

LA JUNGLA DEI CORSI DI CONSAPEVOLEZZA E CRESCITA PERSONALE.

Suggerimenti per orientarsi e discernere falsi guru, apprendisti stregoni e istruttori autentici

Di Enrico Cheli

Al giorno d'oggi vi è un grande interesse riguardo al risveglio della coscienza e alla crescita personale e spirituale e anche un gran numero di individui che si presentano come esperti, insegnanti o addirittura maestri in tali campi. Ma lo sono davvero? Come si può distinguere un vero esperto da uno fasullo?

Per chi ha già risvegliato almeno un po' la propria consapevolezza ciò è abbastanza facile da capire mentre per i neofiti lo è molto meno e questo li espone ai molti operatori fasulli (truffatori, profittatori o semplicemente incompetenti) che affollano questo campo.

Da oltre quarant'anni mi occupo di consapevolezza e crescita personale, inizialmente come allievo e in seguito come istruttore e come studioso del fenomeno, e francamente questo proliferare di operatori improvvisati o peggio ancora truffaldini mi preoccupa molto. Ne avevo già segnalato i rischi nel mio libro [*Percorsi di consapevolezza*](#) del 2009, ma da allora la situazione è notevolmente peggiorata, a causa soprattutto dei social media, dove chiunque può proporsi come esperto senza dover esibire alcun titolo o credenziale e senza dover rispettare alcuno standard: basta avere faccia tosta e pubblicare post e video a effetto, spesso copiati di sana pianta o fatti con l'IA e quindi per niente indicativi della reale competenza dell'autore.

Ho pertanto deciso di scrivere il presente articolo per aiutare le persone a orientarsi in questo campo. Nel primo paragrafo descriverò le diverse categorie di operatori, partendo da quelli più malevoli per passare a quelli in buona fede (ma incompetenti) e arrivare infine a quelli autenticamente esperti e capaci. Nel secondo paragrafo suggerirò alcuni criteri di base per separare il grano dalla gramigna.

1. Le diverse categorie di operatori

Nel gradino più basso della scala colloco quegli operatori che sono pagati dalle forze oscure (o, se preferite, dalle "elites" criminali che hanno finora gestito il potere politico e economico mondiale) allo scopo di distogliere quante più persone possibile dai percorsi e dagli istruttori di autentico valore, confondendole con informazioni erranee e metodi fuorvianti, così da impedire o almeno rallentare il loro risveglio. Questi operatori – che chiameremo *infiltrati* – non lavorano tutti allo stesso modo: alcuni propongono contenuti fantasiosi e affascinanti che suscitano grande curiosità mentale senza però mai stimolare le persone ad intraprendere un percorso di messa in discussione e trasformazione di se stesse; altri invece propongono inizialmente concetti e strumenti validi ma poi a un certo punto del percorso deviano per la tangente portando gli allievi in vicoli ciechi che inevitabilmente li demoralizzano e li inducono in molti casi ad abbandonare ogni ricerca.

Un gradino al di sopra posiziono quegli operatori, anch'essi malevoli, che puntano a riempirsi le tasche utilizzando la loro bella presenza, la fluente parlantina e qualche tecnica ad effetto imparata qua e là – li chiameremo *ciarlatani truffatori*. Questi operatori sono spinti

da motivi puramente economici e non dipendono direttamente dalle forze oscure. Tuttavia anch'essi contribuiscono a fuorviare e demoralizzare i ricercatori e a gettare discredito sull'intero ambito della ricerca interiore e della crescita personale e spirituale e quindi sono comunque funzionali alle strategie delle élites criminali sopra menzionate. A dispetto della loro scarsa o nulla competenza chiedono somme assai più alte della media per i loro corsi, sedute, seminari e alcuni di loro adottano un "listino prezzi" che cresce esponenzialmente nel senso che il corso base viene proposto a un costo ragionevole ma quello successivo costa molto di più e quello seguente ancora di più, in una spirale crescente senza fine. Altri ancora, i più sfacciati propongono addirittura un prezzo a tantum: paghi 20, 30, 40 mila euro e sarai seguito a vita.

