

IL VIOLA DELL'ANIMA. E IL LATO OSCURO DI NOI STESSI

Il **colore viola** corrisponde, nello yoga, al VII chakra. Quello che si trova sopra la testa ed è conosciuto per essere il **colore dello spirito**.

“È il colore della volontà di essere diversi, della metamorfosi, della transizione, ma anche della fascinazione erotica. Questo colore esprime un'energia pura, atavica: è una forza legata alla vitalità del rosso e all'intimo accoglimento dell'azzurro. È una colorazione insieme di attesa e di precognizione, ed eleva la coscienza umana fino al raggiungimento della pura luce bianca. È anche associato alla preghiera ed agli stati alterati di coscienza.

Il colore viola è uno dei colori che emerge frequentemente nei disegni dei bambini. Rappresenta l'urgenza di esprimersi: il suo apparire frequente è in relazione a quella situazione ambientale che non consente al bambino di muoversi liberamente in tutti i settori per le regole o le norme di comportamento che gli vengono imposte.

È il colore dell'arte, della fantasia, del sogno, dell'altruismo e della guarigione. E' dignità e nobiltà, intelligenza, prudenza, umiltà e saggezza. Il carattere è un po' difficile con tendenze opposte e inconciliabili. Ha bisogno di sentirsi libero, vuole affascinare, suscita ovunque simpatia e ammirazione. E' molto disponibile e comunicativo, possiede grande umanità, coltiva interessi ad alto livello, colto e sensibile. Desidera aiutare gli altri in modo significativo, ha inclinazione per l'occulto, il magico e l'arcano. Ha buon gusto e cura molto il suo aspetto fisico. Raffinato cultore della bellezza e dell'arte, vita eccitante.”

Fonte (mente e spirito): <http://bit.ly/IqGA0d>

“Quindi è sede del Diritto di Sapere, di Conoscere la Verità. Il colore è il viola, bianco, oro, gli aromi o oli essenziali sono l'incenso, il loto e il neroli. I Cristalli sono: calcite bianca, quarzo ametista, diamante, cristallo di rocca. Le disfunzioni sono collegate ai sensi distruttivi, di disperazione, frustrazione, noia, confusione, intellettualizzazione esasperata, atteggiamenti di superiorità intellettuale, insistenza nel voler avere ragione e nel voler dominare gli altri. I disturbi fisici sono emicranie, depressione, squilibri del sistema nervoso, scheletrico e muscolare, fobie, psicosi, epilessia, etc...”.

Fonte: www.archivioprezioso.com/chakra7.html

Il colore viola è dunque il colore che ci obbliga a guardare in noi stessi profondamente. E ad elevarci verso qualcosa che sta ben oltre. Avere questo punto all'altezza della testa implica che proprio da lì parte la nostra guarigione interiore e anche tutti i nostri dilemmi esistenziali. La mente è un potente mezzo che ci aiuta a risolvere problemi di vario genere, ma è anche il centro dei nostri limiti e blocchi.

Il principale blocco, per uno scrittore, viene dalla mente. Quando è troppo razionale e tende a segmentare tutto perché vuole trovare nella ragione la spiegazione della creatività, lo scrittore non scrive nulla. Scribacchia. Non fa nient'altro che mettere in moto la tecnica. Che seppur necessaria non libera le parole e nemmeno l'ispirazione. Occorre qualcosa di diverso. Di molto più profondo.

È nello spirito che risiede la vera parola. Quella che ci fa rabbrivire o commuovere quando la sentiamo. E viene da chiedersi: come ha fatto questo scrittore o poeta a capire esattamente come mi sento? La risposta risiede nel colore viola.

Esercizi di scrittura creativa

- Dentro di noi ci sono tantissimi aspetti e personaggi tutti diversi fra loro. Di alcuni siamo innamorati, di altri ce ne vergogniamo così tanto da volerli seppellire nelle parti più scure di noi stessi. Eppure tutti questi individui formano un'unica persona, esattamente quella che siamo ora, in questo momento. Proviamo a dare voce a questi personaggi, e anche ai lati oscuri, attraverso l'unico strumento che conosciamo meglio: il racconto.

Procediamo per gradi:

1. Prova ad ascoltare le tue voci interiori.
2. Identificale e dale un nome.
3. Crea personaggi diversi a seconda dei tanti aspetti di te che hai trovato.
4. Falli interagire. Falli parlare!
5. Racconta una storia dove le vite di questi personaggi si intrecciano fra loro.

Ricorda che possiamo usare tante forme di scrittura: il racconto, il monologo, il dialogo, il diario. Oppure creare thriller, noir, romanzi rosa. Insomma, non c'è limite alla creatività umana.

- Dopo aver fatto questo esercizio, prova a scrivere, ininterrottamente e almeno per 20 minuti, partendo dalla frase: **Ora che ho scoperto di essere...**