spero che una soglia critica positiva sarà raggiunta quando un numero sufficiente di persone troverà il modo di amare se stesse e di amare il prossimo, di concentrarsi sulle cose più «alte» e quindi di traghettare l'umanità verso un futuro migliore. E se il modello SQ21 potesse rappresentare un frammento di tutto questo processo, ne sarei felice.

Una preghiera per voi e per noi tutti affinché ci sia data l'opportunità di sviluppare la muscolatura spirituale per diventare persone migliori, e in tal modo, creare un futuro meraviglioso per tutta l'umanità.

CINDY WIGGLESWORTH  
Houston, Texas, 2012

Parte prima

---

# **COS'È L'INTELLIGENZA SPIRITUALE?**



## Capitolo 1

# Diventare pienamente umani

*L'uomo non può avvicinarsi al divino andando oltre l'umano; può avvicinarlo diventando umano. È per diventare umano che l'uomo, questo particolare essere umano, è stato creato.*

MARTIN BUBER, *Il chassidismo e l'uomo occidentale*

**D**iventare pienamente umani è una grande avventura, un'avventura che ci chiede di crescere e di espanderci. Anche voi sentite di essere chiamati a crescere? Alcuni di noi attraversano l'infanzia con tale aspirazione, altri scoprono questa parte inquieta di loro stessi in età più avanzata. Se avete scelto questo libro, ho il sospetto che vi stiate muovendo nella direzione giusta: volete diventare più pienamente umani, per essere i migliori VOI STESSI possibili. Quando questa brama si sveglia, non ci sono distrazioni, acquisti o promozioni che possano soddisfarvi. Semplicemente sapete che c'è «qualcosa di più».

Trascendere la nostra «piccola natura» e sviluppare pienamente il nostro potenziale come esseri umani è la cosa più importante e soddisfacente che possiamo fare nella nostra vita. L'insieme delle abilità che io chiamo, nel complesso, «Intelligenza Spirituale» è concepito per aiutarvi a diventare più pienamente quello che siete, a continuare a crescere e svilupparvi, e a vivere con maggiore consapevolezza, guida, saggezza e compassione. Queste abilità e l'obiettivo più ampio di diventare pienamente umani sono in linea con tutte le grandi tra-

dizioni sapienziali. Lo psicologo Abraham Maslow ha descritto tutto questo come «un unico scopo ultimo per l'umanità, un obiettivo lontano verso il quale tutte le persone tendono... [che] si traduce nella comprensione delle potenzialità della persona, e cioè, diventare pienamente umani».

Siamo trascinati verso il nostro potenziale più alto; stiamo cercando qualcosa. Tuttavia, di solito, non siamo capaci di dare una descrizione dell'insoddisfazione che proviamo, o di come raggiungere quel luogo dove stiamo cercando di «andare». Nemmeno gli esperti – ovvero i mistici, gli insegnanti, i santi, i saggi delle grandi tradizioni sapienziali – sembrano d'accordo, riguardo agli aspetti pratici della trasformazione spirituale. Come Maslow fa notare, esistono numerosi termini per questo «scopo ultimo»: autorealizzazione, trascendenza del sé, realizzazione spirituale o risveglio, individuazione, e molti altri. E ci sono molti percorsi per arrivarci. Ogni cultura e ogni fede hanno il proprio percorso e alcune fedi sembrano convinte del fatto che il loro percorso sia l'unico vero. Questa tendenza all'esclusività, e a presentare come sbagliati altri percorsi, mi ha creato problemi per la maggior parte della mia vita. Se c'è davvero un «unico scopo ultimo» per lo sviluppo umano, non dovrebbe esserci un modo di raggiungerlo che sia obiettivo e indipendente dalla fede professata? Attraverso l'utilizzo di strumenti ideati dalla psicologia e da altre scienze possiamo creare e perfezionare un sistema statisticamente affidabile attraverso il quale i progressi nella dimensione spirituale dello sviluppo umano possono essere misurati. All'interno di una tale struttura ogni percorso spirituale può continuare a insegnare ai suoi adepti come crescere, e tuttavia possiamo mostrare che anche molti altri percorsi possono funzionare.

Ciò che vi offro in questo libro è un modo di descrivere la tessera mancante di un puzzle: diventare pienamente umani, essere all'altezza del nostro potenziale più elevato. Il metodo è basato e si sviluppa a partire da lavori preesistenti nel campo delle intelligenze multiple. Espandendo questo campo con l'aggiunta dell'Intelligenza Spirituale possiamo andare oltre la discussione sul «chi ha ragione e chi ha torto». Possiamo concentrarci sull'obiettivo, e ognuno di noi

può scegliere il suo percorso per arrivarci. Utilizzando le 21 Abilità dell'Intelligenza Spirituale potete valutare a che punto siete arrivati, progettare dei passi concreti per la crescita e cominciare a vedere un rapido impatto nelle aree della vita che vi interessano.

## Definire il nostro obiettivo

Iniziamo con una domanda: quali leader spirituali ammirate? Pensateci per un momento. La parola «ammirare» è fondamentale. Pensate alle persone che vi vengono in mente, senza esitazione, come esempi di una vita chiaramente nobile. Poi ponetevi una seconda domanda: perché ammiro queste persone come leader spirituali? Quali sono i tratti per cui spiccano come esempi di potenziale umano elevato? Potete prendervi un momento per scrivere la vostra lista di persone nobili, insieme ai loro tratti caratterizzanti.