Passiamo adesso all'altra faccia della medaglia, cioè agli operatori che agiscono in buona fede mossi da un sincero desiderio di aiutare gli altri condividendo con loro quanto hanno compreso e appreso a prezzi ragionevoli. Purtroppo le buone intenzioni da sole non bastano e occorre anche competenza, che non tutti questi soggetti possiedono a sufficienza: molti infatti, pur avendo seguito qualche valido percorso di crescita personale e/o spirituale, si propongono come insegnanti un po' troppo prematuramente, cioè prima di aver conseguito una preparazione adeguata per gestire questo delicatissimo processo. Per questo chiamerò questa terza categoria di operatori *apprendisti stregoni*, ispirandomi all'omonimo personaggio del film *Fantasia* di Walt Disney. Nel film l'apprendista stregone è interpretato da Topolino che, pur avendo appreso qualche rudimento di magia non la padroneggia ancora a sufficienza e, usandola, finisce per non ottenere l'effetto voluto e anzi combinare grossi guai, che verranno poi rimediati solo grazie all'intervento del suo insegnante. Qualcosa di analogo accade agli apprendisti stregoni che affollano il campo della crescita personale: si avventurano troppo prematuramente nell'insegnamento e/o nella terapia ottenendo inevitabilmente scarsi risultati e talvolta anche pericolosi effetti collaterali.

Ed eccoci finalmente giunti nella parte alta della scala, dove troviamo quegli operatori (molto pochi per la verità) che oltre a essere onesti e mossi da un sincero desiderio di aiutare gli altri hanno anche le competenze per farlo, avendo compiuto un percorso di consapevolezza e crescita personale sufficientemente lungo e approfondito in qualità di allievi prima di proporsi come insegnanti. Chiamerò questa quarta categoria di operatori *istruttori autentici* (ma potrei anche chiamarli *facilitatori autentici* o *insegnanti autentici*). Ovviamente non sono tutti uguali, né per capacità né per caratteristiche, e anche tra di loro vi sono quelli più capaci e quelli che lo sono un po' meno, quelli che sono formati in un solo metodo e quelli che ne conoscono e usano più d'uno. Tuttavia sono tutti degni di rispetto. Essi dichiarano esplicitamente da quali scuole/insegnanti/maestri hanno imparato le conoscenze, i principi e le tecniche che insegnano e inoltre non hanno difficoltà a condividere le loro esperienze personali di quando erano allievi e spesso anche le loro esperienze di vita, i loro "errori" e come li hanno poi corretti. Gli infiltrati e i truffatori invece parlano sempre dall'alto di un pulpito, mostrando di sapere moltissimo senza però mai rivelare da chi hanno appreso tutta quella sapienza, quasi fossero nati già "imparati".

1. Alcuni criteri per valutare gli operatori

Adesso che abbiamo illustrato le 4 principali categorie di operatori vediamo come distinguerle. Non c'è purtroppo un criterio dirimente e quindi occorre procedere per indizi, ricordando che un indizio è solo un indizio, due indizi costituiscono un sospetto e 3 indizi sono (quasi sempre) una prova.

Un primo indizio per riconoscere gli operatori truffaldini da quelli in buona fede è quello accennato poco fa: i primi dicono di possedere grandi conoscenze e tecniche senza però rivelare da chi le hanno apprese, mentre i secondi dichiarano esplicitamente da quali insegnanti/scuole/tradizioni le hanno imparate.

Un secondo indizio per riconoscere gli operatori truffaldini (e anche quelli improvvisati) è la promessa di risultati strabilianti in breve tempo e con poco sforzo. Spesso i loro post, libri e seminari hanno titoli ad effetto del tipo: “Il passaggio alla quinta dimensione”; “Il segreto per l’illuminazione spirituale” o addirittura “Il risveglio istantaneo”. Sarebbe bello se tutto ciò fosse possibile ma la mia esperienza personale e quella di molti altri ricercatori e istruttori autentici che ho conosciuto nel corso di oltre quattro decenni è concorde sul fatto che il percorso di consapevolezza e crescita personale e spirituale richiede impegno, tempo e costanza prima di produrre risultati stabili e godibili. E soprattutto non ci sono scorciatoie e sconti: progredisci in proporzione a quanto ti impegni e ti metti in gioco (purché ovviamente l’istruttore sia competente).

