oltre confine
Cronache dai mondi visibili e invisibili | N° 16

LIBERTÀ

Libertà colore dell'uomo

OLTRECONFINE 16

Cronache dai mondi visibili e invisibili

LIBERTÀ

SPAZIO INTERIORE

Oltreconfine 16
Libertà

© 2020 Spazio Interiore
Tutti i diritti riservati
L'editore ha soddisfatto tutti i crediti fotografici.
Nel caso gli aventi diritto siano stati irreperibili,
è a disposizione per eventuali spettanze.

Edizioni Spazio Interiore
Via Vincenzo Coronelli, 46 • 00176 Roma
www.spaziointeriore.com
redazione@spaziointeriore.com

illustrazione in copertina
Silvia Tusi

Aprile 2020
Edizione scaricabile gratuitamente
su *www.spazionagual.it*

Tutti hanno diritto di manifestare liberamente il proprio pensiero
con la parola, lo scritto e ogni altro mezzo di diffusione.
La stampa non può essere soggetta ad autorizzazioni o censure.

Articolo 21, Costituzione della Repubblica Italiana

Verrà un giorno che l'uomo si sveglierà dall'oblio e finalmente
comprenderà chi è veramente e a chi ha ceduto le redini della sua
esistenza, a una mente fallace, menzognera, che lo rende e lo tiene
schiavo… l'uomo non ha limiti e quando un giorno se ne renderà
conto, sarà libero anche qui in questo mondo.

Giordano Bruno

Che cos'è il sigillo della raggiunta libertà?
Non provare più vergogna davanti a se stessi.

Friedrich Nietzsche

sommario

Oltreconfine 16 • Libertà

Editoriale -- 7

Libertà -- 12
di Selene Calloni Williams

La libertà esiste solo per chi ne è consapevole -- 19
di Corrado Malanga

La pandemia come rito di passaggio -- 33
Intervista a Rupert Sheldrake
a cura di Sebastian Di Giovanni

La libertà alla fine del mondo -- 36
di David Simurgh

A occhi aperti -- 40
di Claudio Marucchi

La libera informazione è il fondamento di tutte le libertà -- 43
Intervista a Claudio Messora
a cura di Nadine Zara

La sola libertà è quella interiore -- 49
di Andrea Panatta

Il diverso ai tempi del Coronavirus -- 55
di Paolo Crimaldi

L'emergenza concerne l'essere -- 64
di Salvatore Brizzi

La libertà ha un prezzo -- 67
di Mauro Villone

Liberi di esprimerci -- 71
Intervista a Massimo Mazzucco
a cura di Nadine Zara

La conoscenza rende liberi -- 78
di Riccardo Magnani

Libertà da, libertà per -- 81
di Majid Valcarenghi

A che gioco giochiamo? Quale libertà? -- 83
di Pierluigi Lattuada

Libertà e responsabilità ai tempi del Coronavirus -- 86
di Lidia Fassio

Libertà dai tiranni -- 91
di Carlo Dorofatti

Sacrificheresti la tua libertà per la tua sopravvivenza? -- 94
COVID-19, è pandemia culturale?
di Carlo Magaletti

Libertà, disobbedienza, Costituzione -- 99
Intervista a Marco Cappato
a cura di Nadine Zara

Piccoli grandi atti di resilienza quotidiana -- 102
L'irriducibile libertà di ogni scelta interiore
di Mariavittoria Spina

Sono un essere libero -- 108
di Andrea Pietrangeli

E la gente rimase a casa -- 112
di Roberta Rio

Non mi manchi, perché ti amo -- 115
di M.M. Judas

L'invito: vivere la spiritualità nel quotidiano -- 120
Intervista a Shakti Caterina Maggi
a cura di Nadine Zara

Si chiudono porte, si aprono portali -- 128
di Rita Minelli

Essere libero -- 137
di Matteo Ficara

Sei proprio sicuro che ti abbiano tolto la libertà? -- 140
di Sara Surti

Il Disegno Divino per la libertà -- 142
di Satvat

Ordini di libertà -- 149
di Eros Poeta

Due mesi di solitudine -- 155
La libertà ai tempi del Coronavirus
di Sebastian Di Giovanni

Libertà da, libertà di -- 161
di Elisa Picozza

L'illusione della libertà e la sacralità della disobbedienza -- 165
di Silvia Tusi

La libertà dell'armadillo -- 170
di Giacomo Belcari

Lo specchio senza vergogna della libertà -- 173
di Giovanni Picozza

PICCOLA ANTOLOGIA SULLA LIBERTÀ

Libertà dal conosciuto -- 178
di Jiddu Krishamurti

La mia visione della libertà è di essere te stesso -- 181
di Osho

Lasciando liberi gli altri, liberate voi stessi -- 183
di Eva Pierrakos

Uscire dalla trappola -- 187
di Wilhelm Reich

Galleria Pittorico-Letteraria -- 192

Galleria Poetica -- 220

Giacomo Belcari, *Pandemia*

editoriale

La rivista *Oltre***confine** – *Cronache dai mondi visibili e invisibili* iniziò la sua avventura nel 2011 e fino al 2015 sono usciti quindici numeri. Nell'editoriale del numero zero, pubblicato nell'ottobre del 2011, scrivevamo:

> La rivista *Oltre***confine** vuole essere una risorsa e uno strumento per tutte le persone interessate ad allargare i confini del loro territorio mentale e psichico con l'obiettivo di recuperare quella dimensione spirituale e creativa che è patrimonio sacro di ogni essere umano. L'umanità sta vivendo una fase storica di rinnovamento spirituale. È un'epoca straordinaria e irripetibile, caratterizzata dalla trasformazione incessante dei paradigmi e da una continua accelerazione in ogni campo del sapere. Mai come di questi tempi è vero il detto: La verità di oggi è l'errore di domani. Una dopo l'altra vediamo sgretolarsi le certezze esistenziali, sociali e materiali su cui avevamo illusoriamente basato il nostro progetto di vita. Quel progetto in realtà non ci apparteneva, era soltanto l'ingannevole proiezione del nostro io piccolo. Ora abbiamo finalmente la possibilità di sbarazzarcene e aprire le nostre esistenze a nuove e più elevate prospettive. Quest'epoca di caos e confusione ci offre l'opportunità di accantonare una volta per tutte il passato e iniziare a scrutare il futuro con fiducia per scoprire chi siamo veramente.

Non avremmo mai pensato che, a distanza di quasi nove anni, queste parole sarebbero state ancora più brucianti nella veridicità della loro portata. Né ci saremmo immaginati di doverle rispolverare in un contesto dai toni apocalittici come quello che l'emergenza mondiale da diffusione del COVID-19 sta creando.

Nell'arco di pochi, pochissimi giorni, un virus (ossia una particella infettiva di dimensioni submicroscopiche) ha messo in ginocchio colui che si credeva padrone del mondo: l'uomo. E dunque l'uomo, con il suo bagaglio di inamovibili certezze, con la sua boria, la sua presunzione di potere e di controllo sul micro e sul macrocosmo, adesso vede e vive lo sgretolarsi di ogni certezza e di ogni abitudine o stile di vita consolidato. Alla boria si sostituisce la paura, la presunzione fa spazio alla ricerca di un capro espiatorio, di una colpa da assegnare.

La storia di ieri sembra ripetersi anche oggi, insorge dai libri di storia per innestarsi nel quotidiano. E a colui che ha la mente sveglia e il cuore aperto non possono che echeggiare le parole di Albert Einstein: «La follia sta nel fare sempre la stessa cosa aspettandosi risultati diversi».

Consapevoli di queste parole di zio Albert, il nostro lavoro editoriale ha cercato di muoversi, negli anni, proprio alla ricerca di strade diverse, ancora non battute, dalla direzione incerta e dagli esiti non scontati. Per non ricadere negli stessi errori, per scoprire luoghi nuovi, per procedere e progredire nell'evoluzione del genere umano. Per questa ragione riteniamo che ogni evento o circostanza che ci impedisce di continuare sul sentiero battuto è in realtà l'occasione propizia per cambiare e sperimentare nuove strade. E il cambiamento è vita.

Abbiamo sempre auspicato il cambiamento interiore nelle persone come premessa per un cambiamento esteriore di più ampia portata. Quanto sta accadendo sull'intero pianeta potrebbe essere il segno che una massa critica di persone si è finalmente risvegliata alla comprensione che la strada su cui si trova non l'ha portata – né la porterà – da nessuna parte. E che dunque è giunto il momento di cambiarla.

Il crollo di un sistema economico-sociale – al pari del crollo di qualsiasi altra cosa – è in sé la prova che quel sistema non funziona (altrimenti avrebbe resistito) e il suo soccombere non è che l'ulteriore prova del principio di selezione naturale darwiniano (che in realtà include un ambito molto più ampio del semplice genere umano).

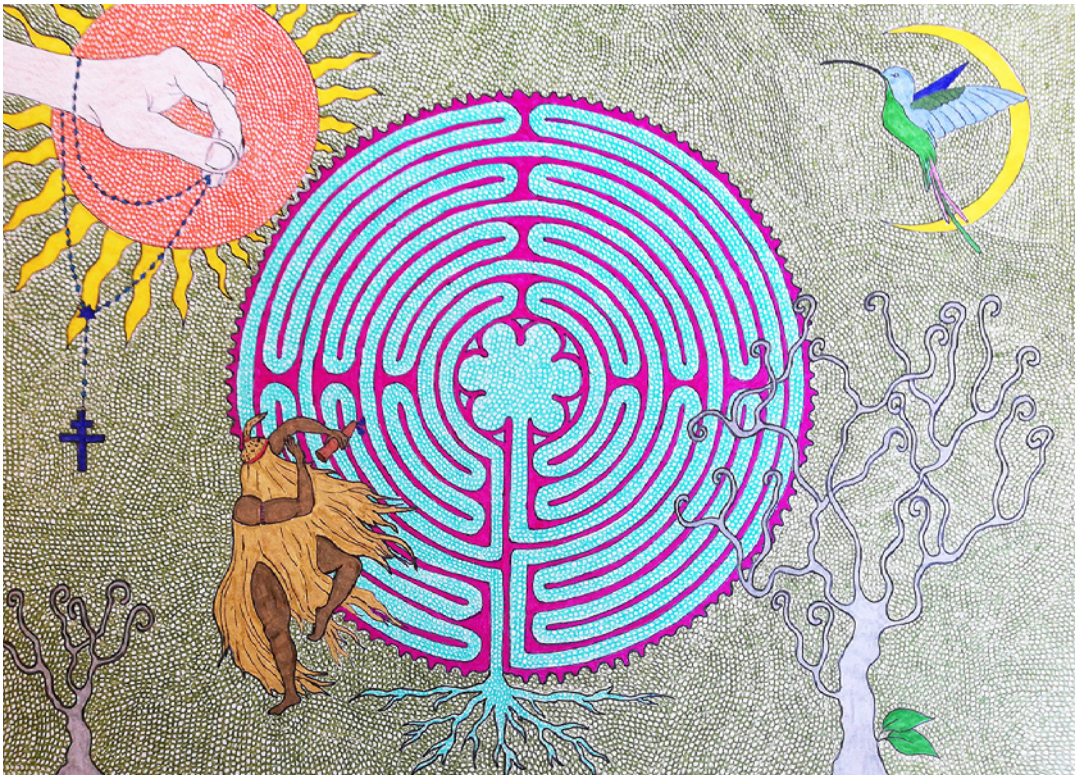
Può dunque darsi che questa crisi sia realmente il preludio per l'arrivo della Nuova Era agognata e profetizzata da tanti.

Ogni trasformazione deve passare per grossi sconvolgimenti interiori ed esteriori, per accedere al paradiso bisogna transitare e sopravvivere all'inferno, per consentire l'evoluzione occorre accettare la perdita di tutto ciò che non avrebbe la forza di perdurare. Siamo quindi in un momento tanto difficile quanto cruciale per decidere – singolarmente e come comunità di anime incarnate – che direzione prendere: insistere caparbiamente su un sentiero che all'evidenza ci fa girare in tondo senza portarci da nessuna parte e al tempo stesso ci sfianca e consuma mettendo a rischio la nostra stessa sopravvivenza, oppure tentare una strada nuova?

Sono la logica e il buonsenso, prima di ogni altra cosa, a rispondere a questa domanda.

Dopo cinque anni di "dormienza" e forse non a caso dopo esserci occupati di uno dei grandi temi dell'esistenza – l'Aldilà – abbiamo deciso di pubblicare un nuovo numero della rivista *Oltre***confine** interamente dedicato alla Libertà.

Alla Libertà e non alla Speranza, alla Luce, al Risveglio, alla Guarigione o



Giacomo Belcari, *O Rei da Terra*

a uno qualunque degli altri grandi temi che in questo momento potrebbero sembrare più appropriati.

La Libertà è quella dimensione dell'Anima che include e trascende sia la vita che la morte. È la scintilla dell'Essere, ciò che rende umano l'uomo e lo innalza alla sua dimensione divina.

La Libertà è stata – ed è tutt'ora – la spinta evolutiva del genere umano. I momenti fondamentali della nostra storia sono contraddistinti dall'azione umana volta a difendere, ottenere, incrementare e sostenere la Libertà.

Privato della Libertà, l'uomo perde la sua umanità e diviene un guscio vuoto, come tale inutile all'evoluzione e perciò destinato a sparire. Privato della sua Libertà, l'essere umano decade allo stato di automa: un destino ben peggiore della morte, della malattia e di tutte le terribili sciagure che potremmo immaginare.

È dunque fondamentale, in questo momento, avere cura della Libertà. È imprescindibile per la salvezza dell'essere umano come tale. Le circostanze attuali ci costringono a sperimentare una forte limitazione di alcune nostre libertà: alcune comprensibili, altre no; alcune condivisibili, altre no. Ma non è questo il punto. Ancora una volta il punto è l'occasione che ci viene offerta.

L'evidente limitazione di alcune libertà personali che fino a ieri davamo per scontate e l'improvviso rallentamento del mondo sono un invito a una riflessione mossa non più dall'esercizio intellettuale o metafisico, bensì dalla sperimentazione diretta.

Cosa prova l'uomo quando sente – non pensa, ma *sente* – messe in pericolo le proprie libertà fondamentali? Come reagisce? Che riflessioni e risultati produce?

Oggi più che mai è davvero importante riflettere sul tema della Libertà, sul suo senso profondo e sulla sua importanza, perché le riflessioni di oggi hanno un'autenticità e un'urgenza che il mondo occidentale non sperimentava da tanto tempo.

Un'iniezione vivificante, un grido di richiamo all'umanità dell'uomo affinché non dimentichi ma apprenda, affinché non fugga ma trovi in sé il coraggio e la forza per affrontare ogni avversità, affinché non si chiuda in un isolamento mortifero ma torni a condividere pensieri, emozioni, soluzioni che nutrano l'Albero della Vita Universale.

Materiale di riflessione, dunque, sul quale ciascuno può vivificare e ossigenare il suo pensare e il suo sentire, che sia d'accordo o meno, in modo da espandere la propria consapevolezza della realtà. E risuonare alla vibrazione del trittico dell'umanità libera e realizzata: *libertà – equilibrio – armonia*.

Questo numero può essere immaginato come il memoriale di un'apocalisse, in cui tanti autori e ricercatori offrono le loro riflessioni sulla Libertà da punti di vista e prospettive anche molto diverse. A dare forma alle diverse anime e voci che albergano nella comunità spirituale e probabilmente anche in noi stessi… Una pluralità e molteplicità di pensiero e visione che è l'unica garanzia di libertà del singolo e della collettività e l'unica linfa vitale dell'evoluzione umana. Il memoriale dell'ultimo momento nell'utero, quel momento di fine che precede la nascita alla nuova vita.

Ci sono articoli più "politici", ossia più legati alle vicende contingenti dell'emergenza, alcuni più rabbiosi e altri più mistici o filosofici, e riflessioni che spaziano invece su tematiche più strettamente "spirituali" e che toccano argomenti essenziali quali l'alimentazione, la meditazione, la creatività. Un vero caleidoscopio che rimanda alla meravigliosa varietà dentro e fuori di noi.

Ci sarà anche una Piccola Antologia della Libertà che raccoglie brani, poesie, citazioni e opere d'arte in grado di aprirci nuovi varchi nell'esplorazione della Libertà interiore ed esteriore.

Ringraziamo tutti gli amici e i compagni di viaggio, vecchi e nuovi, che hanno risposto alla nostra chiamata e hanno accettato di dare il loro prezioso con-

tributo. Esiste una comunità transpersonale di anime, piccola nei numeri ma vigorosa negli intenti, che non ha intenzione di arretrare nella missione di dar voce all'essenza più alta e all'espressione più nobile dell'Uomo: la Libertà.

E anche se ora siamo isolati e non ci possiamo abbracciare, mai come adesso possiamo sentire di essere uniti da un filo conduttore potente (invisibile alla scienza) che ci ricorda con un sussurro che siamo zampilli di un'unica Fonte d'Amore, destinati a stare e a crescere insieme, qualunque sia lo scenario che si presenterà nel prossimo futuro. Se ci sarà da navigare in acque oscure, impareremo a farlo insieme. E quando sarà il momento di onorare il Divino e celebrare la Vita (e questo momento è sempre e ovunque) lo faremo e continueremo a farlo danzando insieme sotto il Sole.

Non sappiamo quanto questa situazione di emergenza durerà, ma vogliamo concludere con un aneddoto che ci ha raccontato una cara amica e che ci è sembrato di buon auspicio. Mentre passeggiava per un quartiere della capitale andando a fare la spesa, mantenendo il metro di distanza dalle persone corazzate di mascherina che incontrava sul suo cammino, ha notato degli improvvisi e rapidi movimenti di diversi cittadini che, senza rendersene conto, hanno improvvisato un assembramento involontario. Si è avvicinata anche lei, per capire cosa stesse succedendo. C'erano uomini e donne, molti anziani, e guardavano tutti un pappagallino verde, ferito, che arrancava sul marciapiede. In un attimo la situazione è stata affrontata e risolta. Come? Con il buonsenso e l'amore. C'è chi ha tenuto a bada i cani che ambivano alla loro preda inaspettata, chi ha trovato un rifugio di cartone per la bestiolina, mentre tutti si confrontavano tra loro sulle modalità più efficaci per salvare quella piccola vita. E l'hanno fatto, velocemente e con semplicità. Forse hanno contravvenuto a un'ordinanza governativa, ma hanno realmente, tutti insieme e in armonia, contribuito a salvare una vita.

Rendiamo onore a quel pappagallino verde e onoriamo la Vita che trova sempre la strada per andare oltre.

Spazio Interiore
Roma, 26 marzo 2020

LIBERTÀ

di Selene Calloni Williams

La libertà è il valore più grande che dobbiamo perseguire in questa nostra civiltà che l'ha nascosta o perduta.

Tutti i grandi obiettivi ai quali tendiamo sono corollari, conseguenze della libertà. La salute è una funzione della libertà. La mente può dimostrare tutto e il contrario di tutto simultaneamente. Tempo fa è scattata una campagna d'informazione volta a spiegare ai consumatori che l'acqua in bottiglia non è tanto migliore dell'acqua del rubinetto e che il suo consumo contribuisce a danneggiare l'ambiente poiché, richiedendo trasporti su strada a volte anche molto lunghi, aumenta il tasso di inquinamento ambientale. Più di recente ho letto in un articolo che il 5% dei casi di tumore alla vescica in Europa, uno su venti, sarebbe collegato a prodotti chimici presenti nell'acqua di rubinetto, per un totale di 6.561 casi l'anno in 26 paesi del continente. Non voglio dire che le due notizie siano connesse tra loro, ma certamente le persone possono venire disorientate da notizie apparentemente contrastanti, e il sospetto che l'informazione, e persino la ricerca scientifica, siano manovrate dagli interessi delle aziende produttrici finisce per insinuarsi tra la popolazione.

Libertà è anche capacità di ascoltarsi al di là di tutti i condizionamenti e le paure ingenerate dal brusio del mondo, libertà è libero ascolto di se stessi, del proprio corpo e della possibilità di sapere cosa è giusto e cosa non lo è per la propria vita, non perché si è convinti da una teoria, ma perché si è in grado di ascoltare i segnali che provengono da dentro.

In una società desacralizzata, la formazione è trasferimento di informazioni, teorie e sviluppo di abilità logiche volte a manipolare e a creare nuove teorie. Le teorie ci rendono vittime prima ancora di essere messe in pratica, esse rappresentano una mappa mentale che non è mai il vero territorio e, ancora una volta, il sospetto che dietro le teorie, anche quelle apparentemente più progressiste, vi sia la caccia al profitto è molto alto.

Libertà è libertà dalle teorie e quindi dalla mente ordinaria, che è il luogo delle teorie. Libertà è capacità di scegliere nell'unione di ragione e cuore, con una mente ampliata che sia in grado di funzionare non solo su basi logico-ra-

zionali, ma anche mitico-poetiche, capace di vibrare in sintonia con la poiesi della vita e con la bellezza della natura.

Una terapia desacralizzata rende il corpo mero organismo. La materia è possibilità, non sostanza oggettiva; per gli sciamani gli organi sono antenati, per gli animisti sono spiriti, per dirla con C.G. Jung sono dèi, dee, e tali sono i loro gesti, le loro azioni: divine.

In una società desacralizzata l'organismo è un insieme di oggetti materiali: il cuore non è possibilità di amare, il cervello non è disponibilità di conoscere, l'intestino non è capacità di provare emozioni, i polmoni non sono capacità di relazione e scambio: sono tutti meri oggetti assoggettati alla mente che li analizza. La volontà di esercitare un controllo, un potere sulla natura da parte dell'uomo, a mezzo della mente, è il motivo per il quale egli trasforma il corpo in organismo e perde il senso della propria vera natura immortale.

Libertà è salute perché è vero ascolto, conoscenza del corpo, unione profonda con il corpo.

Libertà è abbondanza perché è autonomia decisionale senza insicurezze e paure.

Libertà è amore, è scelta di darsi.

Libertà è immortalità. È consapevolezza che passato e futuro non sono tempi cronologici, bensì possibilità della coscienza: il passato è la nostra possibilità di perdonare e pacificare, il futuro è la nostra possibilità di creare.

Siamo tanto più liberi di creare il nostro futuro quanto già abbiamo pacificato il nostro passato. Tutte le immagini, gli eventi del passato che non sono stati risolti, perdonati, ringraziati, benedetti, amati, in una parola "pacificati", tornano e ci costringono in una gabbia di ripetitività. Per essere liberi di co-creare il futuro bisogna aver pacificato il passato.

Co-creare e non creare; non esiste infatti creazione che non sia il prodotto dell'unione di due principi. Ogni creazione comporta una morte, che è un atto sacro, un atto d'amore attraverso il quale due opposti (il Padre e la Madre) si danno l'uno all'altro. Gli eventi - come gli organi - non sono meri accadimenti oggettivi, ma sono "enti", "entità", "spiriti", "dèi", "dee", "antenati", "numi".

L'essere umano co-crea insieme alla divinità la grande immagine della propria vita, della propria morte e del transito dalla morte alla successiva rinascita, non vi è un attimo in questa immagine che non sia sacro, che non porti in sé tutte le caratteristiche del divino. Perciò gli eventi sono sacri e vanno pacificati.

Pacificare gli spiriti è un'arte sciamanica importantissima, che nella nostra civiltà desacralizzata si è quasi del tutto perduta. Quasi del tutto non vuol dire del tutto. Alcuni la sanno ritrovare. Per costoro la vita si trasforma: da uno sforzo di resistere nella tempesta diviene la gioia di danzare nella pioggia.

Nel processo di co-creazione degli eventi è importante che tu sappia con chi ti sei unito, con chi stai scrivendo la tua storia. La civiltà sostituisce la presenza

divina, l'anima del mondo, il significato e la volontà naturale, con i propri valori, con falsi dèi, falsi miti, false credenze.

«La civiltà» diceva il poeta Ungaretti «è un atto di prepotenza nei confronti della natura, è un atto contro natura» (puoi ascoltare su YouTube l'intervista di Pasolini a Ungaretti, *Che cos'è la normalità*).

Libertà non è fare ciò che si vuole, ma vivere nelle leggi della bellezza, in armonia con la natura che della bellezza è espressione.

La bellezza è la forma sotto cui l'amore si rende manifesto in natura e, infatti, in natura tutto è bellezza poiché tutto è sacro, tutto incessantemente si dà, tutto è evanescente. L'impermanenza è la componente fondamentale della bellezza. Un fiore è bello proprio perché è evanescente, se pensi a un fiore imperituro, è un fiore di plastica, non è più così bello come un fiore naturale.

Il darsi, che è la manifestazione del *sacrum facere*, è l'essenza dell'amore.

Immortalità è abilità di svanire, di finire, di darsi. Questa capacità, infatti, ci preserva dalla paura che genera ignoranza. La paura è uno spasmo che contrae i sensi, li chiude, e impedisce di percepire oltre la soglia del visibile. La paura interrompe la continuità della consapevolezza nel grande ciclo visibile-invisibile, vita-morte-vita perché chiude la capacità di vera visione, percezione e comprensione.

Morte e vita sono, in verità, simultanee, sono stati della coscienza. Tutto accade adesso, tutto accade proprio adesso.

Il tempo lineare è un'invenzione della mente che vuole esercitare il proprio potere sugli eventi e pretende di inserirli nel binario del prima e del dopo, della logica meccanicistica della causa e dell'effetto, così da illudersi di poter prevedere, calcolare, misurare, in una parola "governare" l'esistenza.

La paura è la barriera che previene la possibilità di essere in contatto con l'invisibile, di sentire che vita e morte sono simultanee, di essere immortali, di vedere gli eventi come spiriti, dèi, dee, di percepire il passato come divino che chiede di essere riconosciuto e il futuro come divino che chiede di essere desiderato, amato.

Nell'età dell'oro - che è uno stato di coscienza - gli esseri umani, come ci dice il poeta greco Esiodo, non conoscono vecchiaia, malattia, dolore, vivono vite lunghissime al termine delle quali non muoiono, ma si addormentano, divenendo *daimones*, spiriti guida dei viventi.

Essere consapevole nel sonno, come nella morte, è ciò che unisce la veglia al sogno e dà continuità all'esistenza nella sua manifestazione, che è amore.

L'amore comporta il numero due, bisogna essere in due per amare, ma questo non è il due della matematica desacralizzata - che si fonda sul mito sociale, artificiale della contabilità - è un due in uno, in cui i due termini sono distinti ma non separati poiché l'amore li rende inseparabili. L'unione erotica procre-

ativa è il simbolo che in tutte le tradizioni spirituali del mondo viene utilizzato per designare questo: Shiva e la sua Parvati, la Shakti divina, il Vajradara, il Buddha, come riconosciuto nel buddhismo esoterico, sempre raffigurato nell'unione erotica con la propria compagna, Salomone e la sua sposa ne *Il Cantico dei cantici*, il Cristo e la Sophia, Maddalena e Gesù, perfino nell'islam poeti come Rumi, Hakmed bin Haluan, hanno cantato l'amore passionale, quasi carnale dell'uomo con il divino, a testimonianza del due in uno, lo stato di coscienza non-duale, come suprema forma di illuminazione e libertà.