Ho posto queste domande a migliaia di persone di diversa estrazione sociale e di varie convinzioni spirituali o religiose, dai credenti devoti agli atei dichiarati. Quello che trovo rassicurante e affascinante allo stesso tempo è che quando ci viene posta questa semplice domanda, siamo molto più d'accordo di quanto ci aspettassimo.

I nomi che vengono citati sono sempre i soliti e tendono a ricadere in categorie prevedibili: importanti figure religiose come Abramo, Buddha, il Dalai Lama, Gandhi, Gesù, Krishna, Maometto, Mosè, Madre Teresa, il papa, e vari santi; grandi leader politici, attivisti per la pace o guerrieri della libertà, come Jimmy Carter, Gandhi, Martin Luther King Jr., Nelson Mandela e Thich Nhat Hanh (alcuni dei quali sono anche leader spirituali o religiosi); figure culturali di rilievo e personalità televisive come Deepak Chopra od Oprah Winfrey; personaggi di fantasia, come Yoda di *Guerre Stellari*, Atticus Finch de *Il buio oltre la siepe*; e vari parenti, leader spirituali o religiosi locali o contemporanei, *counselor* o insegnanti di scuola, amici e qualche volta anche un capo che ci ispira nella nostra vita di ogni giorno.

Ciò che più conta è che quando si chiede alle persone di descrivere i tratti distintivi che suscitano la loro ammirazione per questi personaggi, le risposte sono incredibilmente simili. Al di là delle differenze

religiose e culturali, abbiamo idee chiare e straordinariamente congruenti riguardo alla natura delle più elevate conquiste umane. Ecco alcune delle descrizioni che sento più spesso in relazione ai leader spirituali.

- È autentico e mostra integrità morale
- È calmo, pacifico e centrato
- Ha una missione chiara o una vocazione
- È compassionevole, premuroso, gentile e amorevole
- È coraggioso, affidabile, fedele e molto devoto
- È clemente e generoso
- È un grande leader, insegnante e/o mentore
- È umile, fonte di ispirazione, saggio
- È nonviolento
- È di mente e cuore aperti
- È determinato, guidato dai suoi valori, impegnato nel servire gli altri

Le parole scelte, sebbene possano variare tra persone o gruppi, tendono ad essere sinonimi di quelle proposte in questa lista. La coerenza delle risposte mi dice che abbiamo già una percezione generale di ciò che rende qualcuno degno della nostra ammirazione, e forse della nostra emulazione. *Riconosciamo un'espressione più alta, più piena, dell'umanità quando ne vediamo una.* Quando mettiamo da parte le nostre idee riguardo a ciò che la spiritualità implica o i preconcetti riguardanti la religione che ci portiamo dentro dall'infanzia, ci rendiamo conto di avere una naturale «bussola spirituale». Sappiamo che aspetto ha la nobiltà. E l'irrequietezza che avvertiamo è la sensazione di essere trascinati verso la piena espressione del nostro potenziale umano.

La domanda che rimane a questo punto è: come ci arriviamo? Come spostarci dalla nostra attuale condizione verso l'emulazione di persone come Gandhi, Gesù, Nelson Mandela, il Dalai Lama, o il maestro saggio che ci ispirava quando eravamo piccoli? Anche se abbiamo una percezione innata del nostro obiettivo, alla maggior parte di noi non



sono state insegnate le abilità specifiche e le capacità legate alla crescita spirituale. E non abbiamo nemmeno avuto mezzi per misurare il grado di sviluppo di tali abilità durante il nostro viaggio. Queste sono le aree in cui il libro che state leggendo spera di dare un contributo.

Non sto offrendo un ennesimo percorso alternativo, né sto dicendo che il mio percorso è migliore di tutti gli altri. Piuttosto, sto adottando un approccio del tutto differente, che può essere applicato a qualsiasi particolare percorso sul quale vi trovate, per renderlo più efficace, cosciente e chiaramente trasformativo. Questo approccio consiste nel coltivare quella che chiamo «Intelligenza Spirituale».

## **Che cos'è l'Intelligenza Spirituale?**

L'Intelligenza Spirituale, spesso abbreviata in «SQ», è il mio campo di specializzazione. Nel prossimo capitolo vedremo in quale rapporto sta con gli altri tipi di intelligenza a noi più familiari, e dedicheremo del tempo ad approfondire la nozione di intelligenze multiple in generale. Come introduzione, però, vorrei condividere con voi il modo con cui sono arrivata a questa mia specializzazione. Quando il mio viaggio iniziò non sapevo nulla della teoria delle intelligenze multiple, e nemmeno della nozione di Intelligenza Emotiva, ora largamente accettata. Io ero semplicemente una professionista del settore risorse umane che lavorava in una compagnia petrolifera in Texas, sensibile alla mia ricerca personale e agli effetti che ciò aveva sulle mie capacità di leader.