Un terzo indizio, talvolta collegato al primo, è la eccessiva semplicità e schematicità dei metodi proposti: “Le 5 chiavi del successo”; “Le 3 leggi dell’attrazione” ; “I 7 passi per l’autorealizzazione” etc. Qualcuna di queste chiavi o leggi può anche essere vera, ma quello che questi operatori non dicono è che per riuscire a farle funzionare nel modo semplice e rapido da loro prospettato occorre prima aver sviluppato varie altre abilità, il che richiede un serio percorso, a base di impegno, tempo e autodisciplina e soprattutto la guida di un istruttore autentico.

Un ulteriore criterio di puro buon senso, purtroppo sottovalutato soprattutto dagli italiani, è quello di esaminare attentamente le *credenziali* di chi si propone come insegnante o maestro, ad esempio leggendone la biografia o il curriculum (ammesso che ne abbia uno) e verificando quali sono i suoi titoli di studio, i lavori che ha fatto su di sé durante il suo percorso di consapevolezza e crescita personale, gli istruttori/scuole che ha seguito e per quanto tempo ha fatto l’allievo prima di iniziare a proporsi come insegnante. In genere solo gli operatori in buona fede forniscono informazioni dettagliate su di sé, mentre gli *infiltrati* e i *ciarlatani truffatori* non dicono niente su come si sono formati, oppure forniscono biografie o curriculum che lasciano intendere competenze in realtà inesistenti, utilizzando espressioni vaghe e fumose che lasciano intendere competenze in realtà inesistenti. Ecco qualche esempio:

- “*Esperto in scienze/discipline X*” - se non dichiara in virtù di quale titolo di studio o percorso formativo è diventato esperto, siamo autorizzati a sospettare che sia un *sedicente* esperto, cioè uno che si attribuisce da solo la qualifica di esperto.
- “*Ha studiato psicologia all’università X*” o anche “*Dopo gli studi in psicologia si è dedicato a ...*” - il che induce erroneamente a credere che sia laureato, ma in realtà potrebbe aver frequentato solo per un anno e magari non aver sostenuto neppure un esame – infatti se uno è laureato lo dice chiaramente: “laureato in psicologia” e se oltre a essere laureato è anche iscritto all’albo si definisce “psicologo”: giri di parole vaghi e allusivi fanno legittimamente sospettare che la persona in questione non sia ciò che vuol far credere di essere.
- “*Blogger e scrittore, ha pubblicato molti articoli e libri sull’argomento Y ed è considerato tra i massimi esperti del settore*”. Anche in questo caso vale quanto detto sopra: da chi è considerato un

esperto? Inoltre il buon senso e la prassi accademica e professionale ci dicono che si scrivono libri perché si è (già) esperti di un argomento, non che si acquisisce la qualifica di esperto per il semplice fatto di aver scritto articoli o libri sull'argomento!