La libertà è amore, è darsi.

La non-dualità comporta il numero tre, che è ancora un tre non contabile, poiché è un tre in uno, è una trinità. I tre elementi sono umano, divino e la loro incessante creazione: gli eventi, le immagini, le impressioni. Prime fra tutte l'impressione di nascere e quella di morire.

L'impressione di nascere richiede l'immagine di una madre e di un padre, le quali esigono una stirpe, un pianeta, una terra su cui appoggiarsi, una natura da cui trarre nutrimento, fede, gioia, un'epoca storica, che rappresenta uno stato della coscienza, e un mondo.

Così partendo dall'immagine di madre e di padre si crea la *Grande Imago*, l'immagine di una vita. E tutto accade in un attimo fuori dal tempo, tutto avviene al confine tra lo spazio e il nulla, tutto è sogno, immagine, apparizione. In quest'attimo la sola cosa che conta veramente è dire di sì e questo *Sì* richiede libertà e la libertà è amore.

Ma poiché la psiche porta con sé delle resistenze all'amore, allora quest'attimo diviene tempo cronologico, la vita e la morte si separano, e il dolore, la fatica compaiono nell'immagine.

Tutti conoscono la favola di Amore e Psiche. Quando Psiche si separa da Amore entra nel buio dell'esistenza mondana, lascia il castello del suo amante divino per entrare nella fatica e nella pesantezza della separazione. Una vita molto dura è quella di Psiche, fino a che non ritrova Amore.

Questa separazione risulta necessaria affinché Psiche cresca, maturi, diventi consapevole della sua immensa fortuna, il privilegio meraviglioso di essere incondizionatamente amata.

La consapevolezza è ciò che dobbiamo conquistare lungo il cammino.

La libertà è consapevolezza.

L'immortalità è consapevolezza.

La consapevolezza è la vittoria sulla paura.

L'amore può vincere la paura, l'amore può vincere la morte.

Per ritrovare Amore, Psiche deve amare. La dimensione mondana, la cosiddetta civiltà, però, cerca sempre di attrarre Psiche verso l'illusione del potere. La civiltà è l'atto del tentativo di potere dell'uomo sulla natura.

Si può essere nel mondo senza essere del mondo, e questo è bellissimo, questa è la libertà!

Ricorda: in virtù del fatto che sei incondizionatamente amato, la libertà è sempre con te, e con essa vi è la salute, la conoscenza, l'informazione, l'abbondanza e ogni altro obiettivo al quale tu aneli. Devi riconoscerla, come un fiore riconosce la luce del sole, come una lucciola riconosce il buio, come un cuore riconosce il sangue, devi assorbirla e celebrarla, respirarla, magnificarla e pomparla nell'anima del mondo affinché la natura ti riconosca come il suo sacerdote e ti doni le chiavi dei suoi segreti, allora conoscerai.

La libertà è conoscenza.

Ci sono due forme di conoscenza, quella che si acquisisce a mezzo dello sforzo cognitivo e quella che ci viene ispirata dagli "dèi", le "idee" naturali. La parola *eidola* in greco antico significava "immagini", le idee sono innanzitutto immagini, non possiamo avere l'idea di qualcosa, se prima non abbiamo l'immagine di quella cosa, ma per i greci gli *eidola* erano immagini simulacro di dèi e dee, le immagini sono dunque dèi, dee e idee insieme.

Chi ti suggerisce le idee, chi ti guida alla conoscenza, chi scrive la tua storia insieme a te, chi è il co-creatore della tua grande immagine che chiami la tua vita: il divino, l'anima del mondo, la natura, oppure la civiltà, la mente e ciò che da essa è conosciuto?

Chiamalo divino o spirito guida, se hai un atteggiamento spirituale, chiamalo anima o natura, se hai un atteggiamento naturalistico, di fatto è un principio che non è governabile dalla mente. Puoi negarlo, se vuoi, e cercare di dare alla tua mente un potere pressoché assoluto, allora diverrà la tua ombra, gli dèi diverranno demoni e sarai inseguito da orde di fantasmi adirati, *hungry ghosts* li chiamano i buddhisti, "spiriti famelici". Che cosa sono se non gli eventi del nostro passato non pacificati, perché vissuti alla luce della paura, dell'ansia, del controllo mentale?

Quando la mente imprigiona gli eventi nelle sue categorie di bene e male, vero e falso, giusto e sbagliato, respingendone alcuni e desiderandone altri, lo fa da una prospettiva assai ristretta. Non vede che gli eventi sono immagini, sono il divino, e tenta di controllarli. Gli eventi sono sempre una chiamata rivolta a Psiche affinché possa sciogliere le proprie resistenze all'amore.

Gli eventi sono mito, storie, sono poiesi.

Poiesi è creazione dell'anima, ma anche poesia. Gli eventi - tutti gli eventi, nessuno escluso - portano sempre in sé un nucleo drammatico, questo dramma non è dolore, è pathos, poesia, mito, serve all'anima per chiamarci al sacro, al darci, all'amore. È attraverso l'emozione che noi andiamo oltre la mente. Ma, nell'andare al di là dei bastioni mentali, nel mare aperto, non dobbiamo avere paura.

Se quando ci emozioniamo simultaneamente ci spaventiamo, allora entriamo nella mente per tentare di controllare l'esperienza. La mente travolta dall'emozione è pericolosa, perché calcola in modo deformato e produce pensieri aberranti che ingenerano comportamenti folli, è così che nascono l'odio, la cattiveria, la perversione.

Se stai nell'emozione senza paura, allora l'emozione semplicemente dissolve la mente e la ricrea. È una morte e rinascita. Ciò che muore è la mente ordinaria, condizionata, l'insieme della programmazione esercitata dalla civiltà, il conosciuto, ciò che si risveglia è una sovramente o supermente, un *overmind*, per usare un'espressione cara al grande yoghin Sri Aurobindo, una mente libera.

Per essere strumenti validi, l'Io – l'identità personale – e la mente devono morire e poi rinascere. La vera vita è la seconda, la vera nascita è la seconda, la vera madre è la seconda. La morte è la garanzia dell'esistenza dell'immortalità. Chi muore in vita rinasce libero. La morte non è il nemico della vita. Il nemico della vita è la paura e l'ignoranza che ne consegue.

C'è paura e paura, come c'è ignoranza e ignoranza.

La paura che è nemica della vita è l'altra faccia degli attaccamenti. Quando siamo talmente attaccati all'immagine di noi stessi, del nostro Io, come entità distinta e separata dal tutto, allora temiamo per la sua sorte e viviamo prigionieri della mente come in una fantasmatica armatura.

C'è poi una paura vitale, un panico che è pura forza, ma questo è il dio, è Pan. Questa paura è vibrazione, è energia, è voglia di volare, di amare, di darsi. È bisogno di aprirsi, di dire di sì, bisogno di esistere con più intensità, che viene represso dalla prudenza del mondo, da quel calcolo del vantaggio e dello svantaggio che opera la mente sulla base dei valori del mondo.

C'è l'ignoranza data dalla fuga nella conoscenza tecnico-strategica della mente, che nega il sacro, e c'è l'ignoranza come ingenuità, come sapere di non sapere, che apre tutte le porte della vera conoscenza.

Libertà è amore, salute, abbondanza, conoscenza, informazione, realizzazione, bellezza, gioia, immortalità.

Libertà è darsi senza paura agli eventi, è vivere con intensità, lucida consapevolezza, chiarezza di visione e illimitata passione, è assenza di paura (quella che nasce dagli attaccamenti e ingenera il bisogno di controllo), è coraggio di dialogare con l'invisibile, sensibilità di ascoltare il silenzio e di fare esperienza dell'ombra, che è l'altra faccia della luce. Libertà, infatti, non è illuminare ciò che la mente ritiene sia oscuro, ma è liberarsi dall'idea mentale che ciò che è luminoso tale invece non sia.

La libertà è la consapevolezza che vi sono false idee di cui liberarsi e che le vere idee non sono un prodotto della mente, un secreto del cervello, ma sono dèi, dee, numi e spiriti che ci amano.

La libertà è una scelta che mettiamo in ogni atto della nostra vita.

Quando sei in una relazione che non ti rende felice e non riesci a uscirne, dopo un po' diventa una scelta. Quando fai un lavoro che non ti piace e non riesci a lasciarlo, dopo un po' diventa una scelta. Tutte le nostre decisioni sono le une dentro le altre e tutte sono modellate sullo stampo di un'unica decisione: la scelta tra l'amore e il potere.

Vivi in un mondo che ha scelto il potere, ma tu puoi sempre scegliere l'amore e il dialogo.

Imparare ad amare gli eventi, a dialogare con essi, è l'arte sciamanica della pacificazione degli spiriti. L'evento è sempre foriero di emozione. La paura ti spinge a giudicare subito l'emozione, ad analizzare l'evento nel tentativo di controllarlo. Se invece riesci ad affrontare l'evento per prima cosa con il cuore, con l'amore, anziché con la mente, se lo approcci con un elevato quoziente di disponibilità, di libertà, allora riesci ad accogliere l'emozione, assorbirla, respirarla, celebrarla, dirle di sì, senza giudicarla, riuscendo a dialogare con essa, come fa il fiore con la luce del sole: «Grazie per essere qui, ti prego apri il mio sguardo, aiutami a vedere ciò che ancora non vedo, aiutami a fiorire!» Allora lo spirito ti accarezza. Poi arriva la mente, ma è una mente illuminata dall'amore, una supermente, che vede assai più in là, che conosce molto più in profondità.

Il modo in cui reagisci agli eventi è indotto dalla programmazione inconscia che il mondo esercita. Libertà è essere capaci di affrontare l'evento con totale disponibilità e apertura, senza modelli e filtri mentali. Poi l'evento t'aiuta, si unisce a te, diventa il tuo compagno, il tuo dolce amante, altrimenti si perturba, diventa un fantasma adirato, uno spirito famelico nei tuoi ricordi.

Pacificare gli eventi perturbati del passato ti aiuta a conquistare la libertà. È l'arte sciamanica più importante, un'arte magica e potente, fatta di luce di sole e di luna insieme, fatta di luce di lampo e di arcobaleno.

Tutto è dono in questo universo, e solo attraverso il dono possiamo ricevere. Per ricevere bisogna innanzitutto dare, darsi, amare.

~ **SELENE CALLONI WILLIAMS** ~ *www.imaginalacademy.com*

Scrittrice, viaggiatrice e documentarista, è autrice di numerosi libri e documentari su temi che spaziano dalla psicologia ed ecologia profonda allo sciamanismo, yoga, filosofia e antropologia. Allieva di James Hillman, è stata la prima a introdurre l'approccio immaginale nell'utilizzo del counseling transgenerazionale e delle costellazioni familiari. Con Spazio Interiore ha pubblicato nel 2016 *Psicogenealogia e costellazioni familiari ad approccio immaginale*.

LA LIBERTÀ ESISTE SOLO PER CHI NE È CONSAPEVOLE

di Corrado Malanga

Libertà è solo una parola, sul significato della quale sembra ci sia molta confusione.

Prima di definire il concetto di libertà dovremmo convenzionalmente metterci d'accordo su quelli che sono i parametri che servono a definire quel concetto e cioè lavorare sia sull'aspetto epistemologico che sull'attuale significato che si dà a un'idea che viene espressa dal "Verbo".

Il significato delle parole, infatti, appare *storicistico*, cioè mutevole con la storia e a seconda del luogo in cui esso è utilizzato. Il significato della parola va dunque contestualizzato in base a tre fondamentali requisiti: il *come*, il *dove* e il *quando*.

Libertà come, libertà dove, libertà quando.

Si scopre così che se il concetto di libertà risponde a queste tre semplici domande, che ne riflettono l'aspetto energetico (come), l'aspetto spaziale (dove) e l'aspetto temporale (quando) – che poi sono gli unici tre aspetti che definiscono totalmente l'universo in cui siamo immersi – ecco che ci rendiamo conto che il termine libertà viene assoggettato a dei limiti spaziali, temporali ed energetici.

Ci accorgiamo allora che per definire una parola che definisce un concetto che non sia astratto, dobbiamo inserirlo in un contesto di coordinate cartesiane. Tali coordinate ne determinano i limiti esistenziali al di fuori dei quali quel termine perde di significato e, con esso, tutto ciò che rappresenta.

Ora, se per definizione iniziale al contorno del nostro problema esiste l'assioma per cui la parola *libertà* rappresenta un concetto astratto, che si caratterizza per il fatto di descrivere qualcosa che non ha nessun limite, ecco che ci

Francesco Pipitone, illustrazione per *Il Mondo Felice*

rendiamo conto di non poter identificare la libertà nel nostro universo costituito da parametri che ne determinerebbero, in ogni caso, dei limiti.

La libertà dunque, qualsiasi cosa questa parola voglia indicare, descrive qualcosa che non è del nostro universo ma lo trascende: è cioè in qualche modo svincolata dalle sue regole. Se le cose stanno così la libertà è una parola che descrive un concetto che trascenderebbe l'universo se esso fosse illimitato fisicamente nello spazio, nel tempo o nei valori dell'energia. Questa riflessione porta a concludere che la libertà non sarebbe all'interno dell'universo perché esso la limiterebbe; non sarebbe nemmeno all'esterno di esso perché l'esterno non esiste e dunque non esisterebbe in nessuno spazio e in nessun tempo, né qui né altrove.

La fisica quantistica prevede che il nostro universo sia un sistema isolato termodinamicamente, cioè sia un posto (luogo di punti) che non scambia con l'esterno nessuna informazione. I sistemi isolati sono sistemi che per definizione non permettono il passaggio al loro esterno né di massa né di energia, mentre i sistemi chiusi permettono il passaggio solo di energia. Si capisce subito che un sistema isolato puro non può esistere perché esso avrebbe una barriera che lo dividerebbe e lo isolerebbe dal "fuori": ma siccome il fuori non esisterebbe, ecco che l'unico modo per costruire un universo isolato sarebbe quello di immaginarlo infinito. Un sistema infinitamente pieno dove il fuori, infinitamente vuoto (nullo), sarebbe l'unico sistema isolato esistente.

In questa sede vorrei ricordare che in fisica quantistica esiste un problema chiamato PIB e cioè *Particle In a Box* (problema della particella in una scatola). Se esiste una particella subatomica chiusa in una scatola le cui pareti sono infinitamente alte (potenziale infinito), ecco che possiamo verificare come i differenti livelli energetici della particella sono quantizzati; ma possiamo anche verificare che essi abbassano la loro energia quando la lunghez-

za della scatola aumenta. Cioè, in altre parole, quando la scatola assume una lunghezza infinita, allora e solo allora, le pareti della scatola non esistono più e la particella potrebbe uscire dalla scatola. Purtroppo però, quando la scatola ha raggiunto lunghezza infinita, non esiste più il fuori ma esiste solo il dentro della suddetta scatola.

Ecco: l'universo è come una scatola. Si potrebbe uscire da esso solo se fosse infinito, ma allora uscire dall'universo non porterebbe da nessuna parte. Il non poter uscire dall'universo sarebbe da identificarsi come una limitazione e, per definizione, la libertà non può avere limiti. La libertà non troverebbe spazio nell'universo né se esso fosse finito né se fosse infinito.

Dunque un concetto espresso da una parola che non trova posto nell'universo non potrà nemmeno essere collocato fuori, cioè sarà identificato semplicemente con l'aggettivo *inesistente*. Ma qui sorge purtroppo un altro problema perché se le cose stessero così potremmo concludere semplicemente che la libertà non esiste e dunque non aggiungere altro.

Secondo l'articolo dal titolo *"Libertà" senza significato? Concetti astratti, cognizione e determinismo linguistico* di Sara Dellantonio e Luigi Pastore,[1] il concetto di "libertà" descrive uno dei valori fondamentali della società occidentale contemporanea. Tuttavia, sebbene tutti concordino circa la necessità di difendere la libertà, persone che incarnano convinzioni politiche, morali e sociali diverse tra loro interpretano la libertà in maniere differenti, se non perfino contrapposte. Nonostante queste evidenti divergenze, è opinione diffusa che questo concetto si caratterizzi alla sua base per una sorta di denominatore comune, a proposito del quale sussiste un'unanimità pervasiva e che delinea l'orizzonte di una comune battaglia. Tale studio investiga questa opinione da un punto di vista cognitivo allo scopo di determinare come sia costituito e di quale informazione si componga il concetto astratto di "libertà". La ricerca di questi autori identifica un nucleo cognitivo comune concreto del concetto e chiarisce come questo si contamini ideologicamente nel corso del suo sviluppo da concreto e solido a concetto astratto.

Le conclusioni di questo studio evidenziano come il nucleo universale del concetto sia eccessivamente indeterminato per costituire un denominatore comune politicamente rilevante che fornisca una base di accordo a proposito di un valore condiviso, ed evidenzia alcuni limiti di questo approccio solamente linguistico.

Il nostro approccio al problema cerca invece di bypassare le difficoltà linguistiche prendendo comunque spunto da esse per ottenere un risultato che

1. S. Dellantonio e L. Pastore, *"Libertà" senza significato? Concetti astratti, cognizione e determinismo linguistico*, in *Rivista internazionale di Filosofia e Psicologia*, vol. 2 (2011), n. 2, pp. 164-186.

soddisfi tutte le modellistiche di pensiero attuali. La geometria è una grande maestra e la fisica quantistica ne è l'espressione più alta.

Se il termine *libertà* non può descrivere nulla che sta dentro il nostro universo, esso non può descrivere nemmeno nulla che abiti fuori da esso e dunque il termine stesso, essendo privo di significato, non può che descrivere qualcosa senza significato. E qui saremmo a un punto morto a meno di non considerare il termine *libertà* come il descrittore di qualcosa non di tangibile ma di astratto, cosa che collocherebbe questo concetto non nell'ambito del virtuale ma comunque nel campo del reale.

In altre parole quando si parla di astratto non si parla di inesistente, ma semplicemente di qualcosa di cui non possiamo stabilire un punto di applicazione (così direbbero i fisici). Ma se linguisticamente il termine *astratto* continua ad avere una collocazione, da un punto di vista fisico esso non appare, non è misurabile, è sfuggente, e non si ha mai la certezza che esso possa esistere, a meno di non misurare qualche suo effetto su altri parametri.

Il concetto di campo di forza è assolutamente astratto secondo la fisica di Feynman, ma se elimini il campo di forze ti accorgi che la realtà muta. La libertà sarebbe paragonabile a un fotone: tutti ne parlano, tutti sanno come è fatto ma nessuno lo ha mai visto, se non per gli effetti secondari che produce sull'universo intero. Così il fotone non viene definito per quello che è, ma per il cosa la sua esistenza comporta. Se i fotoni non esistessero non ci sarebbe l'universo, ed ecco che ci si accorge che il fotone è qualcosa di non tangibile ma la cui assenza provoca effetti devastanti.

Così, se a un individuo togli la libertà ecco che esso si accorge che qualcosa, nel suo intorno, viene drasticamente mutato.

Da un punto di vista fisico dunque la libertà esiste perché la sua assenza produce modifiche dei parametri spazio-temporali: ma saperla collocare, dargli un punto di applicazione, identificarla con un colore, un sapore (come si fa persino con i quark, le note particelle subatomiche che costruiscono neutroni e protoni) o una qualsiasi sensazione diviene impossibile, a meno di non soggettivare tali sensazioni.

Ognuno ha un concetto di libertà tutto suo ma nessuno può mettersi d'accordo su una visione comune.

Ciò non deve stupire poiché se la libertà rappresentasse l'idea di assenza di regole, tutto questo potrebbe essere interpretato come presenza di tutte le regole assieme, permettendo a ognuno di noi di usare una regola a piacere per definirne il concetto. In effetti tutto ciò non è affatto un controsenso ma finirebbe per identificare il concetto di libertà come un qualcosa che ognuno determina liberamente come gli pare. Il concetto di libertà non si potrebbe pertanto mai identificare con una definizione, dato che esso conterrebbe nello

stesso momento la definizione di non identificabile; del resto, non appena esso viene identificato, viene delimitato dalla sua stessa definizione e in quell'istante la libertà scompare.

La ricerca della libertà quindi comporta le stesse difficoltà che avrebbe il fisico Heisenberg nel determinare la posizione di un fotone: anche se si sa che si trova da qualche parte, la fisica pensa che una delle principali caratteristiche del fotone sia proprio che la sua stessa natura limita la sua definizione e quindi se si cerca di identificare una delle sue caratteristiche ecco che le altre non possono essere identificate. Se lo definisci, esso smette di essere tale e si trasforma in un altro oggetto.

Allo stesso modo, nell'istante in cui qualcuno riuscisse a definire la libertà, ecco che essa gli evaporerebbe tra le mani.

Siccome la natura elusiva del fotone e dell'idea di libertà sembrano avere comportamenti comuni, per comprenderne la natura ci dobbiamo chiedere come il primo si comporti e a quel punto avremo compreso anche la natura della seconda.

La libertà non ha limitazioni ma è la nostra consapevolezza di essa che ce la fa vedere in modo offuscato, così come da un attento esame della letteratura scientifica si potrebbe evincere che non esiste nessun principio di indeterminazione di Heisenberg ma solo una limitazione cognitiva del modello matematico che la descrive.

Studiare il fotone per capire la libertà può essere un approccio nuovo che nessuno ha mai sottolineato e oggi sta a noi proporre questa strada.

La fisica moderna, con la sua teoria dello Zero Point Energy (ZPE), non prevede l'esistenza di un principio di indeterminazione, peraltro frutto di un premio Nobel dato al fisico Heisenberg. In parole povere Heisenberg sostiene con le sue ricerche, erroneamente appellate come "principio", che se si cerca di trovare l'energia di un fotone si faranno grossi errori nel determinarne la sua posizione temporale e *viceversa*. Nella teoria dello ZPE si sostiene che il concetto di vuoto e di pieno sono la stessa cosa.

In un punto dell'universo dove non c'è niente, non appare niente perché niente esiste? Oppure in quel punto esistono tutto e il contrario di tutto che si annichiliscono a vicenda, con lo stesso risultato finale? Se è vera la seconda ipotesi, in quel punto perfettamente identificato, l'energia ha un valore calcolabile facilmente – cioè zero – e dunque il principio di indeterminazione sarebbe stato superato.

La teoria dello ZPE racchiude in sé il concetto di inesistenza dell'aspetto duale dell'universo: infatti dire pieno e dire vuoto è la stessa cosa. La dualità sarebbe un'idea che la nostra consapevolezza avrebbe del mondo che la circonda. Pertanto l'universo apparirebbe duale solo perché noi stessi crediamo che lo sia.

Noi dunque percepiremmo l'universo non come esso è ma come noi crediamo che debba essere.

Del resto, la teoria dell'universo olografico di Bohm (fisico) e Pribram (neurofisiologo) sottolinea proprio quest'intrigante aspetto della questione. Noi dunque saremmo portati a credere che esiste un'indeterminazione non perché esiste realmente ma perché essa rappresenterebbe la limitazione della nostra consapevolezza a comprenderne l'inesistenza. Inoltre la moderna fisica quantistica (interpretazione di Winberg) sostiene che esista un'interazione tra l'universo osservabile e l'osservatore stesso, e questa interazione provocherebbe una sorta di "effetto Larsen" tra osservatore e osservabile. Tale interazione darebbe all'osservatore una visione distorta dell'osservabile stesso. Ciò sostanzialmente perché il circuito di informazioni tra analizzatore e analizzato si chiuderebbe mandando in risonanza tutto il sistema, che oscillerebbe tra due valori limite non permettendo di ottenere un unico valore di un'unica variabile in quell'unico momento.

In elettronica ciò accade quando la parte immaginaria del circuito elettrico diviene eguale alla parte reale. Un microfono di fronte a un altoparlante a cui è collegato, va in risonanza e trasmette solo un fischio acuto. Questo aspetto della questione prevede soprattutto che l'osservatore sia anche il creatore della realtà che lo circonda e questo aspetto della fisica contemporanea viene messo in evidenza da molteplici lavori scientifici recentemente pubblicati su riviste internazionali.

Noi dunque saremmo i creatori inconsapevoli dell'universo e questa inconsapevolezza darebbe vita al principio di indeterminazione come manifestazione volta a farci comprendere il grado di incertezza che abbiamo della nostra stessa creazione.

L'indeterminazione sarebbe quindi il simbolo della non comprensione che l'universo non è duale, anche se ci appare tale. Così il fisico poco consapevole di sé non crederebbe all'esistenza dell'antifotone solo perché esso rappresenterebbe la prova che il duale e il primale sono esattamente la stessa cosa, vissuta a due livelli di consapevolezza differenti. Il fotone e l'antifotone si interconvertirebbero l'uno nell'altro facendo collassare la doppia visione della realtà in un'unica apparente realtà ma costituita da due estremi in rapida risonanza tra loro.

In una più ampia accezione, noi che siamo i creatori del nostro universo creeremmo la manifestazione, che dunque è la rappresentazione di noi stessi. Noi ci manifesteremmo attraverso la manifestazione da noi creata e che sarebbe, ancora una volta, una proiezione sempre di noi stessi. Non potremmo definire correttamente il fotone perché tra esso e noi ci sarebbe il limite della nostra consapevolezza. Ma se così fosse noi saremmo ciò che creiamo quale semplice nostra inconsapevole manifestazione.

Così come per il fotone, questo concetto può essere agganciato al concetto di libertà.

Noi non potremmo identificare il concetto di libertà perché già il tentativo di descriverla ci porterebbe di fronte a uno specchio nel quale riflessi ci saremmo di nuovo noi. Da questo osservatorio vedremmo noi stessi estroiettati fuori da noi e la mancanza totale di consapevolezza, che distingue la razza umana, ci farebbe vedere quella cosa confusa, che a noi apparirebbe tale solo per inconsapevolezza: e quella cosa confusa saremmo proprio noi stessi.

Noi stessi – cioè la nostra coscienza – è ciò che sta dietro al concetto di libertà: un tutto e un nulla contemporaneamente, come duale e primale, come onda e particella, come vuoto e pieno, come tutto e nulla assieme, cioè come libertà assoluta.

Si comprende ora che la coscienza è la libertà di scegliere come apparire a se stessa.

Questo concetto prevede che la persona libera sia anche cosciente di sé.

Tale coscienza prevede l'assunzione di comportamenti specifici caratterizzati da assenza di dualità.

Colui che è libero non conosce compromessi, non può essere categorizzabile e quindi non può appartenere a nessuna religione, nessun partito politico, nessun movimento di alcun tipo. Non usa ragionamenti convergenti o divergenti ma tutti e due allo stesso momento; non ha interesse a giudicare nessuno o a sentenziare le sue opinioni; non ha alcuna necessità di dire alla gente cosa pensa di questo o quell'evento.