Quando arrivai a circa trentacinque anni, notai che stavo diventando un leader molto più efficace di quanto non fossi stata in precedenza. Ottenevo velocemente l'approvazione di progetti del valore di molti milioni di dollari (decisamente un'impresa, nel settore risorse umane degli anni Novanta del secolo scorso). I manager mi aiutavano rapidamente a trovare personale per i miei progetti, anche quando ne erano a corto per i loro stessi piani; i miei team erano prosperi, creativi, produttivi. Individuai l'origine di queste mie nuove capacità di leadership nel lavoro spirituale che stavo svolgendo in quel periodo. Mi ero concentrata sulla riduzione del mio attaccamento ai

bisogni del mio ego e sullo spostamento dell'attenzione verso il bene del team, dei clienti, dell'azienda, e oltre. Quando spostavo il mio focus in quel modo, riuscivo a vedere soluzioni a cui precedentemente ero cieca, a lavorare con le persone in maniera creativa come non mi sarebbe mai capitato prima. Era ovvio che la mia crescita spirituale influenzava direttamente la mia efficacia come leader. Tuttavia sapevo che, all'interno dell'azienda, parlare di spiritualità non sarebbe stato ben accetto. Come manager delle risorse umane, capivo fin troppo bene quanto fosse delicato portare nel mondo del lavoro un argomento che ricordava la religione, specialmente in Texas, dove molte persone hanno un orientamento cristiano tradizionalista e dove si possono facilmente accendere intensi dibattiti teologici. Ecco quando cominciai a pensare come poter tradurre le nuove capacità e le potenzialità che stavo scoprendo in termini universali, libere da ogni formazione religiosa.

Più tardi arrivai ad ipotizzare che ci dovevano essere delle specifiche «abilità» o competenze che potevano influenzare l'SQ, e anche un sistema per misurarle scientificamente. Avendo scoperto che nessuno aveva ancora creato un tale linguaggio, lasciai la Exxon dopo vent'anni, abbandonando una carriera di successo per gettarmi nell'ignoto. Avviai una mia azienda, prefissandomi di definire l'SQ e di testare la mia ipotesi.

Le mie domande erano: possiamo creare uno strumento di qualità professionale, rigorosamente testato, indipendente da una qualsiasi fede, per misurare questo insieme di abilità? E questo complesso di abilità mostrerà davvero una correlazione con lo sviluppo umano e le capacità di leadership?

L'ostacolo più grande che affrontai nel mio periodo alla Exxon, e che affronto tuttora con molti clienti, è la necessità di rispettare le diverse religioni. Nel caso in cui condividiate tali preoccupazioni, vorrei rassicurarvi: l'Intelligenza Spirituale è distinta dalla spiritualità e dalla religione. Per iniziare questo libro con chiarezza riguardo a tali importanti distinzioni, ecco le mie definizioni di spiritualità, religione e, in ultimo, di Intelligenza Spirituale.

La spiritualità, così come la definisco io, è *l'innato bisogno umano*

*di essere connessi con qualcosa di più grande di noi, qualcosa che consideriamo divino o di eccezionale nobiltà*; ciò significa che cerchiamo di connetterci a qualcosa di più grande del nostro ego immaturo, dei nostri piccoli bisogni. L'innato desiderio di questa connessione trascende ogni particolare fede o tradizione; non richiede di credere in una qualche divinità, ma nemmeno preclude la fede in Dio, in uno Spirito, o nel divino. Credo che questo bisogno innato di essere connessi a «qualcosa di più grande» esista in ognuno di noi, sebbene alcuni probabilmente sentano quella voce più di altri. Di tanto in tanto, le nostre esigenze di sopravvivenza possono offuscare la nostra consapevolezza di questo richiamo. È per questo che Abraham Maslow ha identificato la «trascendenza» come uno dei bisogni universali dell'uomo, ma l'ha posta in cima alla sua piramide, indicando che potrebbe emergere pienamente solo quando i bisogni di «sussistenza», collocati più in basso, hanno trovato soddisfazione.

La religione, secondo la mia definizione, è uno specifico insieme di credenze e pratiche, di solito basate su un testo sacro, e rappresentate da una comunità di persone. Le religioni possono supportare gli individui nella loro crescita spirituale, nella soddisfazione del bisogno innato di connettersi a qualcosa di più grande di loro, ma non sono la sola via di sviluppo spirituale.

L'Intelligenza Spirituale, diversa dalla spiritualità e dalla religione, è un insieme di abilità che sviluppiamo nel tempo, con la pratica. Può essere potenziata sia all'interno sia all'esterno di un credo religioso o di una tradizione. Il punto chiave, tuttavia, è che deve essere *sviluppata*: io credo che noi tutti nasciamo «spirituali», ma non spiritualmente intelligenti. L'Intelligenza Spirituale richiede impegno e pratica. Allo stesso modo, un bambino può nascere con talento musicale, ma a meno che non impari a suonare uno strumento, e non si eserciti con costanza, non diventerà mai un grande musicista.

