

esperienza, ci guida attraverso le funzioni e le manifestazioni del mantra. Ne descrive il potere e la sua tendenza a venirci in mente quando ne abbiamo più bisogno. Quando ripetete un mantra, il suono colpisce l'omogeneità della coscienza e crea delle increspature che aiutano ad espandere la mente. Espandendo la mente, si eleva la coscienza e le vibrazioni prodotte dal mantra guidano la coscienza attraverso i mondi interiori. Swami Satyananda per portare a compimento la sua missione di condurre più pellegrini sul cammino spirituale, ci insegna a gestire e godere del potere dei mantra.

GIOCO DI SPECCHI. RIFLESSIONI TRA NATURA E PSICHE

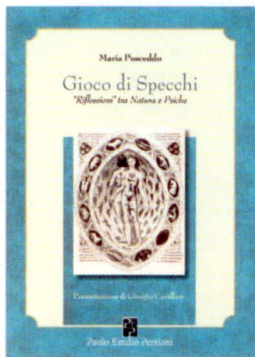
**di Maria Pusceddu
(Paolo Emilio Persiani Editore)**

"[...] la plasticità della psiche è la conditio sine qua non della nostra vitalità mentale; essa dovrebbe accompagnarci fino a

quando la materia che la supporta è in grado di reggere alla fatale usura del tempo."

Questo viaggio per comprendere il rapporto sinergico tra materia e psiche è articolato in brevi saggi, che offrono uno spunto di riflessione e un punto di vista sempre diverso. La peculiarità di questo percorso infatti risiede nell'approccio disinvolto ed eclettico all'utilizzo di materie e strumenti usati per creare queste riflessioni. Sfruttando le modalità operative di diversi campi scientifici l'autrice ci mostra e dimostra inconfutabilmente la multilateralità dell'essere umano. L'uomo emerge con una entità complessa, non come

banale dicotomia "congiuntamente esaurita, e reciprocamente esclusiva" mente-corpo, bensì come un soggetto che vive in una società e in un ambiente naturale. Questo è infatti



l'approccio della Ecobiopsicologia,
disciplina della complessità, che
guarda all'uomo in una triplice
prospettiva (psicologica, biologica e
ambientale) con un metodo rigoroso,
costantemente soggetto a verifica
e a dibattito, alla ricerca di nuove
prospettive evolutive.