La persona libera è sostanzialmente libera dai vincoli che la sua consapevolezza incompleta gli proponeva ogni attimo della vita. Come sostiene Umberto Galimberti, *l'individuo libero non possiede identità*. Galimberti infatti sostiene che l'identità non è qualcosa che il singolo si dà da solo ma è qualcosa che la società gli incolla addosso: tu sei quello che gli altri ti dicono di essere, tu reciti un ruolo che la società ti affida e, quasi sempre, questo non è quello che volevi ma quello che gli altri ti impongono di recitare.

Così quando la società ti fa diventare professore universitario ecco che tu, il giorno dopo che hai vinto il concorso, cambierai comportamento e comincerai a recitare il tuo nuovo personaggio. Tu non sei libero di manifestarti, ma reciti il personaggio che la società ti chiede di essere.

L'unico modo per essere libero è dunque non avere ruoli e quindi perdere l'identità.

Dietro a questo aspetto esiste ancora una volta il concetto di primale e duale che deve essere ulteriormente chiarito.

L'unico modo di essere veramente chi sei è quello di riconoscerti nell'unica cosa che realmente esiste: il Tutto.

Quando l'individuo comprende di essere tutto acquisisce la sua vera iden-

tità di creatore e rifiuta l'identità che la società gli affida. Innanzitutto io non sono quello che faccio ma sono di più. Io non sono un panettiere, un idraulico, un professore universitario, un maestro: io sono e basta. Quella è l'unica identità che esiste, ed è nel riconoscersi in essa che noi acquisiamo la libertà. Ma nell'istante in cui acquisiamo tale libertà usciamo dalla società intesa come gruppo chiuso di soggetti caratterizzati da un comportamento comunemente e tacitamente accettato: quello di avere un ruolo che altri ti hanno affidato e che devi recitare per tutta l'esistenza terrena.

La libertà si acquisisce solo se non hai un'identità in questa società ma sei l'unica identità che esiste, quella della coscienza, che ti permetterà di recitare nella commedia della vita duale il ruolo che TU ti vuoi dare e non quello che ti dà il Regista.

In realtà non è corretto dire che la libertà si acquisisce poiché essa non si ha, ma si è. In effetti tutti noi siamo liberi ma, non sapendo di esserlo (consapevolezza), crediamo di non esserlo. Ci si accorge che siamo liberi solo se abbiamo il coraggio di esserlo attraverso le azioni di tutti i giorni.

La libertà si esercita con l'essere: e l'essere si esprime esperienzialmente con il fare.

Tutto questo porta l'uomo a credere che l'essere liberi si esprima contestando il potere attraverso il fare la rivoluzione. La contestazione non è la rappresentazione dell'esercizio democratico della libertà, perché essa sarebbe interpretabile in modo duale. Contestare qualcuno o qualcosa obbligando l'altro a comportarsi di conseguenza genera un'incongruenza, cioè che non si riconosca nell'altro la parte di noi che ha una consapevolezza differente dalla nostra. Sarebbe come se io volessi costringere il mio braccio a piegarsi in modo opposto a quello proposto dal mio gomito.

Dunque obbligare un altro significa semplicemente che sto obbligando una parte di me; chi ti obbliga è il primo a non essere libero pur essendo convinto di essere l'unico a esserlo veramente. In una qualsiasi contestazione tra soggetti che stanno credendo di combattere per la propria libertà e i propri diritti non c'è nessuno dei due contendenti che è realmente libero; tra loro v'è un rapporto identico a quello che esiste tra carcerato e carceriere, che sono sostanzialmente le due facce di un'unica medaglia.

La libertà oggi viene così interpretata, ossia come la possibilità di fare quello che si vuole; ma questa interpretazione manifesta tutta la dualità del concetto in sé. Fare quello che si vuole significa anche non fare quello che non si vuole. La persona consapevole di sé non vuole niente ed è al di fuori della dualità.

Molti credono di essere liberi solo perché trasgrediscono le regole della società e non si rendono conto che in quell'istante si sono dati altre regole – pur opposte alle prime – e stanno così recitando un anti-ruolo sociale: essi si sono

autocategorizzati, perdendo la propria consapevolezza e continuando a essere strumenti dello stesso potere che cerca di limitarne le libertà.

Dunque il "fare" a cui mi riferisco, nel sottolineare quest'azione come un manifestarsi della coscienza, è un fare che si dirige verso il nostro interno e non verso l'esterno. È un fare teso a comprendere fino in fondo chi siamo e non a obbligare gli altri ad agire come vogliamo noi né tantomeno a opporsi alla volontà altrui ove in rotta di collisione con la nostra. Questi atteggiamenti non hanno nulla a che vedere con la libertà ma con la sopravvivenza.

La libertà si è, non si ha, e nessuno dunque può toglierla ad altri.

Il problema quindi non è nell'avere o non avere libertà, né nel poterla esercitare. Essendo una manifestazione della propria coscienza, la libertà non si esercita: essa si constata.

L'atto della manifestazione è un atto passivo, non è un'azione ma un principio.

«Io sono» e non «Io agisco».

Il mostrarsi sarebbe un atto collocabile nello spazio e nel tempo, mentre la libertà è al di fuori di questi concetti e dunque non può né mostrarsi né produrre atti identificabili in un comportamento.

La libertà è quella cosa che fa dire alla coscienza: non c'è bisogno che faccia nulla perché io sono già tutto.

Ma la mancanza di consapevolezza della gente mette in atto un processo attraverso il quale l'individuo ha bisogno di comprendere cosa sia la libertà. Egli non sa cosa sia ma percepisce di non possederla. Va dunque alla ricerca di essa in molte direzioni a lui esterne e non si guarda dentro, dove scoprirebbe che prima di manifestarsi la libertà ha bisogno di riconoscersi nella coscienza, altrimenti si corre il rischio che ai nostri occhi essa sia invisibile.

Potremmo ora chiederci quale sia allora il rapporto tra libertà e democrazia.

Si pensa che la democrazia sia sinonimo di libertà. Questo pensiero però è assolutamente inconsistente poiché il significato etimologico della parola "democrazia" viene dal greco antico e indica solo "governo del popolo": non accenna affatto alla libertà. Chiunque ti governi infatti ti impone le sue regole, e l'unica regola della libertà, come abbiamo visto, è quella di non avere regole. Ed è per questo che la libertà è l'espressione della coscienza e non della democrazia.

Dunque democrazia e libertà non hanno nulla a che vedere tra loro. Ci sono stati governi popolari che hanno eseguito nella storia stragi di persone, ecatombe di nemici, genocidi razziali pur essendo governi del popolo o forse fintamente identificati come tali. Le rivoluzioni popolari russe, cinesi, francesi solo per citarne tre, o le guerre sante islamiche, cristiane o di qualsivoglia religione in cui il popolo in nome di dio manifesta la sua volontà, non sono certo esempi di manifestazioni di libertà.

Il bisogno di libertà non va scambiato con quello di democrazia. E pensare

che invece molte rivoluzioni popolari vengono fatte sulla spinta del bisogno di libertà dei singoli, convinti che con la democrazia potranno ottenerla. Ma ricordiamo che la libertà non si ha, non si acquisisce né si conquista: essa si è ed è una conquista della consapevolezza. Certo, dove non esiste la democrazia non esiste nemmeno la libertà ma l'una non è legata all'altra in alcun modo.

Bisogna ancora una volta sottolineare come il concetto di libertà sia assolutamente astratto, mentre la democrazia può essere definita come quella serie di comportamenti che porteranno il popolo a governare. È assolutamente evidente, allora, come non esista su questo pianeta alcun luogo in cui esista la democrazia. Per esempio la maggior parte degli italiani è straconvinta di vivere in un paese democratico. Allora ci si dovrebbe chiedere perché il Governo non fa mai ciò che vuole il popolo ma tutt'altro. E se il popolo si ribella ecco che il Governo risponde con le manganellate, come durante le manifestazioni contro la TAV. Se ci fosse la democrazia essa avrebbe deciso che la TAV non deve essere fatta (a torto o a ragione la cosa qui non ci interessa). Il Governo dovrebbe rispettare il volere dei propri elettori e invece appare del tutto insensibile alla voce popolare.

La presenza o l'assenza di comportamenti da seguire non ha nulla a che fare con la presenza o assenza di libertà. Il concetto viene tuttavia misinterpretato dai più. Facciamo subito un esempio. Se il Governo mi impone di stare a casa perché fuori c'è un'epidemia di coronavirus e io obbedisco chiudendomi in casa e non uscendo, la gente può credere che il potere mi abbia tolto la libertà di uscire, limitando i miei diritti. Io sono rimasto a casa perché penso autonomamente che ciò che mi suggerisce il Governo sia condivisibile e non che il Governo mi obbliga a fare qualcosa; in quel frangente, quindi, io la penso come il Governo: in alternativa nessuno mi terrebbe chiuso in casa per volontà di un altro. Molti invece stanno a casa pensando che la loro libertà sia stata limitata e questo fatto mette in evidenza solo una mancata consapevolezza di sé.

Qualcuno potrebbe contestare questa mia visione delle cose dicendo che se non faccio ciò che vuole il Governo esso ha i mezzi per obbligarmi a farlo; ma l'unico modo reale che il Governo ha di impedirmi di fare qualcosa è legarmi a una sedia o eliminarmi fisicamente. Sta dunque sempre a me scegliere se continuare a manifestare il mio dissenso e farmi eliminare oppure obbedire. Ma va osservato che, per quanto detto sopra, la libertà non si manifesta e non ha nessun bisogno di essere palese. Dunque il Potere può, più o meno agevolmente, limitare o bloccare del tutto la possibilità di agire e di pensare come la tua testa vorrebbe, ma non può alterare la volontà, che rimane la stessa.

In altre parole la libertà che si manifesta attraverso l'essere consapevoli non può scendere mai a compromessi. Durante le sedute di ipnosi profonda non si può obbligare nessuno, con la tecnica degli ordini post-ipnotici, a fare qualcosa che la parte animica non vuole eseguire. Nel contesto di tutti giorni, però, il

Potere può convincere l'individuo ad abbassare la testa e fargli fare ciò che lui non vuole; ma ci dobbiamo chiedere perché esista questa differenza comportamentale tra questi due stati di coscienza.

In realtà, quando è in uno stato ipnotico profondo, il soggetto parla attraverso la sua parte animica oppure attraverso una coscienza integrata, cioè un insieme di parte spirituale, animica e mentale. Le tre parti – che la psicanalisi junghiana chiamerebbe parte femminile, parte maschile e parte androgina, oppure emisfero destro, sinistro e corpo calloso o ancora sensazione, razionalità e valutazione – non sono unificate nella maggior parte degli esseri umani e ognuna di esse ha una coscienza personale.

L'*individuo* è non tale, se non in apparenza. Un individuo è infatti per definizione una cosa sola, indivisibile, mentre oggi ci troviamo a essere frammentati nelle nostre tre essenze vitali. Tale frammentazione ci vieta fortemente di assumere un'unica posizione coscienziale e dunque ci mette nelle mani di chi ci comanda, che invece lavora sulla nostra separazione per mantenerci in questo stato.

L'idea della paura è un'ottima strategia per evitare che le tre parti di noi si unifichino per divenire una sola coscienza integrata. È in quell'istante che l'individuo si forma realmente. E ha la caratteristica di non essere mai ricattabile; si fa piuttosto ammazzare, senza neanche tanto clamore, ma non farebbe mai ciò che non vuole fare. È gioco forza del potere evitare dunque che gli individui diventino realmente tali perché si dimostrerebbe che la libertà è l'espressione più alta all'interno della realtà virtuale, della Coscienza, ed essa non si fa comandare da nessuno.

La Coscienza integrata non si oppone mai a chi la vuole imprigionare perché sa perfettamente che ciò non è possibile; si gira dall'altra parte e semplicemente lascia che il potere faccia ciò che vuole fare. La Coscienza manifesta la libertà non facendo nulla per impedire ad altri di limitarla poiché sa che questa operazione è impossibile e dunque è inutile difendersi da un nemico che non esiste. La Coscienza pensa che il Potere non sia un nemico ma solo un ignorante, totalmente inconsapevole di sé, che deve attendere all'esperienza della dualità per comprendere alla fine che essa non esiste. Così il Potere, prima o poi, comprende che per millenni ha creduto di usare il popolo mentre alla fine ha nociuto solo a se stesso.

La morale dell'intera storia è la seguente: in questa fase storica, dove il coronavirus ha prodotto una serie di eventi che hanno lasciato basita la popolazione mondiale, quello che si può constatare è che quasi più nessuno crede alle versioni ufficiali del Governo sull'andamento reale dei fatti e, a mezza bocca, molti stanno portando alla luce le loro idee che sono sostanzialmente opposte a quelle ufficiali.

Chi più, chi meno, in tanti hanno il coraggio di esporre le proprie idee nonostante le intimidazioni da parte dei Governi, le ridicolizzazioni dei *debunker*, le asserzioni degli esperti. Il semplice popolo comincia a esprimersi e a *dubitare*. Questo atteggiamento è la prima cosa che si sta verificando e ci fa capire come la coesione tra parte animica, spirituale e mentale nella popolazione abbia cominciato a compiersi (seppur limitatamente e ancora con una velocità ridotta). Ma questo è il primo passo verso il raggiungimento dello stato di libertà.

Una volta ottenuto questo risultato, siccome noi stessi siamo i creatori della realtà, ecco che, a fronte di un'integrazione interiore delle nostre tre parti di coscienza, creeremo automaticamente una realtà esteriore in armonia con il nostro essere. In quel momento tutti saremo coscienti di essere sempre stati liberi, di non averlo mai saputo e di conseguenza di non aver mai avuto il coraggio di recitare quel ruolo. Solo allora nessuno potrà più impedirci di manifestarci per quello che siamo, perché saprebbe che tutti i suoi sforzi per limitare la libertà sarebbero entropicamente del tutto inutili.

Il concetto di libertà viene sovente messo in relazione con quello di libero arbitrio. Il libero arbitrio si distingue dalla presenza di libertà perché mentre quest'ultima è caratterizzata dall'essere e non dal fare, il libero arbitrio si manifesta con la possibilità di essere manifestato attraverso una presa di posizione, una scelta duale. Io decido se andare a destra o a sinistra: lo posso decidere e dimostrare con il farlo.

Il fare è qualcosa che appartiene all'universo virtuale e duale. In questo contesto il fare è dunque l'espressione della virtualità stessa, mentre la realtà è statica. La realtà, lo ripetiamo, è il non-luogo non-tempo dove la libertà esiste, mentre la realtà virtuale, cioè duale, è il luogo dove il libero arbitrio, nel fare, si manifesta. È dunque chiaro che il libero arbitrio ha ragione di esistere solo nella dualità, cioè dove ancora la consapevolezza di sé non ha raggiunto il massimo valore della coscienza.

Dove la coscienza è massima non esiste la necessità di decidere cosa fare perché la coscienza è tutto in un unico istante e in quell'istante è anche il contrario di tutto, e non si pone il problema della scelta. La presenza del libero arbitrio allora è una misura della propria consapevolezza di sé. Più il libero arbitrio ha la necessità di manifestarsi e più siamo lontani dalla consapevolezza. Ciò porta a concludere che più la democrazia ha necessità di manifestarsi e meno consapevoli siamo. Più ci sentiamo schiavi di qualcuno e meno consapevoli di noi siamo. Questo atteggiamento popolare viene messo in evidenza quando gli individui chiedono al Potere la libertà. Ma se uno chiede al Potere la libertà sta affermando che il Potere ha la capacità di dare o non dare la libertà alle persone e, così facendo, crea automaticamente i presupposti perché tutto ciò diventi reale.

La libertà non si chiede a nessuno.

La libertà *si è* dentro di noi.

Questo concetto di libertà mette in crisi il concetto stesso di democrazia, un concetto che, come abbiamo visto, esiste solo nell'accezione di un insieme di regole e quindi in grado di stabilire una barriera sociale tra gli individui che le seguono e quelli che non le seguono, i quali ultimi si troveranno automaticamente fuori dalla democrazia.

Dunque la democrazia prevede di ghettizzare chi non segue le regole? Ma quella non era la dittatura?

La sottile differenza tra democrazia e dittatura sta solo nel numero di persone che la seguono e la perseguono. Infatti la democrazia è la dittatura della maggioranza, mentre la dittatura è la democrazia della minoranza. La stessa problematica si esplica nella definizione di torto e ragione. La ragione è quella serie di idee che appartiene alla maggioranza e che, a sua volta, stabilisce anche statisticamente chi sta dalla parte della ragione. In questo contesto la democrazia sta dalla parte della ragione e la dittatura dalla parte del torto solo su una base di definizione statistica basata sui grandi numeri.

Tutto ciò per sottolineare come i concetti di buono/cattivo, giusto/ingiusto, democratico/antidemocratico hanno solo un ipotetico senso nel mondo duale, e tutto ciò non ha alcun senso nella definizione dello stato di libertà. Dunque una persona che si sente libera potrebbe non esserlo.

Chi è la persona che si sente libera? Forse quella che può fare quello che vuole senza rispondere delle sue azioni a nessuno?

La risposta evidentemente è no!

L'individuo libero è colui che non fa nulla ma è tutto, è colui che può fare tutto ma che proprio per questo non ne ha la necessità. Egli sa che se attorno a lui ci sono milioni di persone che lo vorrebbero costringere ad assoggettarsi a un mare di regole, non ha bisogno di opporsi alla società che lo vessa in continuazione. Egli lascia che gli altri facciano ciò che vogliono ma sa anche che tutto quel trambusto non lo perturberà minimamente. Dunque l'espressione "esercizio di libertà" non ha alcun senso perché la libertà non si esercita, anzi quando siamo in presenza di un esercizio di libertà qualcuno si sta assoggettando a delle regole ben precise che sono il contrario, l'antitesi, del concetto stesso di libertà.

Riportiamo ora tutti questi concetti nella nostra quotidianità. Sappiamo che la libertà assoluta è qualcosa che non esiste nel mondo virtuale, cioè duale, ma esiste solo nella realtà reale, cioè immutabile, della coscienza universale.

Per essere liberi bisogna trasformare questa società duale in una società primale e ciò si ottiene non facendo le rivoluzioni, le guerre o fondando movimenti e partiti politici di destra o sinistra, ma semplicemente *essendo in ar-*

monia con se stessi. In quell'istante, noi che siamo i creatori di tutto l'universo, creeremo al di fuori di noi una società armonica e non più duale automaticamente. Ciò implica assumere un atteggiamento passivo nel fare ma attivo nell'essere di fronte a chi ci vuole governare senza il nostro consenso. Quando il tuo governante di turno ti dirà che ti devi presentare alla caserma più vicina perché devi arruolarti come soldato per fare una guerra contro qualcuno, tu semplicemente non gli risponderai nemmeno, continuando a fare quello che facevi, senza alzare nemmeno un sopracciglio. Il potere così comprenderà che non può più niente contro di te e che in verità si era illuso di poterti pilotare a suo piacimento solo perché inconsapevolmente avevi accettato questo stato *de facto*, credendo che le cose dovessero andare in quella direzione, in quel momento, creando quella realtà.

Non bisogna infatti dimenticare che il Potere sa che tu sei il creatore del Tutto; ma sa anche che tu non ne sei pienamente consapevole e gioca sul fatto che tu credi che sia lui che comanda. Il rendere credibile ai tuoi occhi tutto questo ti porta a creare inconsapevolmente proprio questa realtà, quella che il Potere vuole che tu crei, non essendo lui in grado di farlo.

Fino ad oggi noi siamo stati gli inconsapevoli artefici di una realtà voluta da altri; ma tutto ciò è legato al concetto di libertà e alla consapevolezza di cosa questo termine significhi veramente. Sostanzialmente noi siamo stati sempre liberi anche se è come se non lo fossimo mai stati, in quanto non ne avevamo consapevolezza. E per coloro che questa consapevolezza ancora non la possiedono… ebbene essi continueranno a essere schiavi facendo in modo che esista ancora l'esercizio di un Potere, a sua volta schiavo inconsapevole dei suoi prigionieri.

Il Potere è una cosa che si ha, la libertà è una cosa che si è.

~ CORRADO MALANGA ~ *www.corradomalangaexperience.com*

Nato a La Spezia nel 1951, Corrado Malanga è stato Ricercatore in Chimica organica presso l'Università degli Studi di Pisa. Autore di diverse pubblicazioni su riviste scientifiche internazionali, la sua grande fama nasce dalla ricerca nel campo degli UFO e delle *abduction* aliene, nonché dai suoi studi sulla Coscienza. Il suo ultimo libro, *Il mondo felice*, è stato pubblicato da Spazio Interiore nel 2019.

LA PANDEMIA COME RITO DI PASSAGGIO

Intervista a Rupert Sheldrake

a cura di Sebastian Di Giovanni

Nato a Newark-on-Trent, in Inghilterra, nel 1942, Rupert Sheldrake è considerato tra i più importanti biologi e saggisti scientifici dell'età contemporanea. È autore di più di 85 articoli scientifici e di 14 libri, tradotti in tutto il mondo. È noto soprattutto per la teoria della "risonanza morfica" che, confutando alcuni capisaldi della scienza classica, dimostra come ogni membro di ogni specie attinga a una memoria collettiva propria del corredo genetico di quella determinata specie.

In questo momento di emergenza sanitaria mondiale in cui la paura sta dilagando, quanto incide la paura delle generazioni precedenti alla nostra? Stiamo sentendo soltanto la nostra paura oppure a essa si assomma quella provata dai nostri antenati?

La risonanza morfica è alla base della memoria collettiva, con effetti molto simili a quelli che Jung chiamava col nome di Inconscio Collettivo. Una delle profonde paure archetipiche dell'umanità è proprio quella della peste o delle pestilenze; mi sembra dunque molto probabile che l'attuale pandemia abbia risvegliato dei ricordi collettivi e ancestrali di paura, come quelli causati dall'influenza spagnola, dalla peste e dalla Morte Nera. Ovviamente, però, non si tratta solo di una questione di archetipo collettivo inconscio, ma anche di memoria collettiva della storia: ed ecco perché i media ci ricordano l'influenza spagnola e le altre precedenti epidemie. La paura di oggi, pertanto, non è solo la nostra risposta alla situazione attuale, ma porta con sé anche quella di altri momenti storici.

Rupert Sheldrake

Questa potrebbe essere un'ottima occasione per giungere a una vera integrazione tra l'approccio scientifico e l'approccio spirituale all'esistenza: pensi che avverrà? E quali potrebbero essere le spinte verso una loro integrazione o viceversa, in direzione di un inasprimento della contrapposizione?

Naturalmente spero che questo momento della storia porti a un grande cambiamento e ripensamento negli atteggiamenti umani, integrando le prospettive scientifiche, spirituali ed ecologiche con cambiamenti nel nostro comportamento individuale e collettivo. Ma una cosa è sperare e un'altra sapere. Semplicemente non so dire da che parte andremo, esistono troppe variabili imprevedibili, inclusi gli effetti di una massiccia recessione economica.

Stiamo vivendo un momento di compressione delle libertà individuali imposta dall'esterno. In questo contesto, pensi che sussista anche una spinta interiore di ciascun essere umano all'autoprivazione della libertà? E quale sarebbe?

Penso di sì, e un modo in cui ci priviamo della libertà è attraverso la paura. È evidente come parte della nostra attuale mancanza di libertà sia al momento motivata dalla paura di prendere il virus e quindi, in definitiva, dalla paura della morte.

Come ti poni di fronte ai grandi cambiamenti che la vita a volte ci impone? Trovi che la Natura, l'Universo, l'Essere, possano "parlare" all'uomo, attraverso gli eventi, per condurlo a una nuova fase evolutiva? La pandemia in corso potrebbe essere una sorta di "iniziazione" o "rito di passaggio" per l'umanità?

Sì, vedo questa pandemia come una sorta di rito di passaggio, persino come una sorta di esperienza di pre-morte per l'umanità se vogliamo e, naturalmente, per alcune persone una vera esperienza di morte effettiva purtroppo. Se il pianeta, Gaia, fosse cosciente e avesse progettato un intervento per cambiare i nostri stili di vita e così ridurre il nostro impatto negativo sulla terra, allora non ci sarebbe un intervento più efficace di questo virus.

Delle pratiche di cui parli nei tuoi libri, quale in questo momento difficile per l'umanità potrebbe essere più utile svolgere?

Siamo certamente limitati nella possibilità di fare pellegrinaggi fisici, di cantare insieme o di prendere parte a riti collettivi. Le pratiche che mi sembrano più appropriate in questo momento sono l'espressione di gratitudine per ciò che abbiamo, la meditazione e la preghiera. C'è molto per cui pregare in questo momento: oltre che per la nostra salute e quella delle nostre famiglie e comunità, anche per gli enormi cambiamenti che avranno luogo nei nostri sistemi sociali, economici e politici, per l'istruzione e per il nostro modo di vivere. Questa pandemia sta causando cambiamenti di paradigma epocali ed è importante pregare affinché vadano in una direzione benefica.

Qual è secondo te la ragione della – quanto meno apparente – incapacità dell'umanità a imparare dagli errori del passato?

Sono davvero pochissime le persone che cambiano il proprio comportamento in risposta a un avvertimento. L'abbiamo visto, per esempio, rispetto a tutti gli avvertimenti sul cambiamento climatico. Per decenni abbiamo avuto avvisi e richiami in ordine a questo problema e l'ammonimento a fare qualcosa al riguardo: eppure i cambiamenti messi in atto sono stati lenti e insufficienti. Però questa pandemia ha avuto un effetto molto superiore a qualsiasi avvertimento, sermone o esortazione da parte di Greta Thunberg. Le persone rispondono molto più alle minacce immediate che non alla possibilità di minacce future e lontane, e nella situazione attuale siamo semplicemente costretti a cambiare. Ciò mi rende felice e nutro la speranza nel fatto che in futuro ciò che stiamo attraversando adesso verrà visto come uno dei periodi più trasformativi della storia umana.

LA LIBERTÀ ALLA FINE DEL MONDO

di David Simurgh

Durerà abbastanza? Questa per me è la domanda più interessante di questo periodo. Nessuna sciocchezza come «Speriamo che finisca presto», quanto piuttosto mi chiedo e ti chiedo: «Avremo tempo sufficiente?»

Questo è un momento davvero straordinario da ogni punto di vista. Ogni giorno gli esseri umani in tutto il mondo comprendono di trovarsi di fronte a una situazione che li accomuna più che mai, di subire una pressione che mette in connessione le loro menti, i loro corpi, gli spiriti. Tutto questo in una fase storica nella quale ci troviamo ai ferri corti con il pianeta che ci ospita, con le culture diverse dalla nostra e soprattutto con noi stessi. Allora stiamo percorrendo in queste ore una strada che molte persone non hanno forse scelto consapevolmente, ma che obbliga senza dubbio ciascuno dei presenti a procedere diversamente da prima. Partiamo da qui, da questo elemento tanto utile per leggere la trama complessiva di questa nostra epoca, di questa tua incarnazione. Noi oggi stiamo respirando una situazione che ci invita a restare al nostro fianco, a guardarci dentro. Miliardi di persone si trovano rinchiuse tra le mura di casa, private di abbracci, sguardi, carezze, senza avere nemmeno la possibilità di sfogarsi da qualche parte. Per molti esseri umani questo sarà l'inizio di una fase completamente nuova, di un ri-orientamento complessivo, l'occasione per stabilire le reali priorità, per fare appello alle proprie sole forze. L'unico partner su cui puoi contare adesso sei tu.