Quindi, che cos'è l'Intelligenza Spirituale? La mia definizione, che ho creato riflettendoci a lungo, è: *l'abilità di comportarsi con saggezza e compassione, mantenendo uno stato di pace interiore ed esteriore, indipendentemente dalle circostanze.*

Questa definizione nasce dalla mia ricerca di un linguaggio univer-

sale per descrivere lo scopo dell'umano agire. Originariamente volevo usare la frase «comportarsi con amore», perché molte tra le grandi tradizioni parlano di amore. Ma «amore» è una parola molto vaga ed imprecisa: diciamo «Amo i miei bambini» e «Amo la pizza». Avevo bisogno di qualcosa di più preciso, di più misurabile. Un giorno mi imbattei in una descrizione dell'amore che veniva dall'Oriente, che recitava così: «L'amore è un uccello con due ali. Un'ala è la compassione; l'altra è la saggezza. Se una delle due ali si spezza, l'uccello non può volare». Non appena lessi queste parole capii che avevo trovato quello che stavo cercando. Mi sentii come se avessi ricordato una verità profonda che non sapevo di avere dimenticato.

La saggezza e la compassione divennero i due pilastri della conquista spirituale che misi al centro della mia nuova definizione; avevo trovato i termini che mi avrebbero permesso di «rendere operativa» quella cosa chiamata «amore». Per me questi termini rappresentano il meglio del cuore e il meglio della mente, che si uniscono per dare origine a un comportamento amorevole. Come possiamo essere genitori amorevoli? Amici amorevoli? Leader? Colleghi? Come possiamo servire il mondo? Serviamo il mondo con la saggezza e la compassione. Dobbiamo portare una mente e un cuore maturi nelle nostre azioni. Anche la parola «comportarsi» è critica nella mia definizione: l'Intelligenza Spirituale deve manifestarsi nelle nostre azioni e nei nostri comportamenti. Se vediamo lo sviluppo spirituale solo come un'esperienza interiore, se non lo incarniamo in maniera visibile, allora direi che non siamo ancora all'altezza dei modelli spirituali che tanto ammiriamo.

La parte finale della definizione fa riferimento all'abilità di mantenere uno stato di pace interiore ed esteriore, indipendentemente dalle circostanze. Ho scoperto che questo ideale spirituale tramandato nei secoli è essenziale se vogliamo agire spinti dall'amore. Dobbiamo offrire saggezza e compassione in un più ampio contenitore fatto di pace e tranquillità. La ragione per cui specifico «interiore ed esteriore» è che molte persone possono fingere di essere in pace esteriormente, pur essendo tutt'altro che in pace nell'intimo; sebbene si tratti di un atteggiamento non sempre sbagliato, il risultato è un tremendo pro-

scioglimento di energia. Lavoro con molti professionisti della sanità, e li osservo fare un fantastico lavoro nel mantenere un'apparenza di pace esteriore mentre interagiscono con pazienti difficili o molto agitati, e con i loro parenti. Vedo però anche il prezzo che ciò comporta nel tempo: la fatica, lo stress e il crollo che sono endemici in questo settore. Il tipo di pace che è l'espressione di un'Intelligenza Spirituale molto sviluppata è una pace che viene da dentro. La pace interiore genera pace esteriore senza causare fatica o crolli; è quindi più genuina e meno soggetta a instabilità in momenti di crisi o stress.

*L'abilità di comportarsi con saggezza e compassione, mantenendo uno stato di pace interiore ed esteriore, indipendentemente dalle circostanze.* Questa è la mia semplice definizione dello «scopo ultimo» a cui Maslow faceva riferimento. Credo sia un distillato dell'essenza di ciò che troviamo così esemplare, e che ci ispira, in quelle persone che ho citato, più e più volte, come eroi spirituali. Ed è una definizione adeguata, perché, come vedremo in questo libro, può essere suddivisa in specifiche «abilità» che possiamo misurare, e che ci danno quindi il potere di prendere in mano la nostra evoluzione.

## Accettare il processo

Tutto questo parlare di scopi ultimi e di potenziale elevato potrebbe mettervi in allarme. Può darsi che vi stiate chiedendo: la spiritualità non implica forse accettare le cose come sono? Cosa mi dici dell'«essere nel momento»? Vi chiedo di soffermarvi sul seguente paradosso: credo che un atteggiamento orientato all'obiettivo sia essenziale per la crescita, così come lo è raggiungere il nostro obiettivo in ogni passo che facciamo durante il processo di sviluppo. Scopiamo il nostro «stato ottimale» attraverso il processo di sviluppo stesso, attraverso un impegno consapevole e libero verso la nostra crescita ed evoluzione, in un modo di cui solo gli umani sembra siano capaci. In realtà, visto che siamo esseri in evoluzione, il nostro pieno sviluppo è un bersaglio in movimento. La destinazione e il viaggio sono intrecciati, e l'una aiuta e ridefinisce l'altro in un magnifico processo di formazione.

Questo è il paradosso che ora vi chiedo di accettare. Da una parte,

avete bisogno di guardare abbastanza in alto da estendervi oltre il punto che pensate di poter raggiungere. Dovete puntare a un obiettivo talmente alto da fare esperienza di ciò che i mistici hanno chiamato «insoddisfazione divina»: un'inquietudine e un bisogno pressante di essere il meglio che potete essere. Dall'altra parte, dovete fidarvi del processo e accettare completamente il momento presente: la troppa fretta mina la pace e la saggezza del processo stesso, può portare ad un duro giudizio di sé – l'opposto del provare compassione – e a relazioni, sia con noi stessi che con gli altri, improduttive e di ostacolo per la nostra crescita.

