

II significato delle forze di cuore

di Gustav Hering

*Fonte: Notiziario Weleda

Quando parliamo di cuore intendiamo normalmente l'organo centrale della circolazione sanguigna. Spesso lo indichiamo un po' riduttivamente come "pompa". Molto meno pensiamo invece alle forze di cuore collegate al nostro sentimento, per quanto la lingua ci indirizzi in questa direzione, per esempio nei termini di "cordiale" e "cordialità" usati spesso per terminare una lettera. Con una certa ragione colleghiamo il cuore con l'affetto e l'amore.

L'articolo del cardiologo dr. Kümmel, attivo nella clinica di Herdecke in Germania, mette in evidenza l'importanza di queste forze di cuore anche per la salute fisica. Certe malattie di cuore sono collegate certamente con un uso errato delle nostre forze di sentimento. Come operiamo quotidianamente nella vita con queste forze di cuore? Anzitutto proviamo ad osservare il nostro rapporto con gli oggetti di tutti i giorni. Ci rapportiamo con essi in un triplice modo: là dove ci occupiamo delle cose con le forze del nostro capo usiamo il raziocinio. Conosciamo, stabiliamo relazioni e analizziamo, ogni cosa deve essere chiara nella luce della coscienza. La realtà è molto diversa se coinvolgiamo le forze della volontà. Occuparsi volitivamente di una cosa significa mettersi in movimento e in attività. Soltanto grazie alla volontà riusciamo a realizzare nella vita un certo proposito elaborato con il pensiero. Possiamo constatare come una azione "ragionevole" sia il frutto della collaborazione delle forze del capo con le forze della volontà. Senza il pensiero umano le azioni finiscono nel caos. Viceversa dei propositi formulati nel pensiero non diventano azione se manca la necessaria volontà.

Fra le forze del raziocinio e la nostra volontà troviamo le forze del nostro cuore. Grazie ad esse portiamo calore entro l'azione razionale e l'azione come tale. Se manca un rapporto di sentimento con l'azione, essa resta fredda e anonima, viene a mancare l'aspetto umano individuale e sentiamo che manca la vera vita. Possiamo così dire là dove avvengono azioni ricche di vita e di umanità sono attive tre forze dell'anima, il pensare, il sentire e il volere, in un armonico rapporto fra di loro. Se una delle tre forze resta troppo nello sfondo, oppure se manca del tutto, sorgeranno quanto prima dei disturbi.

Volgiamo ora lo sguardo allo sviluppo dell'umanità andando un po' a ritroso nella storia, scopriremo come il nostro pensiero sia andato destando proprio al confronto con gli oggetti del mondo esteriore, raggiungendo una autonomia e uno sviluppo che non ha precedenti. Le scienze naturali sono nate come conseguenza di questa "cultura del pensiero". Ad esse dobbiamo molte conquiste della nostra vita moderna. Che cosa ci hanno portato in più le scienze naturali? L'oggettività, una delle qualità più specifiche della ricerca scientifica. Questo significa che l'uomo deve fare dei suoi sensi degli strumenti di osservazione in grado di percepire gli oggetti senza interferenze di ordine personale. Vanno cioè annullate con coerenza tutte le "fonti di errore" (tendenze personali, preferenze, sentimenti e così via). La disciplina scientifica

esige inoltre la quantificazione della realtà, in altre parole dobbiamo avere risultati misurabili, pesabili, esprimibili in numeri. La necessaria disciplina di pensiero ha portato a notevolissimi progressi. È però sensato mettere tutta la nostra vita alle dipendenze di questo pensiero? Già il fatto che il metodo scientifico non sia in grado di cogliere la realtà in un pezzo musicale, può dirci come la realtà sia molto più complessa della dimensione esprimibile in misure. L'elemento che molto spesso manca a questa ragione "pura" e all'azione che ne deriva, proprio per il fatto di averne quasi annullato il significato, anzi di aver paura che si tratti di una "fonte di errore", è appunto la forza del cuore. Senza un rapporto di sentimento con le nostre azioni restiamo freddi e anonimi. Si crea uno squilibrio ormai diffuso in tutto il mondo: volentieri si fa ciò che è possibile fare, il problema dell'utile immediato è in prima linea, si saccheggia la natura come fosse un magazzino di materie prime e si distrugge parte della natura. In genere si esclude la voce del cuore perché è imprevedibile

Si diffonde freddezza nei sentimenti. Non siamo di fronte a reali pericoli nella nostra quotidianità?

Uno sguardo alle statistiche mostra che le malattie di cuore e della circolazione sono quelle più diffuse, l'infarto vince ogni altro malanno come causa di morte. Può emergere una relazione fra lo sviluppo al quale abbiamo accennato, presente più di quanto non si creda fin nella quotidianità, e le ricordate malattie. Ciò che può portare nella nostra singola vita ad alterazioni del cuore e del circolo, può sfociare in un crollo di tutto il nostro attuale sistema di vita. A questo punto non è coinvolta più soltanto la singola persona. Le tendenze che emergono sono significative.

Il nostro pensiero astratto e la sottovalutazione della voce del cuore sono veramente la causa di questa situazione moderna? Così come il sole consente la vita sulla terra a mo' di grande cuore cosmico che irraggia dall'alto, allo stesso modo le nostre forze di cuore possono dal basso sorreggere e favorire una vita più ricca di amore solare.

*Si ringrazia Weleda per la gentile concessione