

QUASIZEN



INDICE DEGLI ARTICOLI

Per ogni articolo trovi un **“link”** che ti consentirà di essere indirizzato alla visualizzazione dello stesso articolo.

- 1) **MI PRESENTO:** presentazione dell'autore del blog. Per leggerlo, clicca [qui](#)
- 2) **NUCLEI DI PENSIERO:** spiego come QUASIZEN sia una una raccolta di diversi nuclei del mio pensiero. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 3) **TI AVVISO:** spiego come tutto quello che troverai in tutti gli articoli che leggerai, nello stesso sito, non è una verità assoluta. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 4) **PRELIMINARI:** quali sono state le domande preliminari che mi sono posto prima di iniziare a creare questo blog: perché ho creato QUASIZEN ed a chi mi rivolgo. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 5) **ERBA GATTA:** si descrive come la meditazione possa aiutare ad elevare il proprio spirito. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 6) **PER POCHI:** presento un video di un intervento, ad un seminario, di un illustre psicologo, Giulio Cesare Giacobbe che spiega “la realizzazione della Buddità” come metodo scientifico per raggiungere lo stato di felicità. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 7) **DOMANDA SEMPLICE:** qual è il senso della vita? Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 8) **PIRAMIDE:** descrizione della piramide dei bisogni di Maslow che è una rappresentazione schematica e visuale della gerarchia dei bisogni umani. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 9) **COSA RESTA:** cosa resterebbe se potessimo togliere dalla nostra vita tutto ciò che ci rende infelici? Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 10) **HANDPAN:** presento un video dove Luca Mazzucchelli, uno psicologo, psicoterapeuta che si è “convertito” come brillante pubblicita e divulgatore anche su YouTube, spiega come noi possiamo considerarci, sostanzialmente, come pura energia. Per leggerlo, clicca [qui](#).

- 11) **LE DUE SORELLE:** troverai una “favola” che può far capire meglio il significato di due sentimenti umani, allegria e tristezza. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 12) **MODELLO:** descrivo come si può considerare che le religioni siano soltanto dei modelli interpretativi della realtà. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 13) **MOANA:** Parlo di alcuni miti, come ad esempio Franco Battiato, con il quale mi sento in forte risonanza per la sua spiritualità, libera da tanti condizionamenti e da legami con specifiche religioni. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 14) **SUPERCAZZOLE:** sono una serie di importanti articoli divulgativi dedicati alle **cure palliative**. Per leggerli, clicca sui seguenti numeri: [1](#) – [2](#) – [3](#) – [4](#) – [5](#) – [6](#) – [7](#) – [8](#) – [9](#).
In particolare ti invito a considerare le iniziali **premesse** che ho espresso nell’articolo n° [1](#) ed una **nota informativa** dettagliata sulle cure palliative presente nell’articolo n° [9](#).
- 15) **VALORI:** descrivo una definizione scientifica dei valori. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 16) **CHIACCHIERE:** spiego in che senso non riesco a credere veramente alla resurrezione di Gesù. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 17) **SENSEI:** esprimo la mia gratitudine ad un maestro di Aikido italiano, Angelo Armano. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 18) **OPPOSTI:** descrivo quanto sia sbagliata la visione “dualistica” che generalmente abbiamo della realtà. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 19) **ERA ORA!** spiego perché non ci si può vantare di nulla, se non si è disposti a vergognarsi di qualcosa. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 20) **VERO:** descrivo come ci sono cose in cui si crede intimamente e per le quali, a quel punto, non importa dimostrare che siano vere. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 21) **ATTIMI:** descrivo come nella pratica di meditazione, quando lasci perdere chi sei e senti da dove stai osservando ed in veste di cosa stai osservando, ti focalizzi nel presente e ti rendi conto del Puro Essere. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 22) **BRUTTA COPIA:** spiego perché, probabilmente, le religioni possono anche essere delle “brutte copie” della spiritualità. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 23) **PREMESSA:** faccio una premessa riguardo la contrapposizione tra cure palliative ed eutanasia (pratica, quest’ultima, per la quale provo una discreta ripugnanza). Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 24) **REALTÀ PARALLELE:** spiego come si possa mantenere una visione “spirituale” della vita in un mondo che, sostanzialmente, se ne frega di questa visione, se si considera che in realtà non esiste una vera distinzione tra queste due “realità”. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 25) **C’ERA UNA VOLTA:** espongo le mie profonde convinzioni riguardo la pericolosità della “intelligenza artificiale”. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 26) **TEMPO PERSO:** spiego come l’amore sia la principale (se non unica) qualità dell’agire umano che dia senso alla vita. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 27) **LA VITA:** spiego perché dovremmo considerare che la vita ci è data solo in prestito. Per leggerlo, clicca [qui](#).

- 28) **SENZA FRONZOLI**: spiego come possiamo riconoscere che tutta la nostra realtà esistenziale è già completa in ciò che è qui ed ora e come non ha alcun senso identificarsi con il nostro aspetto, con i nostri ruoli o con ciò che facciamo, non ha alcun senso riferire il significato della nostra vita solo a cose materiali. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 29) **OCCHI NUOVI**: troverai dei riferimenti alla vita di Gesù, Sant'Ignazio di Loyola e Buddha che possono aiutare a comprendere come non sono i bisogni umani ciò che qualifica la vera natura umana, comprendere che l'identificazione con le nostre paure o con certe pulsioni di potere è una distorsione mentale che ci distacca dalla consapevolezza della nostra realtà esistenziale. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 30) **ILLUMINATO**: troverai alcune considerazioni su ciò che distingue le persone introversive dagli estroversi e le implicazioni di tali caratteristiche per la completa realizzazione di una crescita spirituale. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 31) **ORICE**: descrivo quale sia il rischio che gli uomini siano artefici di una società che poi risulta capace di selezionare autonomamente alcuni uomini che sono più utili all'esistenza di quella stessa società, anche a costo di danneggiare l'umanità. Spiego, poi, cosa possa porre rimedio a tutto ciò. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 32) **BACIO**: spiego come possiamo trovarci nello spettacolo della vita, senza appartenere allo stesso spettacolo, non identificandosi a quella illusione. Possiamo essere nella vita non appartenendo alla stessa vita. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 33) **ILLUSIONI**: propongo un video dove si spiega come tutto ciò che crediamo reale nella nostra vita, non è la verità. Per leggerlo, clicca [qui](#).
- 34) **AUTOEROTISMO**: Presento una importante riflessione: IO SONO L'OSSERVATORE, MA L'OSSERVATORE NON È L'IO, IN QUANTO ANCHE LO STESSO IO È L'OSSERVATO. Per leggerlo, clicca [qui](#).