Le calamità d'altronde, visibili o invisibili che siano, arrivano sempre per portare un messaggio. Ti rendono sempre consapevole della realtà così com'è, di quanto il nostro mondo sia sempre fragile, di quanto la nostra stessa permanenza sulla Terra sia breve. Solo che normalmente sei così assuefatto alle abitudini che non te ne accorgi: continui a progettare e sognare, immaginando le meraviglie che accadranno nel futuro, nascondendo le verità del presente. Ma nei momenti in cui un pericolo di una qualche sorta sembra imminente,

improvvisamente diventa chiaro che i sogni potrebbero non avverarsi mai e che questo è l'unico momento che hai a disposizione. Quindi le catastrofi sono molto rivelatrici, non ci sono più distrazioni, non c'è più tempo per rimandare. Il mondo non è diverso da prima, ma gli occhi ora sono aperti ed esiste uno spazio per prendersi cura di sé.

In ogni caso ci sarà un prezzo da pagare, questo è importante riconoscerlo. Quando accadono eventi come questo c'è sempre la possibilità che si vada incontro a sgradevoli sensazioni e si scoprano improvvisamente numerosi conflitti. Dobbiamo considerare che questo evento potrebbe anche essere solo il punto zero, l'inizio di una marea a grandi ondate. L'Umanità sta d'altronde oramai virando, trasformandosi, e da qui non si torna più indietro; ma affinché si proceda in un percorso di cambiamento profondo degli individui e dell'intero popolo terrestre un prezzo dovrà essere pagato. Qualcuno si troverà così sempre più in buona relazione con se stesso, riposato e pronto, mentre qualcun altro lascerà il pianeta o cadrà in un coma profondo, è inevitabile che sia così. Quanta bellezza nell'Universo nasce da ciò che ci terrorizza, quanta meraviglia può sorgere dalle lacrime di un pianto, dal dolore di un parto.

Il mio appello allora è a non fare finta di niente, a non scappare, a non lasciare che vincano le reazioni automatiche, a non far parte delle follie della folla. Il mio invito è a considerare questo momento per quello che è: un'occasione per incontrarsi dentro e prepararsi al domani che verrà. Perché ogni volta che il mondo sembra stia per finire si ha, in realtà, la meravigliosa occasione di far finire solo il proprio mondo e muovere così un passo in avanti, ognuno nella direzione che gli appartiene.

Ora, in queste giornate agli arresti domiciliari, in questa fine di un mondo, tra le tante forze che puoi sentire dentro di te è importante citare quella più potente, ma anche la più pericolosa: la libertà. Quella profonda volontà di liberazione dalle catene imposte e dalle costrizioni obbligate, ma non soltanto, dentro di lei c'è molto di più ed è bene rendersene conto.

La prima sfumatura della libertà è certamente la libertà da qualcosa, da una condizione, da un condizionamento, da una relazione, abitudine, ideologia. Questa è però solo la prima parte della libertà, la più comune. Se in questo periodo la stai percependo e accogliendo ti sentirai molto forte, pieno e sicuro. Spegnerai la televisione e ascolterai solo la tua voce; per la prima volta inizierai a ricercare la tua propria individualità, perché lei prima era coperta da tutte quelle cose o persone da cui ora cerchi di svincolarti. Tuttavia questa è solo una metà della libertà, potrai percepire che ne manca una parte importante: la libertà per qualcosa. La libertà non ti può accompagnare a lungo, a meno che non diventi libertà per qualcosa, qualcosa di nuovo che ti sta chiamando. Fino a quando la tua libertà non si trasforma in un'ispirazione a prendere strade diverse, la sentirai

mancante. Perché vedrai che ti stai liberando: le catene saranno quantomeno allentate, ti troverai a stare in piedi quando gli altri saranno in ginocchio, avrai la forza di dire «No» quando serve, sarai il solo a non essere vaccinato, ma poi dove andare? Allora ti sentirai disorientato. Fino ad ora non avevi mai avuto la possibilità di scegliere, la tua intera coscienza era concentrata su altro, la tua sola direzione era un sogno per domani. Ora che invece la libertà ti illumina, un nuovo tipo di problema dev'essere affrontato: cosa fare con lei?

Ogni persona che segue un principio di libertà a un certo punto del suo cammino si trova improvvisamente a chiedersi: «Ora che sono libera, cosa devo fare? Qual è la mia strada?»

Chiariamo allora questo punto: per accogliere completamente la libertà bisogna scegliere di diventare coraggiosi. Libertà senza coraggio è un'idea vuota, non contiene nulla. Non si può essere veramente liberi senza essere consapevoli di questo, senza prendersi la responsabilità di azioni e scelte nuove. Soltanto la libertà di per sé non significa niente, a meno che tu non scelga un percorso coraggioso che dia spazio a un qualche talento a cui non è stato ancora permesso di svilupparsi, a un te che non ha ancora visto la luce. Solo allora la tua libertà sarà completa.

Ciò che è accaduto in questi mesi è straordinario, ma non è sufficiente, è necessario qualcosa di più: devi diventare un ricercatore. Devi trovare una qualche manifestazione che soddisfi la tua libertà, hai bisogno di creare qualcosa e di scoprire qualcosa, di entrare dentro per trovare te stesso e di dare nutrimento ad alcuni semi. La libertà è solo una luce che ti invade e mette in risalto, non è di per sé altro che questo. Ti dà semplicemente la totale possibilità di essere autentico. Se lei ti sta illuminando in questo periodo, usa questa opportunità. Il dialogo interiore sarà un ottimo compagno, l'arte andrà bene, la meditazione andrà bene, la danza andrà bene, l'amore andrà bene: fai qualcosa con la tua libertà. Non rimanere seduto in queste settimane, altrimenti sprecherai questa occasione. Hai bisogno di dare spazio a una prospettiva maggiore, a una spinta maggiore, di incontrare tutto quello che si trova dentro di te, di leggere cosa non funziona nel tuo presente e cominciare a cambiarlo. Se non trasformi l'inconsapevolezza in consapevolezza, non riuscirai ad accogliere la potenza e il coraggio che derivano dal sentimento di libertà. E in questo puoi osservare l'esempio di chi ha avuto successo: un Gesù, un Buddha, un Gurdjieff, un Osho. Questi uomini hanno vissuto veramente nella libertà, perché hanno vissuto consapevolmente e con coraggio.

Questo dev'essere allora il compito di ogni individuo sensibile, soprattutto adesso: avviare una trasformazione autentica, comprendere e ascoltare.

In tutto l'Occidente finora solo pochi individui sono riusciti a trovare un autentico contatto con la propria dimensione interiore. Il tuo profondo, ovviamen-

te, non si trova da nessun'altra parte, sta sempre sotto il tuo naso, anche in questo istante, mentre leggi queste parole, ma non puoi percepirlo perché non hai ancora preso contatto diretto. Fortunatamente allora la Vita fa di tutto per creare questo incontro, dobbiamo solo non resisterle, non mettere in atto ogni comportamento possibile per ricadere nell'abitudine, non rifiutare l'immersione.

In momenti come questo un grande cambiamento viene sempre percepito all'inizio attraverso un terremoto più o meno profondo e intenso. Rendersi conto del presente d'altronde è scomodo, procura fastidio, fa male. E noi non siamo stati educati a percepire il nostro disorientamento come un giusto segnale, come un tentativo di libertà. La verità è che il più delle volte non siamo abbastanza coraggiosi da sopportare le conseguenze causate dalla nostra stessa trasformazione. Quando allora la coscienza, stimolata da un evento, si avvicina a un grande cambiamento dal profumo di libertà, avvertiamo un innalzamento della vibrazione e creiamo resistenze di diversa natura. Tutto questo significa soltanto che il salto che ci viene richiesto è davvero elevato e che il nostro cuore non è ancora pronto ad accoglierlo tutto insieme, necessita di tempo. Noi però non abbiamo pazienza e mettiamo solitamente in atto comportamenti che reprimono il cambiamento, che cercano di soffocare la sua spinta. Il nostro profondo però conserva quella vibrazione, le sue forze, e attende che prima o dopo si crei un'altra finestra, una nuova situazione propizia.

Siamo quindi oggi alla resa dei conti, c'è da augurarselo. L'inconscio collettivo è pronto a manifestare la sua presenza e la sua volontà creativa per produrre un'umanità diversa. Il tuo stesso spirito desidera approfittare proprio di questo momento in cui la vita lo prende per mano, per mezzo di una situazione dolorosa, e lo trascina alla fine di un mondo.

Allora l'unica domanda importante, quella che più di ogni altra cosa ora dovrebbe interessarti è: durerà abbastanza? Userai questo tempo così intensamente da comprendere e trasformarti? Perché la cosa peggiore che possa accadere in questa nostra piccola apocalisse è che non accada niente, che non ti accada niente. Uscire da quella porta esattamente come ci sei entrato.

Occhi aperti!

~ DAVID SIMURGH ~ *www.eishshaok.com*

Alla tenera età di sei anni viene introdotto allo studio dell'Eish Shaok e, dopo numerosi viaggi per il mondo a seguito dei suoi Maestri, riceve nel 2008 le cariche di Haidehoi e di Simurgh: le più alte nella Tradizione Eish Shaok. Tiene regolarmente corsi, conferenze e seminari in varie città italiane e all'estero. Con Spazio Interiore ha pubblicato nel 2018 *Il Piacere prima di Tutto. Come liberarsi dalle catene dell'esistenza*.

A OCCHI APERTI

di Claudio Marucchi

Prima un evento generava un flusso di informazioni,
ora un flusso di informazioni genera un evento.
Jean Baudrillard

I media non amplificano, se mai plasmano la realtà. Quale realtà? La nostra accelerazione crescente fa perdere linearità e coerenza, la realtà diventa caos indistinto e smette di accadere. Ha luogo nelle nostre case in quanto narrazione, e oggi ossessione. A fermarci di colpo è stata la natura? No, le pandemie hanno sempre fatto parte del mondo, che si sa, "non si è fermato mai un momento". Il bombardamento mediatico e il cortocircuito delle informazioni ha dato corpo al mostro, la paura è la vera protagonista. Paura atavica, di questo tempo sottratto al tempo, paura della sospensione, paura dei numeri e dei conteggi, la classifica aggiornata della morte. È il risorgere di tutti i demoni primitivi, ma più asettici e scientifici, le cui forme diventano formule, perfezionati in astrazione. Possiamo percepirli come reali solo se li rigonfiamo di retorica strappalacrime, se li rivestiamo di sentimentalismi, se li combattiamo con patetici rituali da balcone, se li dotiamo di dettagli truci ed esaltiamo i nuovi eroi.

E così, nel traboccamento di dati e teorie, pareri di esperti e racconti di fatti, tutti ascoltano di tutto fino a non capire più niente, a non saper più niente.

Non viene a nessuno il sospetto che se non riusciamo a capire più niente forse è perché non c'è più niente da capire, perché questo sospetto ti metterebbe in pace. Invece sappiamo solo che DOBBIAMO aver paura. Non è detto che la si abbia, ma la si DEVE avere. Se non hai paura sei innanzitutto uno scriteriato incosciente sprezzante del pericolo, perché non proteggi te stesso dagli altri, ma sei soprattutto un infame perché non proteggi gli altri da te stesso.

Egoista è soprattutto chi non partecipa di uno stato di cose collettivo. Il mondo ereditato ci ha educato all'egoismo e ora si pretende di imporre la paura e la compassione per decreto?

Il vero oltraggio per tutti è il diniego di quella che viene confezionata, spacciata e quindi percepita come "realtà", e la realtà in un caso come questo è estremamente mediata, è un prodotto per salotti. Si deve poter tranquillamen-

te avere paura dal divano di casa. Ora che siamo costretti a farlo, vedere in TV scaffali vuoti implica correre a svuotarne i resti perché "sono già" vuoti. Vedere le strade deserte significa non osar uscire perché "sono già" deserte, e non vorrai mica esser il solo coglione a percorrerle!

Numeri, dati, ancora numeri, curve esponenziali, modelli di progressione geometrica, i litigi tra gli esperti. Alla paura di morire si deve aggiungere quella di far morire qualcun altro. Il virus è in fondo una rappresentazione, quella della casualità cieca della mietitrice al lavoro. Lei c'è sempre stata, noi l'abbiamo spesso ignorata, a volte si dà da fare un po' di più per ricordarci che sì, si muore. Non siamo noi ad aver scoperto di colpo un nuovo virus, è questo virus che ha scoperto noi, ci ha tolto la coperta del concetto di realtà.

Un mondo che crede di non poter morire è arrivato al culmine della sua realizzazione, questo evento è una de-realizzazione forzata, ma non è un brusco risveglio, è solo un disturbo del sonno, un incubo in mezzo al sogno. Ciò non farà morire il mondo. L'apocalisse è solo televisiva, nei social, nelle teorie del complotto, nei vaticini dei profeti, nelle strambe pieghe dei testi sacri o nei litigi dei virologi, insomma, è in tutte le possibili mediazioni della realtà. Esse sono metastasi, escrescenze, simulacri, ripetizioni, stratificazioni, ancora ripetizioni, distorsioni, echi, di un reale sempre più presente a se stesso, anche nel momento di un potenziale dramma collettivo, di cui conta più il racconto e la percezione che il suo consumarsi effettivo. Lacrime e speranze, storie di orrore e di resurrezione, nel solito alternarsi polarizzato per cui un TG prima ti deve terrorizzare poi ti deve anche consolare. Come con la sindrome di Münchausen per procura: prima ti faccio male così dopo posso prendermi cura di te. Basta tu sia qui ben incollato a vedere cosa succede davvero, cosa è realmente reale.

Poi esci da solo e vai a far la spesa (l'ora d'aria concessa anche ai carcerati per i cittadini si deve giustificare per iscritto come necessità) e trovi anche persone tranquille, per nulla spaventate, che ti restituiscono una fetta di realtà che stride con tutto il bombardamento di orrore e paura a cui siamo sottoposti. Qualcuno osa anche sorridere: come vi permettete, bastardi!

La delazione è uno dei punti più bassi della cittadinanza in questo momento sovrastorico. L'altra faccia dell'abisso è il mondo dei media di regime.

Nessuno ci aggiorna sull'aumento dei suicidi, degli omicidi familiari, dei primi supermercati assaltati il 27 marzo 2020 a Palermo, delle mille emergenze create da questa emergenza. Il giorno prima, alle 18.36, l'ANSA ha battuto la notizia che durante la quotidiana conferenza della protezione civile il signor Guerra ha dichiarato che l'Organizzazione Mondiale della Sanità suggerisce al nostro governo di allentare le restrizioni perché gli italiani sono in crescente sofferenza, e si rischia la diserzione. La notizia viene fatta immediatamente sparire dall'ANSA, non viene data in nessun organo di stampa, eccetto in aper-

tura del TG3, che essendo alle 19.00 non ha fatto in tempo a ricevere ordini dall'alto, essendosi appena conclusa la conferenza. Ecco il regime in azione, la sola traccia della notizia è sul portale della Regione autonoma della Val d'Aosta. Non si deve far sapere che l'OMS ha parlato di rischio diserzione in un'Italia agli arresti domiciliari.

La cecità imperante, tutta presa dal dovere del terrore, si trova invischiata in una retorica bellica: così con il virus siamo "in guerra", «Il nemico è invisibile», ma «Vinceremo!», "sacrificio collettivo", i medici sono "in prima linea", gli ospedali sono "la trincea", e poi «Militari in strada!», «Da domani i droni monitoreranno i cittadini volando sulle vostre teste», «Tracciamo i vostri cellulari», «Prendiamo la temperatura con i termoscanner puntati in fronte come pistole».

Una deriva inquietante, anche se solo a livello retorico. Non stare al gioco di chi dice che ora non è il momento di criticare o far polemica, ma solo aiutare e stare al gioco: chi perde lo spirito critico proprio adesso entra nella cecità che favorisce l'insorgenza di regimi o derive autoritarie.

Noi restiamo a occhi aperti, vigili, a pensare che non si possa sospendere la Costituzione, che non si possa criminalizzare una popolazione facendo vedere quanto è grosso il bastone in mano alle autorità, anziché continuare a chiedere il sacrificio collettivo. Il concetto di "salute pubblica" si regge sulla somma di ogni salute individuale. Se per difendere quella pubblica si distrugge la salute individuale, decade il concetto di salute pubblica. Il vincolo si scioglie, entra in gioco la sopravvivenza, ognuno per sé, *mors tua vita mea* e tanti altri meccanismi ben noti, che abbiamo attaccato e provato a evitare, ma che ora rischiano di imporsi, anche come conseguenza di decreti che nemmeno passano per il parlamento.

In una cosa non cambiamo mai, persino l'unica volta in cui si ferma il mondo: c'è sempre una colpa da sputare su qualcuno. In un mondo che ha perso, e non da ora, il suo senso (solo che ora ce ne possiamo rendere conto), resta ben integro il senso di colpa, di cui notoriamente ci si libera facilmente sputandolo all'esterno affinché si appiccichi a qualcuno… sì, come un virus.

~ CLAUDIO MARUCCHI ~

Laureato in Filosofia, è studioso di simbologia ed esoterismo, specializzato in orientalistica. Vent'anni di esperienze nello yoga, nella meditazione, nella Sex Magick e nella magia cerimoniale gli consentono un approccio pratico intessuto su una solida preparazione teorica. Con Spazio Interiore ha pubblicato nel 2018 *Daimon. Il sentiero del Sé al di là del bene e del male*.

LA LIBERA INFORMAZIONE È IL FONDAMENTO DI TUTTE LE LIBERTÀ

Intervista a Claudio Messora

a cura di Nadine Zara

Claudio Messora è il fondatore di Byoblu (*www.byoblu.com*), il blog di informazione indipendente e alternativa che dal 2007 si occupa di politica e attualità italiana tramite ricerche, inchieste, studi e dati. Il suo approccio "eretico" rispetto all'informazione *mainstream* e il suo modo libero e non manovrabile di ragionare su fatti, dati e accadimenti l'hanno di recente portato nell'occhio del ciclone, costandogli una denuncia da parte del Patto Trasversale della Scienza volta a mettere a tacere la sua scomoda opinione dissenziente.

Realizziamo quest'intervista in un momento molto caldo per te, per il tuo canale e direi anche per la storia dell'informazione. Hai da poco ricevuto una denuncia che include la minaccia di far chiudere la tua intera struttura di condivisione *online*. Non possiamo che chiederti innanzitutto come ti senti umanamente rispetto a questa vicenda e, a livello pratico, come essa sta incidendo. E poi, se davvero trovi possibile che si arriverà a tanto.

Non è tanto l'esposto in sé a preoccuparmi. Ciò che mi preoccupa è la radicalizzazione delle idee che questa società sempre più intollerante sta producendo. In televisione assistiamo a spazi di propaganda libera, privi di contraddittorio o con un contraddittorio controllato. Non c'è pluralismo oltre la cornice, il *frame*, che gli *spin doctor* costruiscono e a cui ogni rete televisiva, ogni giornalista deve adeguarsi. Così vengono identificate personalità che diventano veri e propri

guru, santoni le cui parole divengono verità che non si possono sottoporre a verifica. In forza di questo palcoscenico garantito, questi "verbi incarnati" non accettano alcuna forma di confronto neppure al di fuori della televisione. La loro strategia è anzi quella di offendere e denigrare chiunque osi non tanto sfidare, ma anche solo non venerare i loro enunciati. Purtroppo le leggi della comunicazione (ma anche quelle della psicologia) insegnano che quando a una legittima domanda si risponde con il sarcasmo, con l'offesa e con l'indignazione, non si ottiene mai l'effetto desiderato (ovvero la vittoria dialettica), ma al contrario si esacerbano le posizioni. Chi riceve offese risponde chiudendosi e ricavandone la profonda convinzione che i suoi sospetti erano più che fondati. Ciò che si ottiene è la radicalizzazione profonda di filoni di pensiero contrapposti che non addiviene mai a una risoluzione: si assiste solo alla violenza del più potente contro chi non ha a disposizione gli stessi mezzi per farsi valere. Questo non risolve i contrasti interni alla società e non permette alla coscienza pubblica di evolvere verso una fase successiva. In parole povere: si resta sempre fermi nella stessa casella e la dialettica democratica si interrompe, cristallizzando eterni sconfitti ed eterni vincitori. Le cose cambiano, prima o poi, ma traumaticamente. Invece, laddove esistano ragioni evidenti per sostenere una tesi, un sano confronto renderebbe loro ragione e allevierebbe la tensione tra posizioni contrastanti, permettendo al dibattito pubblico di fluire verso un livello superiore. Imparare a confrontarsi, lealmente e con rispetto, è nell'interesse anche di chi detiene posizioni considerate dominanti. Invece l'esposto del Patto Trasversale per la Scienza va nella direzione opposta e invoca uno stato di polizia in luogo di un dibatto pubblico sano, leale e proficuo per tutti.

Claudio Messora

Internet finora è stato sinonimo anche di una certa libertà di informazione ed espressione del pensiero. Ritieni ipotizzabile una futura limitazione dell'utilizzo della rete in tal senso? E secondo te, come potrebbe avvenire e manifestarsi agli utenti? Alcuni già ipotizzano una possibile "fuga" nel *deep web* per mantenere uno stato di libertà: qual è il tuo punto di vista al riguardo?

Stiamo imparando che tutto ciò che appariva impossibile si sta verificando. Forze antidemocratiche fanno pressione sulla politica e sui grandi social affinché la libertà di espressione venga limitata, adducendo scuse poco plau-

sibili. In Italia, la AGCOM sta acquisendo sempre più potere ed emana delibere in forza delle quali chiede ai social di oscurare i video che parlano dell'attualità emergenziale e che non provengono da "fonti accreditate" (senza per questo specificare quali sarebbero e come selezionarle), e di denunciare i loro autori. Il segretario all'editoria Martella parla di sanzioni per chi fa "disinformazione su internet" e l'Ordine dei Giornalisti garantisce sostegno, invocando la libertà di espressione ma solo per i suoi iscritti, mentre grandi reti *mainstream* come Mediaset mandano in rotazione spot dove dicono che l'unica informazione attendibile è la loro. La sensazione è che, usando come scusa l'emergenza e la necessità di tutelare l'ordine pubblico, presto si arrivi a un oscuramente selettivo di canali scomodi, se non addirittura alla chiusura dei social (lo prevedeva un'esercitazione dello scorso ottobre a New York, pensata per stabilire le pratiche migliori da seguire in caso di pandemia da coronavirus).

Il problema delle *fake news* è ingigantito e funzionale a mantenere il controllo sulle fonti di informazione della popolazione. I famosi troll russi, tanto agitati come spauracchio che minaccia la democrazia, si è dimostrato che non assommavano che a un'esigua, irrisoria percentuale di profili Twitter. Abbiamo delle leggi: basta farle rispettare. Abbiamo dei magistrati, basta potenziare il loro lavoro. Abbiamo la Polizia Postale, basta darle le risorse. Non servono leggi apposta ed è criminale impedire alle persone di usare ogni mezzo a loro disposizione per comunicare tra loro. Tra le tante pratiche che negli ultimi anni hanno svuotato la nostra Costituzione dall'interno, certamente quella che sta di fatto inattivando l'Articolo 21 è una delle peggiori. Se chiudono la rete, finiranno tuttavia per ritrovarsi le persone nelle strade. L'informazione televisiva non è più credibile e troppe persone ormai si rendono conto dell'incantesimo. Troveranno altri modi e altre forme di condivisione.

Cosa significa per te trasmettere un'informazione libera? E in generale quali sono stati fino ad oggi i più grandi ostacoli che hai incontrato nel condividere liberamente contenuti diversi dal *mainstream*?

Libera significa "libera da pressioni e condizionamenti" di qualunque origine. Non si può avere un'informazione libera da se stessi, e questo ce lo ha insegnato Heisenberg. Tuttavia è molto diverso scrivere o dire qualcosa perché la si pensa, rispetto a scrivere o dire qualcosa perché serve a chi ci comanda. Nel primo caso si può sempre chiedere scusa e cambiare direzione, quando si sbaglia. Nel secondo è impossibile. Fare informazione libera è molto facile: basta seguire la propria coscienza e non essere mai prevenuti. Io sono molto curioso e mi piace ascoltare tutti. Imparo qualcosa da chiunque. Per me il blog è una grande università e così è per chi lo segue. Centoventi milioni di visualizzazioni video non si sarebbero mai verificate se gli argomenti non fossero stati

così interessanti e variegati. La gente riconosce questa autenticità e riconosce l'utilità di un servizio che non trova da nessun'altra parte. I più grandi ostacoli? Quelli economici innanzitutto: Byoblu ha scelto di vivere di donazioni cui, solo recentemente, sta aggiungendo gli abbonamenti. Vivere di tantissimi micro contributi diffusi è la strategia vincente per mantenersi liberi, ma chiaramente si deve contare sulla consapevolezza dei cittadini. Poi ci sono le aggressioni giudiziarie. Non frequenti, perché Byoblu è un blog che si è sempre mantenuto lontano dai toni irragionevoli e irrispettosi: ha sempre condotto la sua battaglia in maniera civile. Però capita che qualcuno provi a fermarci con gli unici strumenti che ha a disposizione, e chiaramente difendersi richiede risorse. In generale, comunque, la più grande difficoltà è fare tanta informazione di qualità, a livello professionale, ma con poche risorse a disposizione, sia finanziarie che – di conseguenza – a livello di collaboratori.

L'etichetta "complottista" viene spesso usata per ghettizzare opinioni differenti ed evitare un vero confronto su argomenti scomodi. Immaginiamo che ti sarà capitato di trovarti coinvolto con questo tipo di negazionismo: vuoi condividere una tua riflessione al riguardo?

Si tratta di un'etichetta coniata dalla CIA per invalidare a priori qualunque ragionamento contrario a quello diffuso dalle reti *mainstream*. Serve a chiudere il discorso e a giustificare l'impossibilità di tenere un confronto serio e pacato. Certo, personaggi svitati in giro ce ne sono, a sostenere le tesi più bislacche. Talvolta sono funzionali a "buttarla in caciara", in maniera da consentire ai padroni del discorso di infilare tutto il dissenso, anche il più ragionevole ed equilibrato, all'interno di uno stesso paniere di prodotti. Chi non si informa approfonditamente ne viene influenzato ed è indotto a credere che oltre alla televisione ci siano solo fonti di informazione inaffidabili. Tuttavia, quelli che davvero cercano di capire, fanno ricerche, incrociano le fonti e iniziano a seguire un certo tipo di informazione al di fuori dello stretto controllo del sistema, presto non possono più farne a meno perché iniziano a percepire di essere avvolti in una cappa di fumo denso e scuro, vedono il pensiero unico come un nemico della democrazia e prima di esprimere un giudizio sentono

la necessità fisica di ascoltare opinioni e campane diverse. Una volta il giornalismo era questo: incrociare le fonti e dare la rappresentazione più fedele della realtà. Oggi televisioni e giornali vengono meno a questo compito. E così si rende necessario ascoltare voci diverse, che trovano in rete e nell'Articolo 21 della Costituzione la loro sede naturale. Dare del "complottista" non serve a emarginare le voci scomode dal dibattito pubblico, semmai il contrario. Lo ripeto: ciò che serve è il confronto, non lo scontro. Tuttavia, è comprensibile che in molti casi si cerchi di evitarlo. Molte verità declamate a reti unificate, e con esse molte certezze personali, crollerebbero di fronte a certe evidenze che non si possono disconoscere in alcun modo. Il *frame*, la cornice di interpretazione autorizzata, non si può permettere crepe.