- *“Ricercatore indipendente, si occupa da molti anni di X e Y”* - Va notato che l'essersi occupati di un argomento per anni non significa automaticamente averlo capito e essere in grado di insegnarlo: per fare il ricercatore occorrono delle basi e se non dichiara un qualche percorso di studio o esperienza sul campo a fianco di ricercatori di comprovata capacità, questa affermazione rivela solo che l'operatore in questione è un *autodidatta*, con tutti i limiti che ciò comporta! Come è noto gli autodidatti di un qualche valore sono rarissimi in tutti i campi, ma in quello della consapevolezza e crescita personale e spirituale sono di fatto inesistenti, in quanto nessuno può uscire da solo dalla gabbia dell'ego, per il semplice fatto che dall'interno tale gabbia è invisibile e solo un istruttore autentico, con l'aiuto di apposite tecniche e di molta pratica, può farvene prendere consapevolezza e aiutarvi a liberarvene. Quanto appena detto sfata anche un altro mito, un'altra formula di autopresentazione che adesso vedremo.
- *“Spirito libero e maestro di se stesso”* – Ricollegandoci a quanto appena detto, nessuno può liberarsi da solo: si può diventare maestri di se stessi solo quando si è molto avanti nel percorso, non all'inizio, quindi se uno si autoproclama “Maestro di se stesso” dovrebbe dichiarare in virtù di quali lunghi e validi percorsi e insegnanti/istruttori ha acquisito un tale elevato grado. Se non dichiara niente siamo autorizzati a sospettare che si tratti dell'ennesima etichetta di comodo che si è attribuita da solo (un autodidatta e sedicente maestro, appunto).
- *“Docente di Y dal ...; istruttore di X dal ... Operatore di Z dal ...”* – I più astuti forniscono dettagli e date sul loro passato ma solo relativamente alle attività professionali svolte, non al percorso di studio tramite cui hanno acquisito le competenze per svolgerle. Il punto non è per quanti anni uno ha fatto l'insegnante o l'operatore di crescita personale ma se quando ha iniziato aveva o meno le competenze per farlo, competenze dimostrabili con l'aver seguito un percorso valido e/o con l'aver svolto tali attività di insegnamento presso una istituzione di alto livello - una università, un famoso centro di crescita personale, un ashram di un riconosciuto Maestro etc. Se non dichiarano niente al riguardo siamo ancora una volta autorizzati a sospettare che si tratti di qualifiche auto attribuite e quindi di dubbio o nessun valore.
- *“Ideatore del metodo Z”* – affinché questa dichiarazione sia credibile l'operatore in questione deve prima aver dimostrato che è un vero esperto (vedi punti sopra) altrimenti il metodo non vale niente e anzi un metodo ideato da un incompetente può essere addirittura nocivo.

Oltre alla biografia/curriculum dell'operatore è utile esaminare anche le modalità comunicative con cui egli promuove la propria attività. Gli *istruttori autentici* fanno in genere articoli, libri e video volti a spiegare e insegnare, mentre gli infiltrati e i truffatori pubblicano quasi esclusivamente testi sensazionalistici, che promettono molto ma non insegnano niente. Gli istruttori autentici fanno inoltre scarso ricorso alla pubblicità a pagamento e sono poco appariscenti, preferendo mettere in evidenza le proprie esperienze e la qualità del metodo più che la propria persona, a differenza di tutti gli altri operatori che hanno invece una presenza assidua sui social media, fanno grande ricorso a marketing e pubblicità, e per attirare i potenziali clienti usano la parlantina e il carisma invece che le credenziali e la qualità dei contenuti.

Un ulteriore criterio è quello della verifica delle fonti. Gli istruttori autentici dichiarano da quali scuole/insegnanti/maestri hanno imparato le conoscenze, i principi e le tecniche che insegnano e non hanno difficoltà a condividere le loro esperienze personali di quando erano allievi e spesso anche le loro esperienze di vita, i loro “errori” e come li hanno poi corretti. Gli infiltrati e i truffatori invece parlano sempre dall’alto di un pulpito, mostrando di sapere moltissimo senza però mai rivelare da chi hanno appreso tutta quella sapienza, quasi fossero nati già “imparati”.

Adesso lasciamo da parte gli infiltrati e i truffatori e parliamo un po’ degli *apprendisti stregoni* che, a differenza dei primi, danno in genere informazioni sincere e dettagliate sul proprio percorso. Tuttavia, esaminandole con attenzione si ricava che o si sono improvvisati istruttori subito dopo una singola esperienza galvanizzante o che lo hanno fatto comunque troppo presto, ad esempio dopo solo uno o due anni di lavoro su se stessi, un periodo troppo breve per poter passare dal ruolo di allievi a quello di insegnanti.