Molte persone, di questi tempi, provano un grande bisogno pressante riguardo alle questioni di crescita personale. Ciò è positivo, perché il mondo attuale e le condizioni di vita che stiamo affrontando richiedono il contributo di leader più saggi e compassionevoli. Per dirla tutta, le esigenze del nostro pianeta e degli altri esseri umani sono così disperate che spesso sembra non ci sia tempo per dedicarsi al lavoro necessario su noi stessi; eppure si tratta di un'attività essenziale.

Studiosi, medici specialisti, religiosi, filosofi hanno studiato il percorso di sviluppo abbastanza a lungo da ottenere alcune indicazioni utili per aiutarci ad «accelerare» il processo. Ma coltivare un «sé» più pieno è come coltivare un campo di grano da cui dipende la nostra sopravvivenza: anche se vogliamo disperatamente che la messe maturi al più presto, i tempi della natura non possono essere accelerati. Per ciascuno di noi esiste un vincolo riguardo alla velocità con cui possiamo progredire, nonché una sequenza naturale di passi da seguire. Stephen Covey, autore di best-seller di argomento economico, la chiama «legge della fattoria»; per produrre un buon raccolto dobbiamo per prima cosa preparare il terreno, piantare i semi, dare loro nutrimento. «Approcci veloci, facili, gratuiti e divertenti non funzionano nelle “fattorie” delle nostre vite perché... siamo soggetti alle leggi della natura e a principi guida»<sup>2</sup>, scrive. La nostra sfida è quella di abbreviare il processo per

---

<sup>2</sup> Covey, Stephen, «Principled Communication», articolo pubblicato su [www.franklincovey.com](http://www.franklincovey.com), 1996, 1998 Covey Leadership Center e Franklin Covey.

quanto possibile, senza sentirci frustrati per il tempo che serve e senza provare a saltare passaggi fondamentali. Il tentativo di avanzare troppo velocemente può dare temporaneamente l'impressione di progredire con rapidità, tuttavia saremo rallentati in seguito per le grosse lacune nel nostro sviluppo (qualche volta conosciute come «ombre»). Affrettare lo sviluppo è come costruire su fondamenta incomplete: la struttura sarà instabile o addirittura crollerà. Fin troppo spesso ci si trova ad assistere a spettacolari e tragiche cadute dallo «stato di grazia».

Ecco il mio consiglio, che spero valga per ogni giorno della vostra vita: sappiate che siete perfetti così come siete e che la vostra piena realizzazione è ancora davanti a voi. Cercate di avvertire calma e, allo stesso tempo, urgenza. Va tutto bene, ma non smettete di lavorare perché tutto migliori; non smettete di diventare tutto quello che potete diventare.

Conservando questo paradosso, il libro che state leggendo non si focalizza su un ideale statico dell'«uomo totalmente realizzato», ma su un processo dinamico di sviluppo: diventare completamente umani non è un punto di arrivo ma un'attività continua, e l'abilità di vivere pienamente questa attività è forse la più significativa conquista spirituale a cui possiamo aspirare. Nel corso della mia ricerca, ho capito che è questa la chiave della crescita personale.

Il «sé», ai miei occhi, non è un'entità statica: è un processo, un divenire, un cambiare, un adattarsi, un contrarsi per poi espandersi. È influenzato da condizioni di vita esterne, come il tipo di cultura, l'ambiente fisico, i problemi che incontra nella sua lotta per sopravvivere e prosperare. Ed è influenzato anche dal mondo interiore: modelli abitudinari istintivi, condizionamento emotivo e psicologico, un impulso interiore innato di diventare «di più» e di essere più compassionevoli, saggi, tranquilli.

Molti di noi tendono a pensare al sé come a un nome. Ci descriviamo in termini statici: sono un responsabile delle risorse umane, sono una madre, sono un'americana. Provate a pensare al vostro sé come a un verbo, e a descrivervi in termini dinamici. Osservate come cambia il vostro senso di identità e di possibilità: sto imparando e crescendo, sto considerando i pro e i contro delle mie scelte, provo sensa-

zioni diverse, sono triste e felice, stanco eppure entusiasta. Aggiungete parametri di tempo per aumentare la sensazione di voi come di un qualcosa la cui natura è in movimento. Io, sebbene sia stata educata come cattolica, sono passata attraverso un periodo di agnosticismo e ora mi definisco una «cristiana zen» (una cristiana influenzata da buddismo e taoismo). Chi può dire come mi identificherò tra dieci anni?

## La questione centrale

Il «sé» è dinamico, in movimento, affascinante; qualcuno parla di *selfing* («creazione del sé») proprio per chiarire questa sua natura dinamica. Il nostro fluire è continuo, e sono molti i corsi d'acqua che contribuiscono a definire chi e cosa siamo. Alcuni aspetti di noi possono essere molto sviluppati, mentre altri vengono trascurati. Qualcosa tuttavia rimane costante: l'essenza di «Cindy» è qui da quando sono nata. Come vedremo, la domanda importante è: *chi comanda questo sé in divenire, con tutti i suoi strati e la sua complessità in continua evoluzione?* Provate a chiedervi: sto lasciando che il mondo esterno mi dica chi dovrei essere, come dovrei agire, e per cosa dovrei lottare? O c'è una voce più profonda, più calma, che guida il mio sviluppo? Sono un fascio di contraddizioni che sembra una persona in un momento e un'altra un attimo dopo? O sto facendo del mio meglio per mostrare integrità e coerenza, mentre attraverso le complessità della vita? Mi sento allineato con uno scopo più universale delle piccole, miopi preoccupazioni e dei desideri del mio ego?