Secondo te, cosa è importante che ognuno di noi faccia, in concreto, per riuscire a mantenere il proprio diritto a essere correttamente informato sulla realtà di ciò che accade? Come ci si procurano notizie autentiche?

Non c'è un modo di procurarsi notizie autentiche. Bisogna recuperare il senso critico e la capacità di valutare e incrociare le fonti. Non fidatevi mai di qualcuno che vi dice una cosa, neppure di Byoblu. Ragionate con la vostra testa, ascoltate altre campane, cercate di seguire i link alle fonti e pesate la loro autorevolezza. Dopodiché soppesate e fatevi la vostra idea. Non importa se sbagliate: chi sbaglia impara. L'unico errore cui non si può rimediare è quello di affidare ad altri il compito di pensare al posto nostro. Per questo Byoblu e altre fonti sono così importanti: ti mostrano versioni alternative alla narrazione ufficiale che possono talvolta far cambiare la percezione delle cose. Senza avere tutte le opzioni a disposizioni non si può operare una scelta, e senza una reale capacità di scelta, non c'è democrazia.

Cosa si potrebbe concretamente fare per garantire un'informazione pluralista anche nei media *mainstream*? È ipotizzabile pensare che la TV pubblica possa riservare un giorno delle "quote" di spazi cui possano accedere anche fonti di informazione alternativa? Se sono cittadino di un paese formalmente democratico che mi impone di rispettare delle leggi, di pagare le tasse e il canone RAI, perché l'informazione pubblica non è tenuta a dar conto anche delle posizioni minoritarie in cui magari mi riconosco?

L'informazione pubblica non esiste. La RAI è territorio di conquista politica. Non si muove foglia che uno o l'altro partito non voglia. Tutti i direttori devono alzare il telefono e chiedere il permesso di fare un programma o di assumere un conduttore a chi li ha messi sulla poltrona dove si trovano. La politica dovrebbe uscire immediatamente dalla RAI, che dovrebbe essere autonoma e rispondere direttamente ai cittadini, attraverso regolari elezioni, come avviene per il Par-

lamento. Forse così potrebbe funzionare. Ma siccome questo non accadrà mai, bisogna preservare l'autonomia e il pluralismo della rete rispetto ai tentativi continui di oscurarla. C'è più democrazia in un paese dove ci sono mille persone che dicono mille cose diverse rispetto a un paese dove ci sono un milione di persone che leggono solo due giornali (che si mettono d'accordo tra di loro). Combattete per la libertà della rete, perché la rete è dove abita il popolo.

Da dove è nata la passione per il tuo lavoro, che ti vediamo portare avanti con tanto impegno e costanza?

Avevo tante passioni: ero musicista, e questo mi aiutò nei montaggi video, che erano serrati e sincronizzati con la colonna sonora; ero informatico, e questo mi consentì di programmarmi da solo la piattaforma ed essere autonomo; mi piaceva scrivere, e finalmente potevo trovare dei lettori. Così un giorno aprii un blog e scrissi un post sul caso Welby. Si parlava di eutanasia. Dopo pochi minuti apparve il primo commento della storia di Byoblu. Diceva: «Bravo, non avrei saputo esprimerlo meglio di così». Questo mi diede coraggio. Allora feci un video. Parlavo della P2. Dopo qualche giorno vidi senatori dell'Italia dei Valori, in aula, usare le mie stesse identiche parole. Capii che quella era la mia strada. Da quel momento la passione mi consumò letteralmente. Non ho mai smesso di lavorare giorno e notte, di sabato e di domenica, da solo o – recentemente – con alcuni collaboratori. Byoblu e Claudio Messora si sovrappongono in una lunga, incessante, appassionata ricerca per arrivare a una conoscenza superiore delle cose della vita. Non esiste l'uno senza l'altro.

Come sai la nostra casa editrice si occupa in gran parte di spiritualità. Tu che rapporto hai – se ne hai uno – con l'invisibile?

Sono una persona razionale. Tuttavia applico la razionalità negli ambiti che le sono propri, come la ricerca e l'analisi dei dati, ma non credo affatto che la ragione logica possa essere uno strumento utile a collocare se stessi al giusto posto nell'universo. L'esistenza è un mistero che non può essere affrontato dalla nostra coscienza, perlomeno non in maniera analitica. La quasi totalità delle interconnessioni e delle forze che guidano il nostro manifestarsi in relazione agli altri e alle cose ci sono sconosciute. Possiamo solo percepirle. Ecco, io credo ad esempio che abbandonandosi al flusso della vita, con fiducia e senza resistenze, cercando di non attribuire troppa importanza all'io, si possa scorrere in maniera fluida e appagante, come un gatto che prende il sole disteso, e attrarre le forze positive che sono pronte a ricompensare l'amore che lasci andare, senza trattenerlo. L'invisibile è tutto. Ciò che vediamo e sperimentiamo con i sensi non è che un'illusione, di cui siamo più o meno prigionieri, a seconda di quanto riusciamo a percepirne l'assurdità.

LA SOLA LIBERTÀ È QUELLA INTERIORE

di Andrea Panatta

Ero nel bel mezzo della stesura del mio ultimo libro, stavo cambiando casa, avevo mille progetti e tante cose da sistemare. Stavo tenendo una classe di Zhineng Qigong a Roma, delle sessioni individuali e avevo dei corsi programmati in giro per l'Italia, più tutta un'altra serie di cose in ballo, quand'ecco che arriva questa doccia fredda. C'è un virus letale in giro. Non si può più uscire di casa. Non ci si può riunire. Non si può circolare e se lo si fa si rischiano multe e arresti.

Come ogni crisi che si rispetti anche questa non ha tardato a manifestarsi pure sui *social* dando spazio a ogni genere di opinione, da quella cospirazionista a quella più docile dell'obbedire alle leggi e alle prescrizioni del Governo.

Non mancano gli esperti, i leoni da tastiera, soprattutto – ahimè – fra gli spiritualisti, alcuni dei quali inneggiano spavaldamente non solo alla non esistenza del virus, ma anche alla falsità di tutta la messa in scena mediatica, negando che ci siano veramente morti, malati gravi, e affermando che tutto questo sia una montatura per nascondere misfatti ben più gravi che il governo starebbe facendo sotto il nostro naso.

Molti amici dediti alla diffusione delle materie spirituali si sono lanciati in descrizioni del fenomeno coronavirus attingendo al loro immaginario metafisico per parlare di punizione divina contro la società capitalistica, karma collettivo da scontare per aver ferito e danneggiato la terra, vendetta della madre terra stessa, regolazione del numero di umani presenti sulla terra («Siamo troppi!» mi sono trovato a leggere incredulo sul profilo di una mia conoscente...), prova collettiva per portarci a una nuova dimensione di consapevolezza (anche qui, chi passerà vivrà, chi non passerà, morrà).

Ci sono poi quelli che hanno fin da subito cercato un colpevole da accusare: i cinesi, il virus, la struttura sanitaria, la classe politica, nonché quelli

che, uscendo di casa nonostante le prescrizioni governative, stavano, secondo i loro accusatori, agendo da inconsapevoli untori.

Questa è la situazione nella quale siamo capitati, e mentre assistevo impotente a tutto questo, mentre iniziavo a contare i giorni che passavo dentro casa senza poter uscire, mi viene chiesto di scrivere un articolo sulla libertà. Non so se qualcuno di coloro che stanno leggendo questo articolo ha veramente mai avuto l'illusione di essere libero, davvero non ho idea se qualcuno dei lettori ha ancora la credenza che quella che viveva prima di questa crisi fosse una vita "libera".

Di sicuro prima potevamo fare più cose. Avevamo uno spazio di movimento più ampio.

Di sicuro prima c'erano molte più possibilità di distrarsi con le persone fuori, i viaggi, i nostri seminari, l'andare in giro per negozi, gli aperitivi, le feste, le cene.

Di sicuro eravamo in relazione con molte più persone.

Ma se pensate che quella fosse libertà, vi chiedo di fare un passo indietro e di rivedere le vostre convinzioni.

Nessuno di noi è mai stato davvero libero. Nessuno è infatti veramente libero finché non inizia un vero processo di crescita interiore, un vero lavoro di conoscenza di sé, e finché non inizia ad accorgersi di quante influenze lo muovono. Prima di iniziare un vero lavoro su di sé ognuno di noi è un po' come una boa in un mare in tempesta, sbattuta qua e là dai venti delle emozioni, dei desideri impulsivi, delle voci che sorgono dall'inconscio e che spingono la piccola boa dentro un miliardo di flussi e correnti sui quali non abbiamo alcun controllo.

Così è, secondo me, per tutti quei cospirazionisti e quegli indignati che sputando sulle migliaia di morti che questa "cosa" ha provocato si sono lanciati in una campagna per "svegliare" le masse dal loro stato dormiente. Così è ad esempio per tutti coloro che hanno proferito maledizioni e condanne a morte verso quelli che, presi dal panico, sono saliti sul primo treno che trovavano per raggiungere i propri familiari. Così è per tutti quegli spiritualisti che hanno insultato l'umanità che obbedisce per paura e codardia alle ingiuste regole imposte dal Governo, definendola su un gruppo di mia conoscenza «gregge di pecore inconsapevoli e addormentate».

Tutti siamo stati istintivamente spinti a ribellarci, reagire e sputare sentenze, e a spingerci è quasi sempre il nostro inconscio. Tutti noi in questa emergenza siamo stati sottoposti a un violento scossone, provocato dall'improvviso e brutale cambiamento del nostro stile di vita, e tutti siamo stati sopraffatti da qualcosa che, reale o meno che sia, ha avuto l'effetto di farci fare quello che nemmeno il più evoluto dei nostri maestri, nemmeno il più potente

dei nostri viaggi sciamanici, la più profonda delle meditazioni, il più elevato libro di spiritualità erano riusciti a farci fare.

Questo qualcosa ci ha costretto a non poter fare niente per distrarci da noi stessi.

E quando siete davvero soli, in trappola, quando niente può più distrarvi, allora la vostra presenza è massima, e forse sentirete emergere qualcosa che era lì dentro da sempre e che cercavate in tutti i modi di ignorare, sedandola con tutte quelle distrazioni che chiamavate "libertà".

Sentirete la vostra sfocatura, finalmente.

Sentirete tutte quelle tendenze che premeranno per farvi fare o dire qualcosa in conseguenza di un impulso incontrollato e non perché lo avete deciso.

Sentirete la voglia di esprimere un'opinione, abbracciare una narrazione.

Sentirete la spinta a essere giudici del vostro prossimo, difensori di voi stessi.

Sentirete l'avida curiosità di voler sapere tutto quello che c'è da sapere sul virus, su quello che può o non può farvi. Sarete tentati di attaccarvi ai telegiornali e ai notiziari per aderire a qualsiasi storia vi verrà raccontata, oppure chiuderete la TV e vi attaccherete a internet per infilarvi in qualche gruppo di risvegliati o di qualche cospirazionista, per aderire all'altra faccia di questo enorme pendolo che abbiamo involontariamente creato: quella di coloro che sono *contro*.

E allora lasciate che vi dia un consiglio spassionato, senza alcuna pretesa di verità.

Lasciate che vi faccia una proposta diversa, in controtendenza con questi tempi in cui tutti sembriamo chiamati a prendere una posizione pro o contro qualcosa. Lasciate che vi ricordi quello che Vadim Zeland ha saggiamente spiegato nei suoi libri. Se vi schierate pro o contro un pendolo (una forma pensiero collettiva), comunque gli darete energia, comunque lo nutrirete. Se alimentata, ogni tipo di reazione emotiva andrà a rimpolpare la già abbastanza densa perturbazione che sta attraversando i nostri piani sottili da numerose settimane.

Vorrei altresì mettervi a parte della mia visione personale di libertà, conscio che questo potrà non piacervi, ma quanto scrivo è ciò che come mago errante ho potuto sperimentare sulla mia pelle.

Non avremo mai alcuna libertà esteriore fintantoché non avremo autorità sui nostri stati interiori, e la mancanza di autorità sul nostro panorama interiore si manifesterà sempre all'esterno.

Allora quale possibilità migliore di quella offerta alla pandemia del coronavirus per testare il nostro livello di presenza, di centratura, e quale miglior monitor della nostra identificazione con ciò che la mente e le emozioni sem-

Andrea Panatta, illustrazione per *Istruzioni per maghi erranti 2.0*

breranno farci? Quale palestra migliore, quale simulazione più efficace per allenarci alla centratura di quella oggi rappresentata dallo scenario della pandemia e delle restrizioni imposte dal governo?

Sapete come si può battere un pendolo? Essenzialmente in due modi: o lo si ignora, pur permettendogli di esistere, o lo si spiazza con un'azione inaspettata, qualcosa che non era previsto né dallo script del pendolo né dagli schemi emotivi che abbiamo incamerato come modelli abituali di reazione agli eventi.

Ad esempio, potete riuscire a essere pace e magari provare amore per questa situazione? Gratitudine? Gioia? Riuscite a percepire la possibilità vera e concreta per voi stessi di fare un salto qualitativo e di diventare persone davvero coscienti? E non vi sto chiedendo – come fanno certi altri spiritualisti con cui ahimè sono entrato in pesante opposizione – di ignorare la pandemia, non voglio assolutamente negare la possibilità che questa epidemia sia reale. Non voglio nemmeno attardarmi a immaginare che ci stiano prendendo in giro con notizie artefatte, servizi costruiti *ad hoc* e statistiche manomesse. Non ho dati certi per dire se è vero o falso ciò che accade. E un mago errante parla solo di quello che sa e di quello che sperimenta giornalmente. Ho fatto un giuramento, che è riportato all'inizio del primo libro di istruzioni per maghi erranti, e intendo rispettarlo finché avrò vita.

Non vi sto dicendo di prendere e uscire di casa come se nulla fosse, né di ignorare le misure di sicurezza come mascherine e disinfettanti perché sarebbe stupido e imprudente, perché non ho abbastanza dati di realtà per dirvi che sono precauzioni inutili. Non è infatti dell'esterno che sto parlando qui. Sto parlando di ciò che è dentro di voi. Lasciate che ve lo ripeta ancora una volta molto chiaramente: *la vostra cosiddetta libertà è e resterà una pura illusione finché non sarete liberi dal dominio di pensieri, emozioni, abitudini e tendenze.*

Potete combattere l'esterno se volete, mettervi a fare slogan, a partecipare a *flashmob*, potete citare tutti i vostri paladini della libertà come se la libertà fosse il diritto inalienabile di fare quel che volete, quando volete. Ma se avete visto, e dovete proprio averlo visto, che c'è una relazione fra interno ed ester-

no, fra situazione interiore e situazione esteriore, e se avete davvero voglia di uscire da questo periodo cambiati e rafforzati, allora vi consiglio di lasciar perdere i capricci, le ribellioni, gli slogan e le isterie propagandistiche e di cominciare a mettere in pratica quello per cui avete studiato per anni.

Vi consiglio di smettere di scappare da voi stessi e guardare in faccia questo fatto: *l'unica libertà reale, possibile ed eterna, giace nella capacità di dirigere la vostra attenzione*.

Vi chiedo anche, se volete, di provare a fare qualcosa di radicalmente diverso da quello che chiunque vi ha consigliato di fare finora. Seguite le misure imposte, i divieti, le mascherine, i disinfettanti, le autocertificazioni e tutto il resto. Ma mentre fate questo decidete di non credere interiormente a nulla di quello che vedete, di non credere a quelle immagini che sfilano davanti al campo della vostra attenzione. Non dategli tutta la vostra attenzione e le vostre emozioni. Se non credete a me, allora forse crederete a qualcuno più autorevole di me, William "Bill" Samuel:[1]

> «Molto spesso è il nostro giudicare qualcosa come "positivo" che ci spinge ad apprezzarlo, a desiderarlo, a lottare per possederlo, conservarlo, venerarlo o piangerne la perdita. Allo stesso modo, è il nostro giudizio di valore "negativo" che ci induce a detestare qualcosa, a evitarlo, a lottare per liberarcene o bandire crociate per combatterlo. Capita spesso che la stessa "cosa" sia amata da alcuni e detestata da altri; dunque è evidente che la sofferenza non sta nella "cosa" in sé, ma nel nostro giudizio al riguardo. In generale, i giudizi attribuiscono un valore positivo o negativo alle "cose", che siano immagini, suoni, persone, luoghi, avvenimenti, sensazioni o idee, ma è un valore che possiamo tranquillamente fare a meno di assegnare. [...]
> Certo, smettere di formulare giudizi è più facile a dirsi che a farsi; si tratta di abbandonare un'abitudine radicata in noi da moltissimo tempo. Eppure è possibile, e i "risultati" sono immediati fin dal momento in cui iniziamo a provarci. Il "metodo" più semplice per non considerare le immagini né positive né negative è percepire come Verità assoluta il fatto che quelle immagini sono comprese all'interno della Consapevolezza come consapevolezza stessa, e che tutte consistono della medesima "sostanza": Consapevolezza, Spirito, Mente, Essenza. Il "valore" risiede nella Consapevolezza, non nell'immagine racchiusa al suo interno. Attribuire all'immagine un valore che invece è qui, in questa

1. W. Samuel, *Il sentiero della consapevolezza e della scoperta di sé*, Spazio Interiore 2018, pp. 53-54, 63.

stessa Identità che è consapevolezza, vuol dire rinunciare a esercitare il dominio che ci spetta di diritto e sottometterci come schiavi obbedienti all'immagine. Il "valore" risiede unicamente qui, nell'Ineffabile che si immedesima in questa Coscienza-Io. [...]
Rimboccati le maniche. Abbi il coraggio di mettere in discussione i valori attribuiti dal vecchio io alle immagini, suoni e sensazioni racchiusi nella Consapevolezza. Ciò che è stato definito "cattivo" in realtà non lo è affatto; ciò che è stato definito "buono" in realtà non lo è affatto. Entrambi non sono altro che gli estremi opposti del dualismo che emerge dalla visione del giudice».

Se volete provare questo esperimento con me prima o dopo avrete risultati concreti, che potrebbero davvero costituire il cambiamento della linea di vita vostra e dei vostri cari in meglio. Vi consiglio di continuare a stare nel mondo, partecipando alla sua recita, ma di non fare la guerra contro nulla. «Guerra non fa nessuno grande» diceva Yoda.

Ma interiormente rimanete liberi, rimanete saldi nella vostra centratura. Così facendo, quando la consistenza del sentirvi liberi interiormente raggiungerà una certa massa critica, vedrete la vostra linea di vita scivolare verso le vere soluzioni, lontano dal problema, *nella misura in cui sarete capaci di tenere l'attenzione lontana da questo disastro che l'esistenza sembra proporvi.*

Se volete diventare liberi *davvero*, iniziate dal vostro panorama interiore, abbiatene la massima cura.

È attraverso quello che modificate il film là fuori. Non il contrario.

~ **ANDREA PANATTA** ~ *maghierranti.blogspot.com*

Nato a Roma nel 1973, si occupa da diversi anni di ricerca spirituale, sviluppo del potenziale psichico, discipline energetiche e Qigong. Dal 2008 al 2015 è stato counselor e formatore. Dal 2008 Insegna il corso di Igor Sibaldi *I Maestri Invisibili*. Con Spazio Interiore ha pubblicato *Istruzioni per maghi erranti. Il piccolo libro della centratura* (2015), *La via della forza* (2017) e *Istruzioni per maghi erranti 2.0. L'Arte del sentire* (2018).

IL DIVERSO AI TEMPI DEL CORONAVIRUS

di Paolo Crimaldi

Se qualcuno pensa di escludere la filosofia e lasciarla da parte come qualcosa di inutile, alla fine verrà sconfitto da essa in qualche modo oscuro.
Karl Jaspers

È da giorni che rifletto se scrivere o meno queste considerazioni sull'esperienza psicologica, sociale e antropologica che ha scatenato l'arrivo del *coronavirus* nel nostro quotidiano.

A metà di febbraio feci uno strano sogno nel quale il presidente Mattarella si arrampicava agevolmente su di una scala, tipo quella dei pompieri, appoggiata alla facciata di un palazzo, fino a raggiungere la cima per poi perdere rovinosamente l'equilibrio e cadere giù. Il sogno terminava con me che osservavo dalla finestra una piazza vuota, avvolta in un agghiacciante silenzio.

È un sogno profetico? Un'elaborazione del mio inconscio di ciò che stava per accadere a seguito di quanto s'iniziava a conoscere realmente sulla possibilità di contagio?

Forse. Fatto sta che questo sogno mi ha molto guidato in questi giorni nella comprensione di non poche dinamiche umane e sociali.

Alle prime notizie di contagio – e forse ancora prima, quando era relegato *solo* alla lontana Cina – si sono creati due gruppi di pensiero: il primo catastrofista, che vedeva una prossima pandemia che alla fine avrebbe travolto l'intero globo con un'ecatombe di vite umane; il secondo più distaccato, incredulo rispetto alla possibilità di un contagio mondiale, che ha continuato, anche dinanzi all'evidenza di casi eclatanti, a vivere come sempre e a non rinunciare alle proprie libertà. Un atteggiamento che poi l'ha reso bersaglio dell'aggressività della fazione opposta, che ha finito con accusare gli appartenenti di essere degli untori e generando una caccia alle streghe – fortunatamente solo – all'interno della rete dei social.

I post del primo gruppo contenevano frasi del tutto inappropriate nei confronti degli *irresponsabili untori*, frutto di una paura atavica della morte e forse dettati anche da un bel po' d'ignoranza e di totale mancanza d'empatia verso l'Altro.

L'untore quindi non è più solo lo straniero, il cinese *in primis*, ma anche il nostro connazionale, colui che parla la nostra lingua, fa quelle stesse cose che solo fino a qualche settimana fa erano normali e comuni quasi a tutti.

Ci sono stati ribaltamenti di pregiudizi e relative chiusure, come quella settentrionale/meridionale, giovane/anziano, sano/malato, che hanno lentamente creato diffidenza, paura e barriere, identificando con facili processi a senso unico chi per puro caso si era trovato in una *zona rossa*, pericolosa.

Quasi nessuno ha pensato e riflettuto, anche solo per un minuto, che chi scappava da Milano in tutta fretta non era colui che ci abitava e aveva lì una sua vita affettiva, lavorativa, sociale, ma chi probabilmente vi si trovava di passaggio per motivi di studio o di lavoro, e che dopo qualche giorno sarebbe rientrato a casa propria, a sud di quella che – ancora per poco – era l'unica zona rossa.

Untori, irresponsabili, pericoli per il genere umano: questi gli appellativi più umani che si leggevano nei social.

È dinanzi alla paura che l'essere umano può mostrare la parte di sé più squallida, bieca, mediocre e individualista, soprattutto nella nostra epoca non abituata all'idea della condivisione vera, ma solo a quella della perfezione, dell'invulnerabilità a tutto e tutti. Come supereroi, ci si credeva invincibili e se qualcosa strideva con i nostri canoni di perfezione si poteva allora ricorrere alla maestria di un chirurgo estetico o a falsi miti mediatici con cui identificarsi e sentirsi fantastici.

A inizio degli anni '70 del secolo scorso, Philip Zimbardo giunse alla formulazione dell'agghiacciante teoria dell'*effetto Lucifero*.[1]

Zimbardo condusse un esperimento che simulava la vita all'interno di un carcere. I soggetti scelti erano tutti studenti della Stanford University, privi di disturbi caratteriali, politicamente liberali (molti erano figli dei fiori), di classe e cultura medio-alta.

Le condotte assunte dai partecipanti furono pericolosamente stupefacenti, tanto che a causa delle dinamiche aggressive e violente che si vennero a creare nel giro di qualche giorno, l'esperimento fu interrotto dopo poco più di una settimana.

Il risultato sconvolgente fu che coloro a cui fu affidato il ruolo di guardia carceraria (scelta puramente casuale) finirono con l'adottare, in quel particolare contesto, atteggiamenti estremamente violenti (con un utilizzo del potere che andava ben oltre il consentito) nei confronti dei detenuti. Mentre questi

1. P. Zimbardo, *L'effetto Lucifero. Cattivi si diventa?*, Cortina 2008.

ultimi si conformarono con altrettanta velocità a subire, quasi passivamente, soprusi e violenze. Da ambo le parti ci fu identificazione immediata ed estrema nei rispettivi ruoli.

Le conclusioni inducono a riflettere sul fatto che la *deindividualizzazione*, come quella sperimentata nelle carceri, porta a una minore consapevolezza di sé e all'adozione di comportamenti identificativi con quelli che sono gli scopi e le azioni del gruppo di appartenenza. È come se avvenisse una deresposabilizzazione personale dinanzi a comportamenti inaccettabili, probabilmente mai agiti da singoli ma fatti propri nel momento in cui ci si affida all'identità del gruppo.

Perdita della libertà, paura del dolore, angoscia di morte possono portar fuori nell'uomo istinti primari brutali, per nulla empatici, quasi a voler ripristinare la legge dell'*homo homini lupus* peculiare dello stato di natura.

Abbiamo tenuto ostinatamente alla porta l'*angoscia della morte*, mostrando solo un edonistico senso del piacere, un eccesso di vitalità che più si avvicinava al cielo, e prendeva luce, e maggiormente sembrava rendere vitali, immortali, divini, per poi spingere alla mancanza di vera empatia, alla solitudine e all'isolamento specie in chi ha un'indole più sensibile.

Come ci fa notare Claude Le Guen, l'*angoscia è libido trasformata*. Dinanzi all'esperienza della morte, all'impossibilità di lottare con il destino, l'uomo perde la sua ragionevolezza se non è adeguatamente preparato, se non accetta l'idea, come ebbe a dire Sigmund Freud, che *la meta di tutto ciò che è vivo è la morte*.[2]

Dinanzi a situazioni nuove, del tutto imprevedibili, che mettono a contatto con la morte, l'individuo sviluppa una reazione aggressiva, distruttiva, che spesso rivolge nei confronti di chi ritiene, il più delle volte arbitrariamente, un pericolo per la propria vita. *È un agire l'angoscia di morte, un voler ribadire che non è ancora giunto il momento di andare via, di avere ancora un potere sulla vita.*

La proiezione sull'Altro di questo stato emotivo così profondo e arcaico porta spesso a comportamenti addirittura disumani, alla perdita di una parte di quegli strumenti che aiutano a non giungere a opinioni sconsiderate, a non impedire la diversità dell'altro, anche se le sue opinioni cozzano profondamente con le proprie.