Un altro aspetto che caratterizza molti apprendisti stregoni è il dichiararsi esperti in una sola tecnica, cui attribuiscono in genere poteri taumaturgici eccezionali e universali. Ne sono talmente convinti che si presentano in funzione di tale tecnica: “*Sono un costellatore ... un operatore di EFT ... un rebirther ... un master reiki ... un istruttore di mindfulness ... etc.*”. Gli istruttori autentici invece padroneggiano molteplici tecniche e soprattutto hanno anche una formazione metodologica generale, grazie alla quale sono capaci di scegliere di volta in volta la tecnica più appropriata, sapendo anche gestirne eventuali effetti collaterali. Per essere più chiaro spiegherò la differenza tra *tecnica* e *metodo* con una analogia. Immaginiamo che la *tecnica* sia come un attrezzo – un martello, un cacciavite, una pinza, una chiave inglese etc. – e che la borsa degli attrezzi sia il *metodo*. Ebbene, affidereste un intervento sull’impianto idraulico o elettrico di casa vostra a qualcuno che conosce e utilizza un unico attrezzo, ad esempio il cacciavite o il martello? Ovviamente no, perché sapete che qualsiasi intervento, anche il più semplice, richiede vari attrezzi e chi ne possiede uno solo (o al massimo due) tende a usare sempre e solo quello anche quando occorrerebbe un altro tipo di attrezzo: si può anche tentare di serrare un tubo con un cacciavite o con un martello invece che con una chiave inglese ma è improbabile che ci si riesca e si può anche finire per danneggiare il tubo. È evidente che chi usa solo uno o due attrezzi non può essere considerato idraulico o elettricista, ma al massimo un “cacciavitista” o un “martellista”. Ebbene, molti istruttori improvvisati di crescita personale sono così: esperti in un’unica tecnica.

Conosco e utilizzo da decenni tutte le tecniche che ho sopra menzionato e ci tengo a precisare che sono tutte molto valide – ma perché siano efficaci e non producano effetti avversi non basta saperle usare, occorre anche conoscere bene “l’impianto idraulico/elettrico” su cui le si utilizza, cioè l’essere umano e in particolare la sua psiche. Chi non ha basi adeguate di psicologia (non necessariamente accademiche e di psicologia occidentale) o per lo meno una formazione in counseling o in coaching può anche essere abile in uno o due tecniche/attrezzi ma l’efficacia dei suoi interventi sarà limitata a quelle rare persone che hanno (per puro caso) proprio bisogno del cacciavite o del martello, mentre su tutte le altre sarà nulla, oltre al fatto che potrebbe produrre effetti collaterali che poi non è capace di rimediare.

So che molti sono prevenuti nei confronti degli psicologi “ordinari” e posso anche dividerne alcune motivazioni, ma la soluzione non è di ripiegare su un operatore improvvisato, semmai di rivolgersi a uno psicologo alternativo, formato anche in psicologie orientali o transpersonali, o magari a un counselor o a un coach con formazione olistica, cioè a qualcuno che oltre a essere esperto in quella specifica tecnica abbia anche compiuto un percorso professionalizzante di 5, 4 o almeno 3 anni. So bene che il livello di evoluzione

coscienziale e spirituale di un individuo non si misura con lauree e diplomi, ma sono una garanzia in più che quell'operatore abbia fatto un adeguato percorso formativo sotto la guida di istruttori capaci e che non si avventuri prematuramente in imprese al di là della sua effettiva capacità. Tra l'altro chi padroneggia un unico strumento, per quanto potente, tende a esagerarne le doti e a proporlo come panacea universale, efficace su tutte le persone e su tutti i tipi di problemi/bisogni. Ciò non è affatto vero. Un cacciavite serve solo a avvitare e svitare una vite, non a piantare un chiodo né a serrare un bullone. Pertanto è solo con l'utilizzo coordinato e ragionato di più strumenti/tecniche di consapevolezza e crescita personale che si possono ottenere risultati validi e stabili.

Avrei ancora molte cose da dire sull'argomento, ma non posso farlo in questo articolo e quindi rimando gli interessati alla nuova edizione del libro *Percorsi di Consapevolezza* che sto ultimando assieme a mia moglie Cristina e che pubblicheremo a breve dandone notizia sul sito www.nuovoparadigma.org.