L'Intelligenza Spirituale si riduce a questa questione essenziale: chi sta guidando la vostra vita? È il più calmo, saggio «Sé Superiore» a condurre, o siete guidati da un immaturo, miope ego e/o dalle convinzioni e dagli ideali degli altri? Questa questione centrale di chi stia guidando dice tutto sulla vostra capacità di diventare pienamente umani, e sulla profondità del vostro attuale coinvolgimento nel processo di crescita e sviluppo.

Quello che scopriamo, quando prestiamo attenzione alle nostre scelte e alle nostre azioni, è che *possiamo scegliere se crescere oppure no*. Chi è l'«io» che sceglie? Per la maggior parte della nostra vita molti di



noi rinunciano al potere di questo «io che sceglie»; lasciamo scegliere i nostri genitori, la nostra scuola, la nostra cultura, fino a quando per qualche motivo non cominciamo a diventare artefici di noi stessi. Immaginate la vostra vita come uno show televisivo o un film: nella prima metà della vita vi è stato consegnato un copione, un ruolo, e vi è stato detto cosa dovrete fare e quando. Ad eccezione del periodo di ribellione adolescenziale, ne subiamo pesantemente l'influenza; e anche in fase di ribellione, da un certo punto di vista, siamo controllati dal copione: è ad esso infatti che stiamo reagendo. Non abbiamo ancora raggiunto una vera libertà di scelta. Possiamo essere artefici di noi stessi solo quando diventiamo consapevoli di quale parte di noi è alla guida. Allora scopriamo che in realtà esiste un «sistema principale» od osservatore del processo, qualche volta chiamato Sé Superiore; è la parte di noi che può scegliere di orientare il processo di «*selfing*». Sviluppare la voce del Sé Superiore e imparare a seguire la sua guida è la parte cruciale dell'Intelligenza Spirituale.

Ecco l'essenza di ciò che l'Intelligenza Spirituale ci permette di fare: possiamo far maturare il nostro ego, farlo spostare gentilmente dal posto di guida al sedile del passeggero, e lasciare che sia il nostro Sé Superiore a guidare l'automobile della nostra vita. È allora che la destinazione diventa improvvisamente chiara, il processo si accelera, e noi ci evolviamo alla massima velocità. Allo stesso tempo ci sentiamo in pace nel momento che viviamo, poiché sappiamo che la parte migliore di noi sta conducendo e che quindi siamo nel miglior posto in cui potremmo essere. Proprio ora. Come illustrato in questo libro, l'Intelligenza Spirituale ci aiuta a diventare più consci di questo nostro divenire e del processo di scala globale di cui fa parte; allo stesso tempo acquisiamo la padronanza del sé e della sua relazione con il mondo.

È importante ricordare, mentre ci concentriamo sul pieno sviluppo del nostro potenziale umano più elevato, che gli aspetti «più bassi» o meno sviluppati della nostra umanità non sono qualcosa da rinnegare o di cui vergognarsi: essere umani è un dono miracoloso, imperfezioni incluse. Noi però siamo come un gruppo di adolescenti: abbiamo la tendenza a pensare che sappiamo tutto, anche se in real-

tà siamo ancora abbastanza incoscienti. Ridete delle vostre vecchie foto delle scuole medie o superiori? («Guarda che vestiti! Ma che cosa avevamo nella testa?»). Un giorno rideremo con compassione dei nostri sé precedenti. Ora dobbiamo continuare a maturare; dobbiamo maturare con una velocità sufficiente a impedire sofferenza superflua per noi stessi, per molti altri esseri umani, per le altre creature e per il pianeta che condividiamo. Abbiamo le capacità, la spinta interna e la bussola interiore più adatte per crescere; ecco ciò che rende l'umanità così affascinante e colma di potenziale.

La spinta interna è la parte di noi che istintivamente riconosce un'espressione umana più elevata e che è attirata dalla crescita e dall'autorealizzazione. In parole povere, questo è quello che chiamo il Sé Superiore. Per contro l'ego, o piccolo sé, è la parte di noi immatura, egoista, miope, la parte che vuole che le cose rimangano esattamente come sono. Parlerò di questi diversi aspetti della nostra natura umana molto più in dettaglio, nei prossimi capitoli. Se i termini che uso vi mettono a disagio – se attivano in voi reazioni o schemi negativi – non preoccupatevi: sarete in grado di trovare le parole a voi più congeniali. Tutto ciò su cui dobbiamo essere d'accordo, per ora, è che ci sono queste diverse spinte in ognuno di noi; alcune più nobili, disinteressate e ispirate, altre che tendono alla meschinità, all'egoismo, alla limitazione. Se riusciamo a riconoscere questa semplice verità con compassione, siamo pronti a incominciare il nostro viaggio.