Spesso l'angoscia di morte veicola una forte energia psichica altamente distruttiva, che si amplifica e massifica quando vi è una società, un sistema, un'ideologia che lo permette, come giustamente ha fatto notare Hanna Arendt nel meraviglioso reportage sul caso Eichmann.[3]

Per molti versi, per ragioni differenti, e fortunatamente con impatti non così disastrosi, sta accadendo lo stesso in questo momento di pandemia da COVID-19.

2. Citato in C. Le Guen, *Dizionario freudiano*, Borla 2013, p. 992.
3. H. Arendt, *La banalità del male*, Feltrinelli 2012; H. Arendt, *L'umanità in tempi bui*, Cortina 2019.

Si leggono post di inaudita violenza nei riguardi di chi esce da casa e cammina per strada, magari perché è obbligato e non necessariamente per piacere o per semplice trasgressione. Vi è un giudicare crudele, violento, pericolosamente simile a quanto accadeva nei regimi dittatoriali del XX secolo, in cui lo stato favoriva la denuncia di tutto ciò che non era allineato alle direttive del sistema, anche accettando la delazione (basata su interessi spesso personali e non sulla reale obiettività della situazione).

Tutto ciò genera terrore, paura dell'Altro, difficoltà ad aprirsi, e chiude in una solitudine imposta e non scelta, gelante, inibente una relazione sana con le persone che sono vicine. L'altro diventa potenziale nemico, untore in questo caso, quindi pericolo da stigmatizzare e far sentire inappropriato, spingendolo alla pubblica gogna, a vergognarsi per la sua non omologazione.

Temo molto più questo contagio psicologico, i cui danni possono ricadere anche nel lungo periodo, se non addirittura a livello generazionale, che non quello epidemiologico.

È da questi atteggiamenti mentali di negazione della diversità e autenticità altrui che si prepara il terreno fertile per la perdita della libertà *tout court*.

L'antropologo Francesco Remotti da molti anni ci spinge a ricentrarci nell'incontro con l'Altro sul tema della somiglianza e non sulle differenze, sull'identità: «Le somiglianze collegano; le identità invece recidono: se si adottano visioni identitarie non si creano legami tra noi e loro ma, al contrario, taglio, divisione, frattura. Tagliando le somiglianze, l'identità produce alterità. Se esiste l'intrigo delle somiglianze e delle differenze, l'alterità in quanto tale non si dà "in natura": essa è invece l'effetto artefatto, mentale, sociale e politico dell'identità».[4]

E torno nuovamente alla stigmatizzazione del diverso, di chi in questo momento sovverte le regole e mette a rischio la comunità. Chi è costui? Non è forse la parte di noi che non riesce più a essere libera, a vivere secondo un proprio pensiero, a trasgredire un ordine che non si prova neppure a mettere, non dico in discussione, ma al vaglio razionalmente?

Siamo ostaggi di una scienza che ci promette una vita fantastica, che allontana dalla morte, che prolunga la gioventù, ma che chiede sempre più una cieca sottomissione, un'adesione dogmatica e fideistica. Nietzsche ci aveva messo in guardia, il pericolo che temeva di più con l'avanzare della società tecnologica era proprio il non cambiamento del modo di pensare dell'uomo: egli temeva che la fede in dio fosse sostituita con la fede nella scienza, cosa che non avrebbe prodotto alcun cambiamento e beneficio al genere umano nella sua evoluzione e liberazione.

4. F. Remotti, *Somiglianze. Una via per la convivenza*, Laterza 2019, p. XVIII.

Ha ragione Rupert Sheldrake[5] quando afferma che oggi siamo assoggettati a modelli scientifici guidati da una base matematica la cui conoscenza è appannaggio solo di pochissime persone.

Non ci permettiamo di voler andare oltre il dato matematico, non lo mettiamo lontanamente in discussione, ne siamo assoggettati fideisticamente e laddove si erge un barlume di critica da parte di una mente non allineata a questo sistema, la massa lo denigra, lo allontana, lo condanna, quando addirittura non lo zittisce attraverso sistemi repressivi che pur diversi nella forma da quelli dell'Inquisizione, non lo sono poi così tanto nella sostanza.

Le voci che hanno tentato una critica, un allontanamento dal protocollo scientificamente dominante relativo al COVID-19, dopo le battute iniziali in cui regnava ancora una confusione comunicativa, sono state allontanate dai vari *talk-show* televisivi, dai giornali, e di loro si è persa traccia. Eppure non si trattava di cialtroni, di millantatori di verità esoteriche, ma di accademici che mostravano dubbi circa la natura e le conseguenze di questo virus e della sua gestione.

Non è questione di avere ragione o torto, ma di discussione, di confronto, anche perché da sempre la scienza ha dato grandi risultati solo a seguito di dibattiti e confronti anche abbastanza rumorosi.

Ritornando però al comportamento del singolo, del nostro vicino, che magari canta a squarciagola affacciato alla finestra una canzone di Rino Gaetano o di Toto Cutugno aderendo all'ennesimo *flash mob*, sentendosi empaticamente vicino a tutti, e che allo stesso tempo, in rete o nelle scale del suo palazzo, *è* il giustiziere di chi magari è uscito per dieci minuti di libertà, senza mettere a repentaglio l'altrui salute, mi spaventa e mi riporta alle immagini dei tanti film in cui si ricostruiva la figura del collaboratore della polizia fascista, che a ogni comportamento sospetto di un vicino ne faceva relazione.

Sempre Remotti ci ricorda che: «la convivenza posta come valore primario è resa possibile soltanto dal riconoscimento delle somiglianze».[6]

Ecco che dinanzi alla paura per la propria sicurezza, l'incubo dell'angoscia di morte fa capolino, e ogni convivenza diventa pericolosa se non c'è uniformità, sovrapposizione, identità comune.

Così si apre lo spazio alla distruttività, si fa spazio alla tetra signora che con la falce in mano uccide ciò che ritiene pericoloso, destabilizzante.

L'altro non identico a noi diventa il nemico, il portatore di un virus che può farci morire, che spazza via la nostra vita felice e perfetta e che speriamo di recuperare dopo il sacrificio della reclusione, della rinuncia alla socialità, all'incontro con l'Altro.

5. R. Sheldrake, *Scienza e pratiche spirituali*, Spazio Interiore 2019, p. 92.
6. F. Remotti, *Somiglianze. Una via per la convivenza*, cit., p. XIX.

Può apparire pericolosa questa mia considerazione, forse assurda e priva di contatto con la realtà tangibile, ma non posso chiedermi, e mettere in discussione, la validità e utilità di un provvedimento restrittivo nel momento in cui mi viene imposto mantenendo molti spazi di ambiguità.

Quali? Che utilità c'è nel tenere aperti i tabaccai? Potrebbe essere un modo assolutamente restrittivo per obbligare a non fumare, considerato che le morti per tabagismo al momento sono in percentuale di gran lunga superiori a quelle causate del COVID-19. Oppure per quale ragione alcune attività sono *frequentabili* fino alle ore 18, ma non dopo?

Domande, se mi è permesso, legittime, razionali, eppure prive di risposta razionale, accettate incondizionatamente.

Per cui, nonostante senta parlare da più parti che siamo dinanzi a un risveglio spirituale, personalmente temo invece che si verrà a creare una sempre più grande scissione tra me e l'Altro, una maggiore stratificazione di pensiero e un'uniformità e conformità di pensiero, e relativo comportamento, che può bloccare il tentativo di evoluzione e libertà che l'uomo, soprattutto occidentale, ha tentato nell'ultimo secolo.

Il mio timore è che in questo particolare momento ci venga tolta la capacità di guardare in avanti, di pensare nuovamente a una vita felice, libera, fatta di una normalità relazionale che solo da relativamente poco abbiamo imparato a riconoscere importante per la nostra esistenza e ad apprezzare.

Quanti di voi in questo particolare momento stanno pensando dove andare in vacanza? Cosa fare da qui a un mese o semplicemente nel prossimo anno? Vi viene da pensare alla prossima cena che farete assieme agli amici di sempre, magari in bel posto sul mare? O magari di poter incontrare qualcuno di cui potervi innamorare e vivere felicemente un'estate non così distante? Oppure di guardare il sito *web* del vostro cantante preferito per vedere se nei prossimi mesi sono in programma dei concerti? O il biglietto che magari avete già tra le mani, acquistato o ricevuto come regalo di Natale, vi porta a immaginarvi di essere per quella data, assieme a tanta altra gente, a urlare e cantare?

Cose semplici, se volete banali, che però, per molti, si sono pericolosamente allontanate dal proprio pensiero quotidiano, sembrano svanite via per far posto a una tetra quotidianità fatta di monotone azioni, all'ascolto ossessivo di notiziari o peggio ancora a una voyeuristica attenzione al comportamento altrui mancando di fare *con-tatto* con se stessi.

Probabilmente c'è la disabitudine a coltivare la solitudine, non come privazione forzata della propria libertà ma come laboratorio alchemico per trovare quel senso della vita che può essere valido per noi, ma non necessariamente per gli altri.

Non si tratta assolutamente di ritirarsi dal mondo, ma di un essere nel mon-

do senza perdere il contatto con se stessi, senza rinunciare alla nostra unicità esistenziale, senza lasciarsi schiacciare dal peso di un ossessivo bombardamento mediatico che impedisce di farci riflettere, pensare, elaborare e soprattutto sperare in un mondo se non diverso, almeno più consapevole di quello che abbiamo forzatamente lasciato fuori casa a seguito del COVID-19.

Sembra parlare per noi il mito di Icaro, colui che credendosi sicuro dei propri mezzi non tenne conto del consiglio di suo padre Dedalo, di non volare né troppo in basso in quanto le ali, fatte di piume e cera, si sarebbero inumidite, né molto in alto perché la cera si sarebbe fusa, entrambe cose che avrebbero provocato una caduta disastrosa e la morte. Icaro non diede ascolto all'avvertimento paterno: «Cominciò a volare verso il sole, inebriato dalla velocità che le grandi ali imprimevano al suo corpo. A un tratto Dedalo, guardandosi alle spalle, non vide più suo figlio, ma soltanto delle piume sparse che galleggiavano sulle onde sotto di lui. Il calore del sole aveva disciolto la cera e Icaro era precipitato in mare, annegandovi».[7]

Nei miti spesso troviamo visioni archetipiche che rispondono bene a comportamenti peculiari di una persona o di un'intera generazione, e che ci aiutano a comprendere in modo immediato, immaginale, cose che altrimenti sarebbero più complesse e non di così immediato impatto nella loro comprensione.

Evidentemente siamo tanti Icaro, non necessariamente tutti destinati a cadere e annegare, ma sicuramente incapaci di arrestare un volo troppo alto per le nostre possibilità. L'unico modo per salvarci non può essere dato che dal *fato*, ovvero da quell'insieme di eventi che non possiamo controllare e che spingono a fermarci un attimo, a non poter più puntare così in alto senza averne i mezzi, obbligandoci in tal modo a metterci in ascolto con la parte saggia di noi, con quel *Senex* che invita sempre alla prudenza e a non contare troppo sui propri possessi perché non sempre sono adeguati a ciò che andiamo ad affrontare.

In questo particolare momento a parlare e imporsi è il *Senex*, il destino inevitabile, ma anche quello che fa prendere consapevolezza dei propri limiti come delle proprie potenzialità e che salva solo chi è pronto a sacrificare una parte di sé, forse proprio quella che dava per scontata e quindi non particolarmente apprezzata: la sicurezza!

Ed è forse anche il messaggio che il cielo, attraverso i suoi astri, sembra volerci far conoscere e sperimentare. L'abbraccio tra Saturno e Plutone nel granitico segno del Capricorno, potenziato dal passaggio di Giove e Marte anch'essi nello stesso segno, può essere la motivazione astrologica di questo momento in cui perdita di libertà (Saturno) e angoscia della morte (Plutone) sono esplosi (Marte) ed espansi (Giove), anche con gravi conseguenze economiche (Capri-

7. R. Graves, *I miti greci*, Longanesi 1983, pp. 283-284.

corno), mettendo seriamente in discussione uno stile di vita e dei parametri sociali che sembrano impermeabili a tutto e tutti.

Del resto è andata bene per più di qualche decennio, molto più di mezzo secolo senza conflitti sociali devastanti, guerre ed epidemie (facendo chiaramente riferimento all'Occidente). Quando alla fine di quei magici, brillanti, euforici anni '80 dell'ormai secolo scorso, in cui sembrava che la libertà, sessuale *in primis*, fosse ormai di tutti, giunse l'AIDS – che nel giro di qualche anno uccise centinaia di migliaia di persone, dapprima gay e tossicodipendenti, per poi rendere tutti vulnerabili al contagio se abituati a rapporti promiscui e privi di protezione – la vera paura fu presente solo nelle categorie per prime stigmatizzate, gli omosessuali maschi e coloro che facevano uso di droghe.

Il contagio giungeva attraverso due liquidi vitali: sangue e sperma.

Ed è la parola *contagio* a evocare emozioni terrifiche sedimentate nel nostro inconscio collettivo, quella paura legata all'untore che con un tocco può distruggere la nostra vita.

Questa parola, *contagio*, probabilmente attiva memorie arcaiche conservate nella nostra psiche e improvvisamente ci mette dinanzi alla nostra vulnerabilità, alla paura della morte, alla fragilità dell'esistenza. Ecco allora che il malato, l'untore, il portatore del contagio prende le forme del nemico da debellare e su cui proiettare tutte le nostre ansie. È solo colpa sua, è il suo comportamento non uniformato e immorale ad averlo predisposto alla malattia e quindi è da tenere lontano, da stigmatizzare, segregare per difendere chi invece vive nel pieno rispetto delle regole, segue le leggi di una vita ordinata, *normale*. Si dimentica però che questa stessa persona, diventata deviante a seguito del contagio della malattia, solo qualche tempo prima era in molti casi osannata, modello di uno stile di vita fantastico ma per molti impossibile da sperimentare.

È l'eterno conflitto tra luce e ombra, tra libertà e restrizione, tra creatività e conformismo, tra grandezza e meschinità.

Eppure si è riusciti ad arginare l'epidemia di AIDS e soprattutto a trovare cure che hanno permesso di vivere con una buona qualità di vita.

Per molti versi la scoperta e il diffondersi dell'AIDS fu un momento di profonda riflessione, la morte faceva capolino nelle nostre esistenze serene, edonistiche, vivaci, che non avevano mai attraversato la paura di una guerra, di una pestilenza o di un bieco totalitarismo. Chi invece, per motivi anagrafici, c'era passato, aveva provato a rimuovere i traumi vissuti, a far cadere nell'oblio, grazie all'elasticità della memoria, ciò che avrebbe impedito la ripresa di una vita normale, almeno all'apparenza.

Nondimeno – voglio ripeterlo – si riuscì ad arginare l'epidemia e soprattutto a trovare delle cure che oggi permettono di vivere un'esistenza abbastanza normale e con una buona qualità di vita.

Qualcuno può ricordarsi il periodo delle due guerre del Golfo o dell'attacco alle Torri Gemelle, scenari apocalittici per certi versi, ma tutto sommato localizzati, estranei per molti versi, soprattutto a noi europei, che hanno veicolato ansia, anche momentanea paura, nulla però a confronto di quanto accade oggi.

Oggi siamo tutti vulnerabili; sperimentiamo per la prima volta, dopo decenni, il coprifuoco (per molti di noi è la prima volta), ma soprattutto siamo obbligati a stare in casa, soli con noi stessi o i nostri familiari, a fare i conti con la fragilità delle molte certezze su cui avevamo costruito la nostra vita e quindi stupiti di tutto quel che può accadere e su cui non abbiamo alcun potere, almeno al momento.

È da qui che bisogna ricominciare: ricostruirci un'identità che metta solide radici nella consapevolezza di chi desideriamo essere e non in ciò che gli altri, il mondo, si attendono da noi. Dobbiamo provare ad andare oltre ogni possibile omologazione e accettare la sfida di poter essere vulnerabili ma allo stesso tempo attenti al nostro mondo interiore e a quello che ci circonda, sicuramente con minori certezze, ma più forti e consapevoli di essere in cammino, senza necessariamente avere da subito una meta ben precisa, ma accettando anche l'idea di poterla trovare per strada e magari cambiarla più volte.

È questo, credo, ciò che potremo trarre, forse in pochissimi, da questa esperienza sicuramente inattesa, imparando a guardare chi abbiamo dinanzi a noi, parafrasando Remotti, come un *simile* e non più come Altro, senza per questo perdere la nostra centratura e capacità di poter essere anche in un altrove, senza però perdere la rotta.

Per concludere riporto una frase di un filosofo che guardò forse troppo in avanti per i suoi tempi, ma estremamente contemporaneo oggi, Friedrich Nietzsche: *la grandezza di un uomo è di essere un ponte e non uno scopo.*

~ PAOLO CRIMALDI ~

Psicologo clinico e docente, si occupa principalmente di psicologia transculturale e di terapia karmica ed è uno dei più famosi astrologi italiani. Laureato in Filosofia e in Psicologia, ha studiato il pensiero magico ed esoterico in relazione al rapporto tra Oriente e Occidente. Con Spazio Interiore ha pubblicato *Sogni ed evoluzione. Il mondo onirico tra karma e destino* (2014) e *Sesso eroico furore* (2020).

L'EMERGENZA CONCERNE L'ESSERE

di Salvatore Brizzi

«Non fate ciò che l'uomo medio ritiene sensato. Se vi comportate come pecore è giusto che veniate tosati».

Voglio chiarire che quando dico di non fare ciò che l'uomo medio ritiene sensato, non vi sto invitando a disobbedire alle leggi, tenendo aperto il vostro bar o tossendo sul collo di chi vi sta davanti mentre siete in coda alle Poste. Voglio chiarirlo perché ci può sempre essere qualcuno che fraintende e decide di andarsene in giro in bicicletta, nudo... senza sellino, solo per dimostrare che lui è alternativo e non rispetta le regole condivise dalla società!

Come sa chi mi segue da più tempo, la mia filosofia non è quella del gesto eclatante, dell'apparire diversi a tutti i costi, bensì quella del "volare basso" e restare invisibili. Facendo il mio mestiere è piuttosto difficile... e sei costretto a imparare l'arte del funambolismo, ma voi non siete nella mia situazione e quindi non vi consiglio di andare a cercarvi guai supplementari.

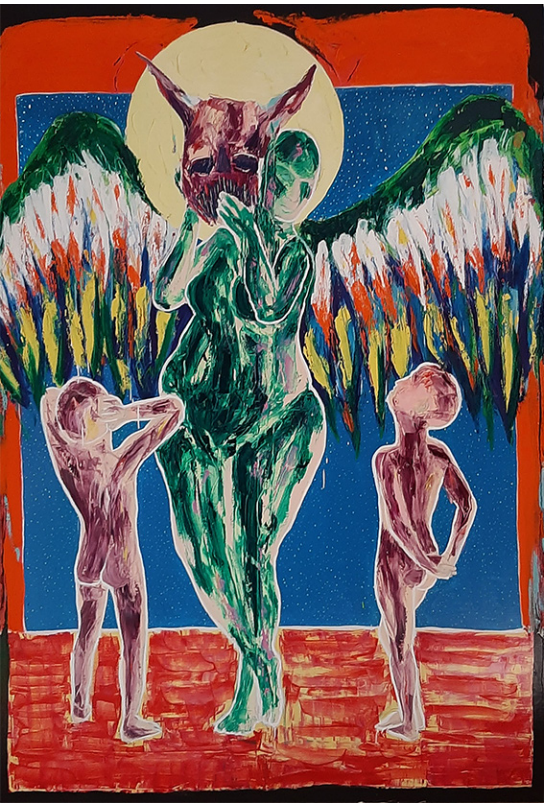
In effetti, qualcuno ha la missione di esporsi e combattere per la libertà dei popoli anche sul piano esteriore (vedi personaggi come Falcone, Borsellino, J.F. Kennedy, Gandhi... e simili), magari fondando movimenti, organizzazioni, partiti... oppure... in tempi moderni, creando canali YouTube (vedi Byoblu di Claudio Messora) o siti (vedi disinformazione.it di Marcello Pamio), ma non è il caso della maggior parte delle persone, le quali creano solo maggior confusione e si rendono inutilmente "visibili" al Sistema.

Recita un vecchio detto popolare: «Il chiodo che spicca sugli altri, sarà il primo a essere colpito dal martello».

La disobbedienza è interiore.

La rivoluzione concerne l'essere.

Il mondo viene cambiato innanzitutto operando dei cambiamenti radicali all'interno di sé. Se tu resti uguale, il mondo resta uguale. E anche se il mondo dovesse cambiare, tu non te ne accorgeresti... perché sei rimasto uguale.



Fulvio Faioni, *Vi insegno a non avere paura*

Ciò significa che esteriormente potete anche andare in giro con la mascherina, accettare di non poter abbracciare o stringere la mano alle persone, tenere tutti a un metro di distanza (mi viene da ridere solo a scriverlo), potete anche giungere a far finta di essere terrorizzati dall'influenza, ma l'essenziale è ciò che provate dentro. E nell'anima potete restare liberi sotto qualsiasi regime... anche sotto la legge marziale, cioè quando le ordinarie libertà del cittadino vengono sospese.

L'anima ha una "potenza di Fuoco" che nessun esercito può vantare.

"Loro" vincono quando la mascherina entra dentro di voi, quando il senso d'immortalità lascia spazio alla paura di prendere l'influenza, quando cominciate a crederci davvero. "Loro" vincono quando non hanno più bisogno di sedare rivoluzioni, perché gli schiavi stessi sono stati convinti di essere coloro che governano. Questa è la dittatura perfetta.

Restate svegli.

Siate ovini fuori, ma leoni dentro, mai il contrario.

Il motivo evolutivo per cui sta accadendo tutto questo concerne più punti:

1) L'inquinamento è stato ridotto in maniera considerevole. L'aria non è mai stata così pulita dalla prima rivoluzione industriale, questo migliora le condizioni dell'apparato respiratorio di chiunque.
2) La nazione viene continuamente ripulita sul piano fisico/eterico: treni, autobus, aerei, luoghi pubblici, uffici e aziende... tutto viene lavato e disinfettato come mai prima d'ora. Quando puliamo qualcosa sul piano fisico, in realtà lo stiamo facendo anche sui quattro piani eterici. Questo vale anche per il nostro corpo, niente avviene mai unicamente sul piano fisico.
3) Siamo costretti a selezionare. Dobbiamo decidere cosa è davvero importante e cosa no. Questo porta a una maggiore capacità di focalizzazione mentale. Si può uscire solo per cose essenziali. Si possono vedere solo le persone

che è indispensabile vedere. Si può lavorare solo se si svolgono determinati lavori, quelli che non svolgono lavori indispensabili per la società devono stare a casa. Al supermercato si va un numero minore di volte e si compra solo ciò che davvero serve; inoltre ci si impiega meno tempo, perché si sa che fuori c'è una coda di persone.

4) Aspetto più importante. Le persone sono costrette a guardarsi all'interno, ognuno secondo le sue capacità e predisposizioni. Una situazione di emergenza ti porta a riflettere di più, indipendentemente dal fatto che tu abbia compiuto un percorso di meditazione o di lavoro su di sé. Centinaia di migliaia di persone che stanno a casa anziché lavorare – e che non possono vedersi con gli amici o andare in palestra – sono costrette a entrare all'interno... almeno più del solito. Ieri, in coda al supermercato osservavo che il centro di consapevolezza delle persone si sta spostando verso i sottopiani superiori del piano mentale e di quello emotivo... probabilmente per la prima volta nella loro vita. Per molti di loro è la prima volta che non pensano solo alle stupidaggini delle quotidianità, ma iniziano a interrogarsi sul senso della vita, grazie a un'emergenza. Il termine emergenza in realtà non indica qualcosa di negativo, bensì l'emergere in superficie di ciò che è sommerso, qualunque cosa sia.

Detto questo, per la maggior parte delle persone il venire costrette a far emergere ciò che è nascosto significherà scivolare nella follia. Ma d'altronde questo è esattamente ciò che è previsto accada, ossia la speciazione: qualcuno entrerà sempre più all'interno di sé mentre qualcun altro non reggerà alle continue crisi ed emergenze dei prossimi anni e impazzirà. Voi da che parte state? Buon lavoro a tutti.

~ SALVATORE BRIZZI ~ *www.salvatorebrizzi.com*

Scrittore e conferenziere, si occupa di trasmettere attraverso la sua attività i principi della creazione della propria realtà, affinché l'individuo non continui a idolatrare il Mondo come un dio onnipotente al di fuori di sé. La sua formazione comprende: la Quarta Via di Gurdjieff, le opere di Alice Bailey e H.P. Blavatsky, l'Agni Yoga, l'applicazione pratica dei Vangeli. È un esperto di Alchimia trasformativa e tiene corsi e seminari in diverse città.

LA LIBERTÀ HA UN PREZZO

di Mauro Villone

È incredibile!

Terrorizzati per un virus pericoloso, dopo aver passato decenni a fumare, ingurgitare cibo spazzatura, mangiato cadaveri, aver abusato di alcol, respirato gas mefitici, fatto una vita di merda, odiato un sacco di gente e di cose, strisciato per un lavoro per cui devi alzarti tutte le mattine alla stessa ora per andare in un posto di cui non ti frega un cazzo e incontrarti con persone che consideri odiose, avendo sempre paura di qualcosa, ma voltando lo sguardo altrove di fronte a milioni di bambini che muoiono ogni anno, o miliardi di persone a rischio di morte per fame, a lasciare che il vostro governo comprasse bombardieri e non letti in ospedali, senza esservi mai accorti che ogni anno muoiono solo in Italia fino a 12.000 persone per influenza. Dopo aver passato anni a non amare un corpo che ti è stato dato come sacro e di cui non hai mai capito una sega, se non che a strofinare il pisello periodicamente godi come un riccio sì e no per quindici secondi.

E poi ti caghi sotto se tutto questo rischia di finire, con una probabilità dello 0,01%.

Ma sì. Siete stati magnifici.

Il sistema di potere lavora da anni sulla paura, per convincere il popolo di avere bisogno di protezione. Esattamente come la mafia, gli antivirus del computer e i produttori di merda chimica che chiamano medicinali.

I barbari, gli invasori, gli ebrei, i comunisti, i padroni, i neri, i migranti, i virus, adesso la Russia, poi gli alieni.

Ma questo lo sappiamo.

Quello che si sa un po' meno, poiché abilmente nascosto da millenni, è che ogni individuo, nessuno escluso, è un drago pieno di risorse che può concedersi il lusso di non avere nemici, poiché ama chiunque. Chiunque di noi può

Mauro Villone, *Spiaggia di São Conrado, Rio de Janeiro*

vincere qualsiasi malattia, poiché un organismo sano e ben alimentato, che produce bellezza, non ha alcun bisogno di essere distrutto.

Oltretutto non c'è alcun bisogno di avere paura della morte, per il semplice fatto che, per come è stata venduta per secoli, non è altro che una balla colossale che non esiste.

La morte, contraltare sacro della vita, è solo una transizione di stato che prelude a nuove rinascite in milioni di possibili mondi.

Nessuna paura significa avere già vinto.

L'amore e la verità sbriciolano qualsiasi paura.

La Libertà ha un prezzo, ma non impossibile.

La civiltà occidentale ha la capacità di continuare a raccontare a se stessa tramite le parole, innumerevoli parole, come essa stessa è. Quello che è il mondo occidentale e industrializzato oggi è il prodotto di centinaia di anni di storia, passati attraverso gli assi cartesiani, l'Illuminismo, le grandi rivoluzioni, l'industrializzazione, la globalizzazione, il rigore scientifico.

Tutto quello che riguarda le emozioni, le sensazioni, le relazioni è solo apparentemente concesso e incoraggiato, ma di fatto occupa un posto marginale nella nostra cultura. Esistere e avere un posto nel mondo occidentale e capitali-

sta di oggi significa conformarsi a tutto questo. Occorre essere efficienti, freddi e razionali, utili e produttivi, veloci ed essenziali. La stessa parola Libertà, in questa cultura, è riferita a un certo modo di relazionarsi nella società, soprattutto sul piano tecnico, politico ed economico. Essere realmente "se stessi" nessuno sa nemmeno più che cosa sia, abituati come siamo a razionalizzare tutto secondo tali paradigmi precisi. Occorre che chiunque sappia conformarsi a questo modo di essere. Persino psicologi e psichiatri sono chiamati a fare un lavoro di "aggiustamento" sugli individui, aiutandoli a essere o a diventare adatti a questo tipo di vita, docili. I medici curano i pazienti operando sui diversi settori di una macchina chiamata corpo, con sostanze chimiche o con interventi fisici altamente invasivi. La scienza ha creato un sistema di credenze ferreo, dimostrato sul piano delle leggi di causa/effetto e della ripetibilità di esperimenti specifici.

In realtà libertà è sentire, sperimentare, immaginare, emozionarsi, relazionarsi, abbandonarsi, desiderare.

Una condizione accettata solo apparentemente.

Siamo stati abituati a razionalizzare tutto e a valutare noi stessi sulla base di una maggiore o minore efficienza. Ribellarsi nemmeno a parlarne. Di fatto la società occidentale è composta da una pletora di schiavi perfetti, innamorati della loro schiavitù, che sono disposti a difendere con le unghie e con i denti da qualsiasi attacco. Tali schiavi perfetti addirittura volano alla gola di chi tenta di liberarli o semplicemente renderli coscienti della loro reale situazione.

Di fatto quello che potremmo chiamare liberazione, o meglio stato di coscienza risvegliato, o ancora guarigione e cura, potrebbe essere raggiunto solo attraverso un cammino di riforma di se stessi. Ognuno può curare solo se stesso, anche se di sicuro è fondamentale, per liberarsi, essere aiutati da qualcun altro o da un gruppo.

Di fatto, diventare liberi o semplicemente, se non essere del tutto liberi, almeno raggiungere un livello di libertà più elevato, significa vibrare a un livello energetico superiore. Ma cosa significa?

Significa in pratica sentirsi appagati e soddisfatti a prescindere da qualsiasi condizione dell'ambiente sia interna che esterna. Ovvero trovarsi in uno stato di benessere indipendente dalle proprie condizioni fisiche e dalla pressione dell'ambiente esterno. In pratica significa non avere attaccamenti di nessun tipo, sia sul piano affettivo ed emotivo che su quello pratico, economico, logistico. Non significa essere assenti, bensì del tutto presenti, addirittura più presenti che mai, arrivando a dissolversi al cento per cento in qualsiasi cosa si stia facendo, sentendo o sperimentando o desiderando, ma senza attaccamento, come se si osservasse se stessi dall'esterno. Certamente una condizione più facile da descrivere che vivere realmente. Tale condizione, in ultima analisi, è

l'abbandono dell'ego, ovvero finirla di prendere in giro se stessi raccontando a se stessi come si è fatti, e credendo di essere realmente i ruoli che noi stessi o altri ci consegnano, iniziando a percepire la vera essenza della nostra natura più profonda, che è limpida e incorruttibile.

Si tratta di una condizione che può verificarsi spontaneamente, ma che più spesso può essere raggiunta applicando vere e proprie tecniche di respirazione e meditazione, oppure utilizzando suoni, canti, mantra e percussioni, o utilizzando altre strade ancora.

Ma la cosa fondamentale è partire da una domanda da porre sinceramente a se stessi: «Chi sono io?»

Per rispondere a tale domanda cosmica è essenziale la totale consegna di se stessi alla propria coscienza profonda. Significa utilizzare la mente, che mette in atto tali pratiche, per trascendere se stessa. Utilizzare la mente per andare oltre la mente stessa e sentire la vera essenza della vita, senza più essere preda del ragionamento e del perenne dialogo interno.

Un'altra tecnica efficacissima è passare del tempo in presenza di un maestro, ovvero uno spirito incarnato che abbia già raggiunto stabilmente questa condizione. Se si ha la fortuna di incontrare un individuo simile in pratica può avvenire una sorta di trasmissione di tale stato energetico, spesso senza fare assolutamente nulla e nel più assoluto silenzio.

Questo può essere considerato un vero e proprio nonché concreto stato di libertà. Una condizione che potremmo definire di sogno, se non fosse che in realtà si tratta del vero risveglio, della vera condizione di veglia nella quale si percepisce di essere tutto e nessuno, di essere un individuo e al tempo stesso nient'altro che un terminale di un'unica vera coscienza immanente, presente in tutto l'universo, in qualsiasi essere e cosa presente in esso, da sempre e per sempre.

~ **MAURO VILLONE** ~ *www.parationg.org*

Nato a Torino nel 1958, vive e lavora a Rio de Janeiro, a Torino e in viaggio. Fotografo professionista e organizzatore di eventi e progetti culturali. Dal 1974 si occupa di fotografia, etnologia, antropologia visuale, scienze sociali e della comunicazione. Oggi dirige la ONG Para Ti di Rio de Janeiro impegnata nel sostegno di centinaia di bambini delle favelas e delle loro famiglie. Qui svolge attività artistiche, educative e di ricerca in campo spirituale.

LIBERI DI ESPRIMERCI

Intervista a Massimo Mazzucco

a cura di Nadine Zara

Massimo Mazzucco, nato a Torino nel 1954, è un regista e giornalista italiano. Da qualche tempo si dedica esclusivamente alla ricerca e all'informazione, tramite il sito *www.luogocomune.net* e la piattaforma in rete *contro.tv*, e prosegue la sua attività di regista con film e documentari sui temi oggetto delle sue ricerche. Tra i suoi ultimi film, ricordiamo *American Moon* (2017), *11 settembre – La nuova Pearl Harbour* (2013) e *La vera storia della Marijuana* (2011).

Questo momento storico si sta rivelando molto delicato – tra le altre cose – per la tutela della libertà di un'informazione pluralista. Vorremmo chiederle in primo luogo un commento sul recente episodio del tentativo di censura del canale Byoblu proposto dal Patto Trasversale per La Scienza e, in secondo luogo, se secondo lei esiste un modo per conciliare responsabilità dei mass media di fornire contenuti veritieri e diritti di espressione di ogni singolo – e diversificato – punto di vista.

Riguardo alla prima domanda c'è poco da dire, nel senso che Byoblu secondo me è entrato ora nell'occhio del ciclone, ma il vero obiettivo è Montanari. Cioè Montanari rappresenta una notevole spina nel fianco per il fronte vaccinista, per Bigfarma, perché lui – e soprattutto sua moglie – con le analisi al microscopio hanno dimostrato, anche attraverso dei *paper* pubblicati sulle riviste scientifiche, la presenza di "porcherie" non giustificate all'interno dei vaccini. Montanari, con i suoi modi molto espressivi la chiama la "brodaccia", in modenese. Questo ovviamente mette in crisi l'intera propaganda pro-vax. Per cui Montanari è da sempre nell'occhio del mirino di Burioni e di questa gente. Nel momento in cui ha tirato fuori le sue posizioni decisamente controcorrente – io stesso l'ho intervistato due giorni dopo, sullo stesso argomento, e mi ha ripetuto le stesse cose – in quel momento lì ne hanno approfittato per cercare di intimorire Byoblu, che è un canale che in questo momento ha moltissima

diffusione e così rischia di diventare veramente importante. Ne hanno approfittato per tirare un colpo alle caviglie anche a Messora. Credo appunto però che il target originale fosse proprio Montanari.

Rispetto alla seconda parte della domanda, ovvero alla possibilità di equilibrare la responsabilità dei mass media e il rischio di *fake news*, è una domanda senza risposta. Nel senso che non c'è una formula precisa per farlo: se ci fosse, uno la applicherebbe o non l'applicherebbe. C'è semplicemente il senso di responsabilità di ciascuno, e io ritengo che più una persona ha un seguito sulla rete e più debba pensare in modo responsabile a ciò che dice. Questo vale in generale e in tutti i sensi. Per esempio, quando ho fatto il mio video del "pipistrello", l'ho fatto ragionandoci e presentando una documentazione a supporto di ciò che dicevo; non ho fatto dichiarazioni avventate ma ho sempre messo il "se", il "forse", il "è possibile" e ho usato il condizionale. Perché ho un determinato seguito in rete; questo video, peraltro, è letteralmente "esploso" e ha avuto tre milioni e mezzo di visualizzazioni: ma anche se ne avesse avute un decimo, sarebbero comunque tante. Quindi insomma, bisogna avere un senso di responsabilità. In ogni caso ritengo che il diritto alla libertà di espressione debba sempre prevalere sulla censura. In qualunque caso non ci deve essere censura: se uno sbaglia a dire qualcosa, o se dice qualcosa di non giusto, lo si contesta negli argomenti, non gli si chiude la bocca! Questa è secondo me la regola fondamentale da seguire.

In questo momento lei teme per il suo canale?

No, non temo. Non perché io sia un incosciente, ma perché temere non fa parte del paradigma in questo caso. Non si può cominciare a temere perché sennò si comincia a modificare ciò che si dice. Quindi, se vogliono chiudermi che ci provino; e se potrò reagire reagirò. Se mi chiudono il canale ne aprirò un altro e in previsione l'ho già aperto: *ControTV* è un canale che non dipende da nessuna piattaforma, *Facebook*, *YouTube* o nessun altro tipo di social. Nella peggiore delle ipotesi, quindi, ho il mio piccolo canale, con il mio piccolo server, sono in grado di trasmettere da casa mia e posso spostarlo da qualunque parte in qualunque momento. A quel punto dovrebbero venire a minacciarmi fisicamente per fermarmi! Ma in realtà non bisogna temere perché è proprio quello su cui contano loro: ti vogliono fare impaurire, contano sulla forza dell'intimidazione, ovvero sperano che tu abbassi il tiro. E non bisogna assolutamente accettare di scendere su questo piano!

Questo mi ricollega alla nostra prossima domanda. Lei – insieme a Giulietto Chiesa – attraverso *ControTV* sta facendo una grande opera di informazione e per farlo vi siete appunto slegati da qualunque tipo di media *mainstream*.

Massimo Mazzucco

Questo ci fa pensare al fatto che comunque fosse già prevedibile e concreto un rischio di un'imminente censura mediatica (che già in parte vediamo in atto). Quale scenario prospetta per il futuro dell'informazione?

Secondo me non ci sarà – almeno in tempi brevi – una censura vera e propria: loro usano la "censura soft", che è molto più dannosa e pericolosa perché è invisibile. Per esempio, fino a un po' di tempo fa, se cercavi i miei video su *YouTube*, con l'algoritmo di ricerca non venivano mai fuori… Ho fatto un film che si chiama *American Moon* – che sostiene che non siamo stati sulla Luna – e se tu cercavi le parole *American Moon* avrebbe dovuto risultare per primo nelle ricerche, nelle tre lingue in cui l'ho realizzato, e invece era il decimo o il quindicesimo. Tra i primi risultati magari ti usciva *Intervista su American Moon* ma è l'articolo di Attivissimo [*noto* debunker *italiano, n.d.r.*] che ne parla. Adesso, per i miei lavori almeno, non sembra essere più così, ma ciò non vuol dire che non possa capitare ancora e ad altri. Gli algoritmi che ti danno o meno visibilità sulle piattaforme social sono già in funzione. La "censura soft" è pertanto già in funzione.

Non credo che arriveranno mai a chiudere canali, ma solo per un motivo: se potessero lo farebbero subito, ma non possono perché la rete stessa è un sistema che si ribella alla censura. Quindi o chiudi tutto e stacchi la spina, e allora a quel punto le persone sarebbero obbligate a scendere in strada per ribellarsi; oppure, se tu chiudi un canale qui e un canale là, gli altri protestano e la protesta si moltiplica. Adesso, per esempio, con la minaccia a Byoblu di chiudere hanno in realtà ottenuto l'effetto opposto e la gente si compatta sempre di più contro la censura. Quindi di fatto hanno dato più visibilità al canale e se Claudio Messora non si farà intimorire – e non credo che lo farà – gli avranno fatto un

regalo! In sostanza o chiudono tutto o le chiusure parziali sono controproducenti per loro. Per questo non credo che ci sarà.

Ma lei vede possibile una futura chiusura della rete? O ci vorrebbe un regime come quello cinese?

Nemmeno la Cina ha chiuso la rete, tutto è possibile a seconda delle condizioni che vengono create. In questo momento sarebbe folle, soprattutto per l'economia: non bisogna dimenticare che oramai metà della nostra economia viaggia sulla rete e grazie alla rete. Se tu spegni la rete, smetti di vendere su Amazon. Quindi, siccome in realtà quelli che comandano sono Amazon, Google, Facebook e questa gente qui, sono loro i primi a non volerlo. Se tu stacchi la rete Amazon muore, non vende più neanche un fiammifero! Le loro vendite sono solo online. È inconcepibile, dovrebbe esserci una situazione talmente estrema che per ora non è nemmeno all'orizzonte.

Cosa significa e cosa comporta il cercare di trasmettere un'informazione libera oggi?

Comporta l'essere automaticamente emarginati. Una volta mi invitavano a un sacco di trasmissioni come Matrix, ma da un certo momento in poi sono entrato nella "lista nera" e questo non è più successo. Ne ho avuto l'esempio proprio l'anno scorso quando ho fatto il film contro gli allunaggi: era il cinquantenario dello sbarco sulla Luna ma nessuna trasmissione mi ha invitato per discutere la faccenda. Il mio nome in realtà era sulla bocca di tutti; «Il Fatto Quotidiano» aveva pubblicato un articolo al riguardo, era venuta fuori una piccola tempesta intorno al mio film... Tutti lo sapevano, nelle trasmissioni tutti mi citavano indirettamente: «C'è chi dice che non siamo stati» ma nessuno mi ha mai invitato a parlarne di persona. Suppongo che pensavano che fossi abbastanza preparato per mettere in crisi la versione ufficiale. Quindi, ciò che comporta fare questo tipo di lavoro è l'emarginazione: siamo relegati alla rete. E peraltro ce la teniamo ben stretta, perché a me basta e avanza!

Che cosa possiamo fare noi singoli, nel nostro piccolo, per favorire l'informazione libera? Che consiglio daresti?

Robert Kennedy ha detto una frase bellissima: «Nessuno è grande abbastanza per cambiare le sorti del mondo, ma ciascuno di noi, con le sue piccole azioni quotidiane, può creare delle gocce che scendono dalla montagna e queste piccole gocce, man mano che scendono, si uniscono in un fiume sempre più grande». Ciascuno di noi deve fare il suo compito nel condividere e nel far circolare le idee in cui crede: se tutti facessero questo, anche se nessuno di noi è in grado da solo di poter cambiare il mondo, il mondo cambierebbe per forza.

I cosiddetti *debunkers* teoricamente dovrebbero aiutarci a smascherare le bufale che circolano in rete. Tuttavia, più volte è stato evidenziato come essi si trasformino in una sorta di "censori", impedendo di fatto a ogni verità "alternativa" di emergere. Potresti indicarci almeno alcune delle principali tecniche utilizzate per manipolare l'informazione al fine di evitare il confronto tra opinioni differenti su argomenti cruciali e verità fondamentali?

In un'intervista breve no, ma ho pubblicato un video nel quale elenco proprio tutte le tecniche utilizzate dai *debunkers*. Si chiama *Contro Tv: le tecniche dei debunkers*, e lì sono proprio elencate una per una le tecniche più classiche che usano sempre.

Passiamo al tema "vaccini".

Allora mi vuole proprio rovinare!

Sappiamo che ha più volte trattato l'argomento dei vaccini e che sta anche lavorando a un documentario sul tema. L'iniezione di paura fatta alla popolazione come cambierà l'atteggiamento di quest'ultima rispetto ai vaccini? Una volta cessata l'attuale emergenza, ci saremo giocati la libertà di scegliere se essere vaccinati o meno?

Questa è una domanda che contiene già la risposta. Purtroppo temo di sì: il modo in cui è stato indotto il panico è talmente forte che credo che a questo punto, una volta che sarà finito il tutto, anche solo sostenere che i vaccini siano pericolosi o comunque non necessariamente validi, diventerà una specie di bestemmia che verrà bollata. Già lo è adesso e diventerà sempre più difficile. Bisognerà sempre di più lavorare con i documenti alla mano, ma di fronte a certe superstizioni è sempre più difficile combattere.

Secondo lei li renderanno obbligatori per tutti?

Qualcuno ci proverà, dipende da quando arriva e da quanto saranno riusciti a trascinare un'emergenza che adesso è vera, ma quanto saranno riusciti

a prolungarla e tenerla in vita artificialmente, in modo da poter giustificare il tentativo di mettere il vaccino in modo obbligatorio.

Questa emergenza, in fondo, porta con sé anche un'opportunità da poter cogliere, se saremo abbastanza intelligenti da farlo. Cosa ne pensa?

Le opportunità saranno più d'una ma saranno sia positive che negative. Ci sarà l'opportunità da parte dei Bigfarma di cercare di infilarci i vaccini anche nelle orecchie e ci sarà l'opportunità da parte degli esseri umani di capire in mano a che macchina siamo. E in questo momento mi riferisco soprattutto alla macchina finanziaria dell'Europa, che è una gabbia di burocrazia finanziaria dalla quale dovremmo uscire al più presto. Difatti il modo in cui si sta comportando l'Europa in questi giorni dovrebbe averlo dimostrato anche ai più duri di compredonio.

Cambiando direzione alla nostra conversazione, ci piacerebbe conoscere il suo punto di vista spirituale rispetto alla vita. Alcune volte, nel corso dei suoi interventi pubblici ha accennato un qualche interesse rispetto a queste tematiche, e quindi vorremmo sapere in cosa crede lei e se la spiritualità riveste un qualche ruolo o trova comunque uno spazio nella sua visione della vita.

Secondo me la spiritualità è lo spazio della vita. Io non ne parlo pubblicamente perché riguarda una concezione personale della vita, ma se me lo chiede, per me noi siamo materia guidata dallo spirito e non viceversa. Siamo materia addirittura creata dallo spirito. Quindi io dò la precedenza assoluta e totale a tutto ciò che è spirituale e il mondo materiale è solamente un'espressione tridimensionale di quello che avviene in altri livelli.

Se posso entrare più in profondità, lei professa qualche tipo di credo religioso?

Detesto tutte le religioni perché sono comunque forme di incatenamento della mente, in un modo o nell'altro; sono limitative rispetto alla spiritualità. Non hanno niente a che vedere, molti le confondono, confondono la spiritualità con la religione. Le religioni sono dei set di regole, gestite da una casta di persone che, nelle varie epoche e nelle varie zone del mondo, ne ha sempre approfittato per gestire il proprio potere. La religione non ha nessuna necessità

di esistere al di fuori dell'individuo: abbiamo tutto dentro di noi, senza bisogno di rituali, di paramenti o di regole esterne.

Due cose per concludere: lei si sente libero di esprimersi oggi? C'è qualche riflessione, idea, spunto o informazione sulla libertà che non le ho chiesto e che vuole condividere?

Se mi sento libero di esprimermi? Sì assolutamente. Lo pago, ne pago già anticipatamente il prezzo, sono entrato in questa "autostrada" e ne ho pagato il pedaggio all'inizio: il mio pedaggio è quello di non poter uscire dalla rete. Mazzucco non diventerà mai *mainstream* in nessun modo, proprio perché ho scelto questa libertà. Io posso accendere la mia telecamera, posso dire assolutamente quello che voglio in qualunque momento. Poi, ovviamente, il numero di persone che ti ascolta dipende da quello che dici, non dipende dalla tua libertà, la libertà c'è. E in rete ce l'hanno tutti in questo momento. Infatti c'è un fiorire anche interessante di gente che ha trovato il coraggio e si è messa davanti alla telecamera, vedi dei video di gente assolutamente sconosciuta, con dietro la tovaglia della nonna, che parte in quarta con «Signori, volevo fare questo video»! Magari hanno ottanta visualizzazioni, ma è bellissimo proprio il fatto che ciascuno si renda conto di avere la possibilità di parlare attraverso una telecamera. Pensa solo a vent'anni fa, quando non c'erano le telecamere digitali (non sto parlando di cinquant'anni, ma di venti!). Se tu volevi fare un video non c'era *YouTube*. *YouTube* è del 2005, 2006, quindi sono quindici anni che abbiamo questa possibilità, prima non ce l'avevamo. Prima ancora c'erano i siti internet, per una decina d'anni, e prima ancora niente. Fino alla fine del '900, l'individuo non aveva nessuna possibilità di esprimere pubblicamente le proprie opinioni, a meno che qualcuno non glielo chiedesse. Tu potevi esprimere il tuo pensiero solo se ti intervistava «Il Corriere della Sera», per dirne uno. Ma a quel punto sai già benissimo se e perché non ti chiamano. Dal momento in cui è nato internet è nata la possibilità per ciascuno di esprimere liberamente la propria opinione per iscritto; e da quando è arrivato *YouTube*, quindici anni dopo, è arrivata la possibilità di farlo anche parlando davanti a un obiettivo, è una rivoluzione totale! Ovviamente ne stiamo pagando il prezzo, nel senso che c'è anche una caterva di gente che accende solamente per far muovere la bocca, non ha niente da dire in realtà. Però va benissimo lo stesso, fa parte comunque della crescita collettiva! Perché anche in questo esercizio, che può sembrare futile, di gente che non ha niente da dire, lo sforzo stesso di dire qualcosa, di provare a esprimersi, di assaporare questa libertà personale, già questo è comunque importante. Magari, appunto, non hai niente da dire, ma alla fine della giornata hai imparato che puoi esprimerti e che hai diritto anche tu di esprimerti. E questo è fantastico.

LA CONOSCENZA RENDE LIBERI

di Riccardo Magnani

«La Conoscenza rende liberi» diceva Einstein.

Mai come oggi, però, le fonti di informazione in base alle quali ciascuno di noi matura le proprie opinioni, e di conseguenza orienta le proprie azioni, risultano essere inquinate, condizionate nelle loro fondamenta da dettami di convenienza culturale prima ancora che commerciali o politiche. Attraverso un'informazione mirata, costruita magistralmente da menti scaltre per agire sul nostro subconscio, da millenni si creano consensi, fidelizzazioni, bisogni di consumo, quando non si giustificano guerre e omicidi di massa.

La Conoscenza è qualcosa di assoluto, unitario, e come tale non può essere vissuta come un fattore di convenienza o uno strumento di sottomissione del prossimo. La Conoscenza è una straordinaria opportunità, un mezzo di crescita personale che dovrebbe condurre a un'unica coscienza collettiva, la quale può essere subordinata a un unico, incontrovertibile parametro: la realtà.

Si dice che la libertà di ognuno di noi finisca dove inizia quella dell'altro. Questo è vero nella società di oggi, individualista e autoreferenziale, nella quale non si fa altro che elevare confini e barriere divisorie, ma non lo è nell'Universo primo, in cui tutto concorre a formare un'identità unica: la realtà.

Oggi, dicevo, ci troviamo immersi in quella deprecabile condizione di studio descritta da Nietzsche, in cui l'interpretazione dei fatti si sostituisce alla realtà. Più forte grideremo le nostre interpretazioni e più verità parziali condizioneranno il nostro agire e pensare.

Una condizione questa che mi ricorda l'immagine di quelle fiere medievali nelle quali i vari imbonitori gridavano alla folla le proprietà miracolose dei loro unguenti, e chi più la sparava grossa più unguenti vendeva.

Ora, non è mia intenzione entrare nel merito di specifiche questioni; ci sarebbe solo l'imbarazzo della scelta, ma sarebbe un esercizio inutile come stendere un cerotto su una pustola infetta.

Silvia Tusi, *Parte del mondo ritrovata*

C'è una frase di Leonardo da Vinci, però, che ben descrive il concetto di libertà sul quale vorrei invitarvi a riflettere, comprensivo sia del rispetto delle altrui opinioni che del bisogno di ognuno di noi di essere preservato da quella subdola sottomissione che viene esercitata nei nostri confronti continuamente, e cioè la manomissione della realtà.

«L'acquisto di qualunque cognizione è sempre utile all'intelletto, perché potrà scacciare da sé le cose inutili e riservare le buone. Perché nessuna cosa si può amare né odiare, se prima non si ha cognizione di quella».[1]

Cosa significa?

In primis significa che solo un'opinione informata ci permette di essere obiettivi nei riguardi del prossimo, e già questa è una grandissima forma di rispetto dell'altrui libertà.

In secondo luogo, maturare un'opinione informata ha il grande pregio di renderci immuni da quei condizionamenti a cui facevo poc'anzi allusione e di conseguenza contribuisce alla nostra propria libertà.

Attenzione però, non basta "smanettare" in rete o leggere tutto quello che

1. Foglio 0616-R del *Codice Atlantico*, conservato presso la Biblioteca Ambrosiana di Milano.

ci capita a tiro per poter pensare che le nostre opinioni siano fondate e quindi inoppugnabili.

Cultura non è sinonimo di Conoscenza.

La Conoscenza è il percorso che ci avvicina verso la realtà.

Come ogni viaggio, quindi, anche il percorso di apprendimento della realtà ha bisogno di alcune dotazioni imprescindibili senza le quali non è possibile portarlo a termine, e sono quelle che un tempo componevano il *corpus* di istruzione superiore, ovvero il *Quadrivium*:[2] Aritmetica, Geometria, Musica e Astronomia.

Senza maturare una criticità nell'assunzione delle informazioni che acquisiamo saremmo sempre e comunque schiavi di quelle informazioni, non avendo la possibilità di sapere se sono fondate o meno.

Per essere realmente liberi, quindi, è necessario conoscere.

Ma per conoscere è necessario sviluppare una criticità. Quindi è necessario studiare.

Non serve studiare tutto, ma serve studiare ciò che è essenziale per far sì che si formi una criticità in grado di metterci al riparo dall'essere soggiogati.

E poi serve tanto, tantissimo buonsenso, ma questo è un altro discorso ancora: diffidate sempre dalle citazioni senza fonte, vi libererà dai luoghi comuni.