# Sommario

PARTE PRIMA - COS'È L'INTELLIGENZA SPIRITUALE?.....	» 19
<b>Capitolo 1 - Diventare pienamente umani</b> .....	» 21
Che cos'è l'Intelligenza Spirituale? .....	» 25
Accettare il processo .....	» 29
La questione centrale.....	» 32
<b>Capitolo 2 - Comprendere le intelligenze</b> .....	» 35
Intelligenza Fisica (PQ) .....	» 44
Intelligenza Cognitiva (IQ) .....	» 45
Intelligenza emotiva (EQ) .....	» 46
Intelligenza Spirituale (SQ) .....	» 52
<b>Capitolo 3 - Misurare il non misurabile</b> .....	» 55
Il potere della misurazione.....	» 59
La creazione dello strumento di valutazione SQ21 .....	» 60
«Lo zero più prezioso» .....	» 64
Misurate ciò che conta.....	» 66
PARTE SECONDA - 4 QUADRANTI, 2 I ABILITÀ.....	» 69
<b>Capitolo 4 - Conosci te stesso (Abilità da 1 a 5)</b> .....	» 71
Abilità 1: Consapevolezza della propria visione del mondo - «Attraverso quali filtri vedo?».....	» 73
Abilità 2: Consapevolezza dello scopo della propria vita (missione) - «Perché sono qui?» .....	» 78
Abilità 3: Consapevolezza della gerarchia dei valori - «Come sceglierò le mie priorità?».....	» 79

Abilità 4: Complessità di pensiero - « Riesco a gestire la complessità della vita?» .....	» 81
Abilità 5: Consapevolezza di ego / Sé Superiore - «Chi sta guidando la mia vita?».....	» 83
Test: Valuta il tuo livello di sviluppo delle abilità del Quadrante 1.....	» 92

<b>Capitolo 5 - Conosci il mondo (Abilità da 6 a 11)</b> .....	» 93
Abilità 6: Coscienza dell'interconnessione della vita.....	» 94
Abilità 7: Consapevolezza dell'altrui visione del mondo.....	» 97
Abilità 8: Ampiezza della percezione temporale .....	» 102
Abilità 9: Consapevolezza dei limiti e delle potenzialità della percezione umana.....	» 105
Abilità 10: Consapevolezza delle leggi spirituali .....	» 106
Abilità 11: Esperienza dell'Unità trascendente .....	» 109
Abilità 12: Impegno nella crescita spirituale.....	» 116
Abilità 13: Mantenere al comando il Sé Superiore .....	» 119
Abilità 14: Vivere secondo il proprio scopo e i propri valori.	» 123
Abilità 15: Mantenere la fede.....	» 124
Abilità 16: Cercare la guida del Sé Superiore.....	» 130
Abilità 17: Essere un insegnante / mentore di principi spirituali saggio ed efficace .....	» 135
Abilità 18 – Essere un leader / agente di cambiamento saggio ed efficace .....	» 136
Abilità 19: Prendere decisioni compassionevoli e sagge .....	» 140
Abilità 20: Essere una presenza rasserenante e curativa.....	» 146
Abilità 21: Assecondare gli alti e bassi della vita .....	» 148
Test: Valuta il tuo livello di sviluppo delle abilità del Quadrante 4.....	» 150

PARTE TERZA - SVILUPPARE LA VOSTRA INTELLIGENZA SPIRITUALE .....	» 151
---	-------

<b>Capitolo 8 - Sollevamento pesi spirituale</b> .....	» 153
--	-------

<b>Capitolo 9 - Nove passi verso il Sé Superiore.....</b>	» 161
Passo 1. FERMATEVI («Inserite una pausa!»).....	» 163
Passo 2. RESPIRATE .....	» 164
Passo 3. CHIEDETE aiuto (al Sé Superiore, al Divino o ad altre persone!) .....	» 166
Passo 4. OSSERVATEVI (corpo, cuore, mente).....	» 168
Passo 5. IDENTIFICATE e abbracciate le preoccupazioni dell'ego.....	» 169
Passo 6. CERCATE IN PROFONDITÀ le cause della preoccupazione dell'ego (chiedete «Perché?» almeno cinque volte) .....	» 171
Passo 7. RIDEFINITE (guardate con occhi nuovi: quelli della compassione e della saggezza) .....	» 174
Passo 8. CONCENTRATEVI su qualcosa per cui essere grati.....	» 177
Passo 9. SCEGLIETE una risposta spiritualmente intelligente..	» 179

<b>Capitolo 10 - SQ per tutti i giorni .....</b>	» 181
Passare dall'ego al Sé Superiore usando il reframing.....	» 183
Aumentare la vostra SQ e mantenere la fede nei momenti difficili: il vostro sistema di supporto spirituale.....	» 184
Comportamento compassionevole e saggio: fissare dei sani limiti .....	» 186
Usare l'SQ per motivare un cambiamento profondo.....	» 190
Jarod: il nobile eroe, difensore dei deboli .....	» 190
Sonya: la pacificatrice .....	» 194

<b>Capitolo 11 - Tre esercizi fondamentali per supportare lo sviluppo dell'SQ .....</b>	» 199
ESERCIZIO 1: porsi una domanda-guida.....	» 200
ESERCIZIO 2: REFRAMING.....	» 202
Espandere cuore e mente con il reframing. Che cos'è e perché è importante.....	» 202
Prima tecnica: creare storie alternative .....	» 206
Seconda tecnica: calarsi nel ruolo del «cattivo».....	» 210
ESERCIZIO 3: sviluppare un atteggiamento di gratitudine.....	» 213

**Capitolo 12 - Cambiamento profondo, impatto infinito ...** » 217

**Appendice 1 - Creazione e validazione**

**del modello SQ21** ..... » 225

Storia..... » 225

Il primo progetto pilota..... » 227

Che cosa serve per una valutazione affidabile?..... » 227

Il secondo progetto pilota..... » 228

La World Business Academy..... » 228

Ricerche supplementari ..... » 229

Ricerche future..... » 229

Domande frequenti riguardo alla validità  
e all'affidabilità del modello SQ21..... » 230

Questo strumento è stato creato da esperti?..... » 230

Affidabilità: c'è un livello atteso di coerenza interna? ..... » 230

Validità: il test misura quello che dice di misurare? ..... » 230

*Glossario di termini relativi all'SQ* ..... » 233

*Lectture consigliate sui temi delle intelligenze multiple  
e della leadership* ..... » 239

978-88-344-2729-3

GUIDA A  
UN CORSO IN MIRACOLI  
di Jon Mundy

In questa guida, l'autore propone un modo per comprendere e approfondire gli insegnamenti di *Un corso in miracoli* e chiarisce come metterne in pratica la lezione nelle situazioni che l'esistenza ci presenta.

Il corso è strutturato intorno alla nozione di perdono, il che ci impone di liberarci dell'abitudine di rimproverare gli altri, affrancandoci dalla necessità di giudicare, adirarci e condannare.

L'autore spiega in maniera concisa il significato dei passi più significativi del testo di riferimento, spesso ricorrendo ad aneddoti tratti dalla vita reale.

**Pagg. 288 – € 16,00**

978-88-344-1018-9

# CABALA, LA CHIAVE DEL POTERE INTERIORE di Elizabeth Clare Prophet

L'autrice ci indica come impiegare  
le straordinarie rivelazioni della Cabala  
per comprendere i misteri dell'universo,  
ricercare l'unione con Dio  
e liberare il nostro potere spirituale.  
Gli insegnamenti della Cabala sono mistici  
ma nello stesso tempo pratici.  
Il suo marchio di riconoscimento  
è il diagramma delle dieci sefirot,  
denominato Albero della Vita, che è dentro di noi  
e rappresenta l'anello di collegamento con Dio.

**Pagg. 256 – € 16,00**



978-88-344-1478-1

REINCARNAZIONE - L'ANELLO  
MANCANTE DEL CRISTIANESIMO  
di Elizabeth Clare Prophet

I cristiani delle origini credevano nella reincarnazione,  
ma la chiesa ha bandito tale credenza  
dal corpo dei suoi insegnamenti.

In questo libro, Elizabeth Clare Prophet  
prende in esame le prove che confortano questa tesi,  
illustrando l'importanza della reincarnazione  
nell'economia del messaggio originario del Cristo.  
L'autrice ripercorre la storia del cristianesimo antico,  
segnata da dispute e persecuzioni,  
attraverso l'analisi comparata del Nuovo Testamento  
e di altre fonti, quali i vangeli gnostici e i rotoli del Mar Morto.

**Pagg. 352 – € 14,90**

978-88-344-1928-1

# LASSÙ QUALCUNO CI ASCOLTA

di Serge Girard

L'autore, uno dei maggiori esperti nel campo dell'aldilà, si dedica da anni allo studio del mondo degli spiriti; dalle sue ricerche sono emerse le nuove scoperte sulla vita dopo la morte riportate in queste pagine.

Il libro costituisce infatti il risultato di centinaia e centinaia di ore di esperimenti mediatici e di lavoro con pazienti che hanno richiesto il suo aiuto e il suo intervento.

Elemento centrale di questa indagine è il valore della preghiera.

Dopo aver esposto alcune nozioni essenziali sulla comprensione e la natura dell'essere umano, Girard presenta un'analisi eclatante del fenomeno della preghiera e del suo potere.

**Pagg. 352 – € 15,50**

978-88-344-2986-0

# ALLA RICERCA DI DIO

## di Deepak Chopra

Attraverso lo studio di dieci figure emblematiche di profeti, santi, mistici e martiri, la cui vita è stata miracolosamente toccata dal divino, Chopra spiega al lettore di oggi, scettico e disincantato, come Dio si rivela all'uomo, operando nel mondo in modo concreto.

Avvincente è la sapiente miscela dell'elemento narrativo, ovvero il racconto biografico di personalità carismatiche, con l'insegnamento universale che Chopra evince dalla loro testimonianza.

Ne scaturisce l'immagine di un Dio che sta al passo con l'uomo, che lo accompagna nella sua evoluzione, mutando nel tempo il nostro bisogno di spiritualità ma lasciando immutata la Sua vera natura..

**Pagg. 288 – € 15,50**