In un periodo storico governato dalla falsa informazione e dal peso sempre decrescente dello studio delle materie scientifiche e umanistiche nelle scuole, mi sembra invece opportuno porre l'accento sull'importanza proprio dello studio per garantire a ognuno di noi un livello di libertà accettabile.

2. Letteralmente "quattro vie", insieme al *Trivio* nel Medioevo indicava la formazione necessaria all'insegnamento teologico e filosofico.

~ RICCARDO MAGNANI ~

Nato a Lecco nel 1963, è Dottore in Economia e Commercio. A seguito di innumerevoli ricerche storiche e archeologiche, è uno dei più affermati e preparati studiosi di Leonardo da Vinci e del Rinascimento. Con il saggio *La missione segreta di Leonardo Da Vinci* (Io Sono Edizioni 2014) ha condiviso una serie di aspetti finora ritenuti misteriosi della sua opera.

LIBERTÀ DA, LIBERTÀ PER

di Majid Valcarenghi

La libertà è il valore più alto. È il valore supremo che costituisce l'anima di ogni altra dimensione.

Pensiamo all'amore ad esempio, cos'è l'amore senza libertà?

Nella Storia la libertà è stata spesso associata alla libertà fisica, simboleggiata dalle catene della schiavitù o dalle sbarre delle prigioni.

Ma se pensiamo alla libertà psicologica, ad esempio quella nell'educazione, la sfumatura cambia. Educazione senza libertà è subito condizionamento.

L'educazione dei bambini, giustamente considerata un valore fondante di ogni società civile, senza libertà si trasforma in schiavitù.

Si insegna ai bambini a diventare schiavi per compiacere i genitori prima e chi ti dà il lavoro poi.

Libertà dai condizionamenti è infatti la prima grande battaglia che l'essere umano deve intraprendere nel momento in cui si pone la domanda «Chi sono io? Perché sono al mondo?»

Libertà dal condizionamento della triplice struttura – famiglia, scuola, religione – che costituisce le fondamenta delle società moderne.

Liberarsi dai condizionamenti è quindi la prima lotta per la liberazione di ogni essere umano.

È la libertà *da*.

Il passaggio successivo è costituito dalla libertà *per*.

È l'essere umano alla ricerca di se stesso che s'incammina nel processo di liberazione individuale che lo conduca a un'evoluzione costante. Una "libertà per" che non ha fine.

Il liberarsi dal condizionamento familiare dopo la fase della ribellione adolescenziale si evolve in un processo di libertà per ricongiungersi al padre e alla madre onorandoli come è giusto che sia. Si apprende a rendere onore da uno spazio di libertà conquistata.

Il liberarsi dal condizionamento educativo dopo la fase del rifiuto del sistema scolastico autoritario si evolve nella ricerca di forme educative in cui proprio la libertà viene coniugata con ogni aspetto della conoscenza.

Il liberarsi dal condizionamento religioso monoteista che spesso passa attraverso un rifiuto radicale della dimensione dello spirito, identificando la struttura religiosa e la chiesa con la spiritualità, per poi evolversi in un distinguo chiaro tra religione e spiritualità. Dove la ricerca spirituale si libera da ogni identificazione con le religioni organizzate piccole o grandi che siano.

Il processo di Liberazione, una volta liberatosi dalle grandi Vie indicate dalle religioni, non ha altre strade maestre da seguire, ma sentieri stretti e a volte tortuosi, dove si cade e ci si rialza.

Liberarsi anche dalla licenziosità, dalla libertà divenuta ideologia e quindi nuovo paradossale condizionamento da cui doversi liberare perché non diventi una nuova gabbia. Perché la libertà divenuta ideologia ma vissuta come bandiera licenziosa non è altro che un ennesimo condizionamento.

La libertà è il valore più alto se si accompagna alla responsabilità, alla disidentificazione di ogni fase del proprio processo evolutivo.

Libertà e responsabilità vanno di pari passo.

Non si può essere veramente liberi se non ci si vuole assumere la responsabilità delle proprie scelte di libertà. Non si può essere veramente liberi se non diventiamo consapevoli di ogni momento in cui ci identifichiamo con le varie fasi del processo evolutivo.

La libertà sventolata come una bandiera può divenire l'ennesima gabbia in cui rimanere imprigionati, convinti di essere liberi. La libertà senza quello stato di presenza in cui ti accorgi di quanto ancora non sei libero non è vera libertà.

La libertà *per* non finisce mai, non ha un termine. È un processo continuo, è una guerra di liberazione senza fine.

~ **MAJID ANDREA VALCARENGHI** ~ *www.renudo.it*

Scrittore ed editore, nato a Milano nel 1947, è il primo obiettore di coscienza politico contro il servizio militare. Nel 1970 dà vita a *Re Nudo*, mensile di controcultura. Nel 1977 compie il suo primo viaggio in India e diventa neo-sannyasin di Osho col nome di Swami Deva Majid. Per 25 anni è responsabile del centro di meditazione Osho Miasto in Toscana. Oggi *Re Nudo* è la rivista più rappresentativa delle associazioni e dei ricercatori olistici.

A CHE GIOCO GIOCHIAMO? QUALE LIBERTÀ?

di Pier Luigi Lattuada

A volte mi piace immaginare gli dèi dell'Olimpo che giocano a vedere l'effetto che fa creando situazioni bizzarre agli esseri umani.

Immagino Zeus che lancia uno strale e, zac, il COVID-19 si manifesta nell'umano e inizia la sua opera di colonizzazione cellulare.

Immagino Apollo e Dioniso che scommettono sul modo di reagire degli esseri umani.

«L'Oscura Signora stenderà il suo velo sull'umanità dettando comportamenti retti dal dramma del controllo» sostiene Apollo. «Ma no, saprà cogliere la lezione dell'amore adottando comportamenti guidati da fiducia, compassione e solidarietà» ribatte Dioniso. Apollo insiste: «Guarda le genti affollarsi nei loro supermercati, fare incetta di generi di prima necessità, mascherarsi il volto, isolarsi nelle loro case.

Guarda i politici retti dal principio di responsabilità, tutti presi a fare la cosa giusta per proteggere la popolazione e, di conseguenza, la loro immagine.

Guarda gli scienziati, in prima linea, delegati a dettare le linee di comportamento e a tranquillizzare la popolazione.

L'Oscura Signora regna incontrastata e determina, senza che nessuno la veda, scelte e comportamenti».

Dioniso risponde: «Porta pazienza, stai a vedere, come sempre accade in situazioni di emergenza la gente dopo un periodo di disorientamento ritrova il coraggio della solidarietà, unisce le forze per affrontare la situazione con nuove risorse, guidata dalla fiducia nelle proprie capacità e dalla speranza in un mondo migliore».

Apollo e Dioniso, l'eterno conflitto tra ragione e intuizione, controllo e fiducia.

Ancora una volta assistiamo alla rappresentazione non vista di archetipi in

gioco. La prima cosa che mi viene da dire al cospetto di quanto sta avvenendo è che l'umanità intera, come spesso accade, sembra vedere solo ciò che appare sul palcoscenico, il virus, i contagi, i sintomi, i pazienti in rianimazione, e non le forze in gioco che operano dietro le quinte.

L'emergenza COVID-19 potrebbe essere una grande opportunità, ma mi sembra che non venga colta e che nessuno nemmeno sospetti quale potrebbe essere la lezione da non lasciarsi sfuggire.

Il codice della paura che i politici e gli scienziati, facendo del loro meglio, si affannano a contrastare con gli strumenti della ragione, regna incontrastato.

Allo stesso modo il mondo archetipico, che manda i suoi segnali come può e come sa, permane completamente ignorato, e nemmeno lontanamente immaginato. La comunità, scientifica, politica, intellettuale insiste – *perseverare diabolicum* – a disincantare il mondo privandolo dei suoi angeli e dei suoi demoni, cercando di renderlo asettico, lineare, logico, controllabile con l'arroganza della ragione che forte dei suoi successi sul mondo materiale crede di potersi estendere ai territori del vivente e peggio ancora dell'anima.

Se il mondo fosse ciò che appare, se le evidenze, i fatti, fossero l'unica realtà, allora l'approccio col quale si sta affrontando questa sfida sarebbe impeccabile.

Gli intellettuali cercano di informare e fornire contesti di lettura, i politici si affidano agli scienziati, gli scienziati al metodo scientifico dominante, tutti indistintamente propongono la ragione come sistema operativo.

Come voler comprendere cosa succede in un palazzo che trema vagando per le sue stanze, senza sondarne le fondamenta o uscire per strada e guardarlo da fuori.

Tale operazione oltre a essere sconfessata dal buon senso è anche contraddittoria dal punto di vista neuro-scientifico. Si cerca di contrastare l'identificazione emotiva, che a livello cerebrale si traduce in un cortocircuito che ha come protagonista il sistema limbico-ipotalamico, con il ragionamento, cioè con l'attivazione della corteccia frontale, tra l'altro.

Ma emozione e ragione sono due facce della stessa medaglia, è evidente a tutti che non basta dirsi che non ha senso avere paura per liberarsene.

Mi libero dalla paura quando ne colgo la sua vera natura, cioè quando la vedo per quello che è.

Lo strumento è la consapevolezza, non la ragione, l'ombra si dissolve quando accendo la luce, non quando cerco di sforzarmi al buio per vedere meglio.

Quando accendo la luce della consapevolezza vedo gli archetipi in gioco e il gioco degli archetipi, Zeus, Apollo, Dioniso, o comunque volete chiamarli.

Una volontà divina per chi ci crede, oppure il caso, oppure la sincronicità – a ciascuno la sua spiegazione –, in ogni caso un evento transpersonale, sovrumano, archetipico, dico io, ha determinato la diffusione del COVID-19.

Tale evento archetipico (rischio epidemico) ha scatenato la discesa in campo

di altri archetipi, mettendo in particolare evidenza i loro aspetti di luce e d'ombra: Apollo o Dioniso, ragione o emozione, controllare o affidarsi, ordine o caos, paura o fiducia, competizione o condivisione, egoismo o altruismo, isolamento o solidarietà, giudizio o osservazione, discriminazione o compassione?

Ancora una volta sembra che la ragione consentirà all'umanità di cavarsela: sconfiggeremo il virus, ma ancora una volta, temo, perderemo un'occasione.

L'ombra resterà nell'ombra e troverà altre forme più insidiose per esprimersi, la dimensione archetipica ancora una volta continuerà a gestire i giochi da dietro le quinte, gli dèi continueranno a scommettere dal loro Olimpo, quale esso sia, tifando per il risveglio di un'umanità inconsapevole.

L'essere umano anela alla libertà, combatte e muore per la libertà, ma spesso non si accorge che non esiste libertà senza la liberazione dai propri demoni interiori, dalla prigionia della mente duale e dei suoi conflitti.

Mi inchino allo sforzo di politici, scienziati, piccole grandi donne e piccoli grandi uomini comuni, ciascuno fa del suo meglio, preso nella prigionia della mente duale e dei suoi meccanismi.

Auspico il risveglio alla consapevolezza, l'uscita dal palazzo per vederne la sua interezza, invito a considerare un modo ulteriore di affrontare la questione.

Ogni dualismo, emozione e ragione, mente e spirito, paura e fiducia, può e dovrebbe essere superato da uno sguardo che vede oltre il palcoscenico ciò che si svolge dietro le quinte.

Prima di prendere ogni decisione donne e uomini di buona volontà, fermiamoci, facciamo vuoto dentro di noi, stiamo in contatto, ascoltiamo e osserviamo la vera natura delle nostre paure e delle nostre convinzioni, delle nostre scelte e delle nostre abitudini.

Accorgiamoci di essere a casa, dentro di noi, sempre e comunque, e che nulla di male potrà succedere, non è un dramma la malattia, ma un'opportunità, una cura, non è un dramma la morte, ma un passaggio, l'atto estremo della vita, la sua apoteosi.

Forse il COVID-19 è venuto per ricordarci cosa conta davvero: occhi chiari, mente vuota, cuore leggero.

~ **PIER LUIGI LATTUADA** ~ *www.pierluigilattuada.com*

Medico, psicologo, psicoterapeuta. Direttore della Scuola di Formazione in Psicoterapia Transpersonale e presidente di ITI (Integral Transpersonal Institute di Milano), è professore alla Sofia University, Palo Alto, California, e alla Ubiquity University. Ha scritto numerosi libri sulla psicoterapia transpersonale, la medicina integrale e la Biotransenergetica, disciplina psicospirituale cui è il fondatore.

LIBERTÀ E RESPONSABILITÀ AI TEMPI DEL CORONAVIRUS

Di Lidia Fassio

Ciò che in questi giorni sta accadendo in Italia induce ognuno di noi a fare riflessioni sui temi della paura, dell'incertezza, della libertà e della salute collettiva.

Per la prima volta dai tempi del conflitto mondiale l'Italia si trova ad affrontare una guerra molto particolare, che pur non combattendosi con le armi, risulta per noi altrettanto difficile e impegnativa: questa situazione sembra infatti farci uscire impetuosamente dalla zona di comfort nella quale pensavamo di trovarci, richiamandoci a una particolare sensibilità nei confronti degli altri e della salute sociale. Questo virus, pur lasciando aperti interrogativi di vario tipo sulle sospette modalità di diffusione, non solo sta diventando un reale problema collettivo – da affrontare e risolvere – ma sta anche consentendo ai governi di intaccare in maniera prepotente la libertà individuale per il mantenimento della salute pubblica.

Una mattina ci siamo svegliati e abbiamo scoperto traumaticamente che per noi le cose erano cambiate radicalmente. Da quel momento, oltre al quotidiano bollettino di guerra delle vittime e dei contagiati, abbiamo assistito a un crescendo di inviti a rispettare alcune regole di comportamento che, in seguito alla veloce e capillare diffusione del virus, sono passati dal semplice invito a un obbligo che tutti sono tenuti a rispettare, pena sanzioni non solo pecuniarie, ma anche penali.

Ed è allora spontaneo chiedersi: cosa sta succedendo alla nostra bella Italia?

Dal punto di vista astrologico possiamo fare alcuni ragionamenti sul momento storico che sta vivendo il mondo intero e di conseguenza l'umanità e l'Italia.

È sotto gli occhi di tutti come gli iniziali richiami alla responsabilità personale non abbiano avuto il successo sperato, con l'effetto di farci precipitare velocemente in una spirale di leggi e divieti e in una sorta di coprifuoco in cui le forze dell'ordine decidono, controllano e bloccano i movimenti delle persone.

Ad aggravare la situazione concorre anche la diversa percezione che le persone hanno della situazione. A livello percettivo, infatti, ciò che accade al Sud è sicuramente diverso da ciò che accade al Nord, dove la situazione è decisamente grave: ospedali, medici e personale sanitario sono al collasso, e nel caso di un ulteriore aumento dei contagi (cosa che purtroppo si sta verificando, soprattutto in Lombardia) sussiste il concreto rischio che non siano più in grado di garantire le cure appropriate a chi dovesse averne bisogno. Nel centro Italia e nel Sud, invece, la situazione sembra non essere esattamente la stessa, dato che il numero dei contagi registrati è sensibilmente più basso (e di entità non paragonabile a quella del Nord). Ciò si riflette sulla percezione degli abitanti di queste zone d'Italia, inducendoli a pensare che i provvedimenti presi siano del tutto esagerati e fuori da ogni logica.

Volendo dare un quadro astrologico, in questo periodo vediamo coinvolti in modo particolare tre segni zodiacali, ai quali se ne aggiungerà un quarto a partire dal 23 di marzo, data in cui Saturno lascerà temporaneamente il Capricorno per entrare per circa quattro mesi in Acquario.

I segni in questione sono il Capricorno, nel quale ad oggi stazionano Plutone, Giove, Saturno e Marte; i Pesci, nel quale staziona Nettuno e il Toro in cui si trova Urano. Tutto ciò riflette pienamente la difficoltà che l'umanità in generale e l'Europa in particolare stanno vivendo: essendo coinvolti tutti i pianeti lenti, è evidente che si tratta del periodo in cui il macrocosmo celeste sta lavorando alacremente per indurre il microcosmo umano a operare cambiamenti a dir poco radicali.

Secondo quanto ha scritto André Barbault – il maggior esperto di astrologia mondiale, morto qualche mese fa – il vecchio continente è governato dal ciclo Saturno-Giove, pianeti che attualmente sono in Capricorno e che formeranno aspetto di congiunzione a fine anno, ma di cui iniziamo già ad avvertire la portata in quanto, a detta di Barbault, questo aspetto indica la fine di un ciclo e l'inizio di quello successivo (cosa che riguarda in modo specifico l'Europa).

Questo significa che stiamo assistendo a qualcosa che si sta definitivamente chiudendo e dunque finendo, almeno nella forma attuale; a conferma di tutto ciò abbiamo anche Plutone, che fa aspetto di congiunzione con Giove mentre ha già lasciato quella con Saturno. Marte può essere semplicemente visto come un attivatore delle dinamiche che i grandi lenti cercano di portare alla coscienza e a fine mese passerà in Acquario.

Questa combinazione è in rapporto a una sorta di austerità e di moralizzazione e, con buona probabilità, ha il compito di portare a termine (Saturno) e di trasformare (Plutone) il nostro modo di vivere e di spendere, il modo in cui vengono gestite le risorse e, senza dubbio, il modo di fare politica. Il Capricorno, del resto, ha a che fare con lo Stato e con l'autorità, mentre Plutone simboleggia il potere economico e finanziario, che di certo non viene usato in modo corretto.

Le contemporanee posizioni di Nettuno in Pesci e di Urano in Toro rappresentano anch'esse un rafforzamento di tutto ciò e un invito a operare cambiamenti radicali (come è nelle corde di Urano) nella distribuzione delle risorse e nella trasformazione dei valori; mentre Nettuno, dal suo canto, invita a riflettere sui principi e sugli ideali che negli ultimi trent'anni hanno ceduto sotto il peso del consumismo sfrenato e che ancora non sono stati sostituiti da altri più consoni a ciò che l'uomo è adesso. Questi cambiamenti dovrebbero portare a soluzioni innovative e soprattutto a ritrovare motivazioni e scopi che ora sono in disuso.

Stiamo dunque parlando di una vera e propria rivoluzione di tutti i sistemi – personali, sociali, politici, finanziari ed economici – ed è in questa situazione di precarietà che è venuto a inserirsi il COVID-19, che sta indubbiamente accelerando i processi e incidendo sulle risorse che erano già in crisi e che si assottiglieranno ancora di più, ponendoci di fronte a nuove difficoltà che dovremo affrontare in seguito, allorché saremo chiamati a trovare fonti alternative di reddito che siano più rispettose della vita, degli esseri umani e del pianeta.

Senza dubbio all'orizzonte si profilano scenari complicati, nell'ambito dei quali – oltre alle evidenti difficoltà dovute al virus – siamo toccati dalla drastica sottrazione di libertà di movimento e di autodeterminazione. Libertà che tutti pensavamo di aver definitivamente conquistato, nonostante i molti segnali che negli ultimi tempi avrebbero dovuto farci riflettere: basti pensare al costante incremento di regole, divieti e obblighi degli ultimi anni, che ci ha messi nella condizione di sudditi più che di cittadini.

Tuttavia, il grande interrogativo di questo momento è se debba prevalere la salvaguardia della salute pubblica oppure quella della libertà individuale.

La risposta è tutt'altro che semplice e richiede un ragionamento profondo e articolato, dato che siamo di fronte a due valori fondamentali che non dovrebbero mai trovarsi in conflitto tra loro. Ogni individuo deve infatti avere la libertà di autodeterminarsi ma deve anche dar prova di possedere un buon senso di responsabilità che, in circostanze di assoluta straordinarietà, non può prescindere dal tenere comportamenti che non impattino sulla salute e sulla libertà altrui.

Da tempo, soprattutto nel nostro paese, sono drasticamente crollati il senso civico e la responsabilità individuale: come ben ci insegna l'archetipo di Satur-

no, ad ogni caduta di questi preziosi ingredienti corrisponde un'impennata di norme e regole dettate da chi detiene l'autorità. L'equazione è molto semplice: maturità e responsabilità favoriscono la libertà e l'iniziativa individuale e limitano l'impatto dell'autorità sugli individui, mentre la loro carenza fotografa persone immature e non in grado di fare scelte responsabili, che con i loro comportamenti facilitano la promulgazione di leggi e divieti tesi a limitare la libertà, anche qualora vengano spacciati come necessari alla protezione pubblica e collettiva.

Da tempo noi italiani siamo su questa scia. Non è un caso che negli ultimi dieci anni siano aumentati del 30% i divieti, le sanzioni e le ammende; una cosa che dovrebbe farci riflettere sul valore che diamo alla libertà, soprattutto quando poi non siamo in grado di prenderci la nostra parte di responsabilità e quindi chiediamo tutele, sicurezze, telecamere in ogni angolo di strada e via dicendo, dimenticandoci del fatto che non possiamo continuare a comportarci come bambini che delegano ad altri la responsabilità della propria vita, sperando al contempo che non vi sia poi un impatto forte sulle libertà individuali.

L'equazione di Saturno è: più responsabilità = meno autorità; meno responsabilità = più autorità.

Purtroppo ciò che dobbiamo ancora imparare è che la libertà non esiste se non partecipiamo attivamente alla vita pubblica, se non proponiamo e pensiamo con la nostra testa e se non ci assumiamo la responsabilità delle nostre azioni. Tutto questo corrisponde allo stato attuale delle cose a cui siamo chiamati a mettere mano.

Sappiamo che ogni crisi porta con sé nuove opportunità e forse è tempo di pensare che non tutto è negativo e non tutto è perduto: se lo vogliamo, siamo in tempo per affrontare quei cambiamenti di rotta che stanno diventando giorno dopo giorno sempre più necessari.

In questo momento ci sono richiesti innanzitutto cambiamenti nelle nostre abitudini, onde tutelare chi è più fragile e potrebbe trovarsi a pagare le conseguenze della condotta sbagliata di altri. In seguito, tuttavia, dovremo ipotizzare ben altri cambiamenti.

I passaggi planetari attuali sono molto chiari nel loro simbolismo: Plutone e Saturno sono due "finitori": entrambi portano al collasso ciò che non funziona più e che non può più continuare nello stesso modo perché ha esaurito il suo tempo. Occorre dunque un cambiamento che ci traghetti definitivamente nell'Era dell'Acquario, un'Era che ci parla tanto di libertà, di sviluppo sostenibile, di senso sociale ma che – sull'altro piatto della bilancia – richiede maturità, autodisciplina e specifiche responsabilità individuali da adottare nei confronti della società della quale siamo parte.

È tempo di renderci conto che siamo tutti parte di questo mondo meraviglioso e che lo dobbiamo tutelare in ogni modo, riguadagnandoci così a pieno titolo il diritto alla nostra libertà e il rispetto per tutte le individualità.

Come sempre ci troviamo di fronte alla legge del *dare e dell'avere*: se vogliamo ottenere qualcosa, dobbiamo necessariamente mostrare la nostra capacità di dare qualcosa in cambio. L'Era dell'Acquario mette sullo stesso piano *diritti* e *doveri* perché i primi possono esistere solamente se ottemperiamo ai secondi.

Forse questa è la grande sfida del futuro che viene sicuramente accelerata dalla pandemia in atto che mette tutti in quarantena: tutti dobbiamo fermarci a riflettere sul perché siamo chiamati a restare isolati (quando in realtà molte persone, incontrandosi solo virtualmente, vivevano già isolate) e sul fatto che dobbiamo stare a casa, ambito dove ci sono i nostri affetti e che potrebbe farci ritrovare valore anche nelle cose che contano realmente per noi e nelle piccole cose quotidiane.

Inoltre, in un'epoca in cui siamo sempre affannati e stressati, siamo costretti a fermarci e a capire che la vita è il bene più prezioso e che il lavoro può procedere ugualmente trovando alternative più compatibili con la qualità della vita stessa e con il valore intrinseco che ogni cosa possiede, al di là di quello commerciale.

In pratica, quando il virus lascerà la presa, saremo chiamati a fare ognuno la sua parte per risollevarci del tutto, ma senza dimenticare di scoprire un sapore diverso in ogni singola cosa che vorremo fare.

Forse questo periodo ci aiuterà a ritrovare energie, motivazioni e scopi che dovremo mettere in comune per creare una società migliore, libera e rispettosa di tutti.

~ **LIDIA FASSIO** ~ *www.eridanoschool.it*

Astrologa, studiosa di psicologia, simbolismo, mitologia e medicina psicosomatica. Fondatrice di EridanoSchool, scuola accreditata per la formazione di astrologi, counselor e operatori olistici a indirizzo astrologico. Con Spazio Interiore ha pubblicato nel 2013 il best-seller *I nostri simboli interiori. Introduzione all'Astrologia umanistica e psicologica* e diversi altri libri di astropsicologia.

LIBERTÀ DAI TIRANNI

di Carlo Dorofatti

I nostri nonni, i nostri genitori, la scuola a tutti i livelli, i giornali e i telegiornali, la televisione, spessissimo anche i libri e tutte le istituzioni sociali, ovvero religiose e politiche, quindi economiche, ci hanno raccontato – e ci raccontano – storie e narrazioni. Ci forniscono – direi, ci inculcano – riferimenti e descrizioni della vita e della realtà dalle quali conseguono orientamenti morali e comportamentali così consolidati e potenti da divenire veri e propri condizionamenti, credenze assolute, addirittura necessarie.

Tali descrizioni e narrazioni sono arbitrarie e nel loro costrutto ideologico non sono altro che mere invenzioni i cui presupposti a monte, a pensarci bene, sono per lo più dati dalle cosiddette "rivelazioni" religiose, che si tratti di religioni vere e proprie o di altre forme di credo ideologico-sociale, non di rado spacciate addirittura per scientifiche. La vita si trasforma in una convenzione sociale e morale fondata su invenzioni e relative interpretazioni descrittive, morali ed escatologiche. Questi racconti rispondono all'esigenza di lenire la paura. Nient'altro. Non corrispondono a un sincero e libero impegno realizzativo ed evolutivo, individuale e collettivo, ma solamente allo sforzo necessario a esorcizzare la paura. E costringono, tali invenzioni, ognuno di noi entro confini esistenziali angusti e opprimenti in quanto non rispondono alle naturali funzioni dell'essere, vitali, psicologiche e spirituali.

I "tiranni", che da esteriori diventano interiori e viceversa, perpetuano un'esistenza vana e violenta, falsa e illusoria, perché tutta la descrizione che se ne fa è fondata solo sulla paura: paura dell'incertezza, della perdita, della solitudine, del giudizio altrui, di Dio, della sofferenza e della morte. Da qui, l'isolamento e la paura di vivere e di amare. Persino la paura di liberarsi! Da qui, ciò che oggi siamo, la realtà in cui viviamo, le invenzioni in cui crediamo e che difendiamo. Da qui l'invenzione e la necessità di Dio, del Salvatore, ma anche del paranormale, del miracoloso, del bene e del male, del demonio e del peccato, tutti mostri che partoriranno gli avidi tiranni che ci circondano e che ci possiedono, che diventiamo noi stessi e di cui si popola la nostra giungla.

Satvat, illustrazione per *Essere ciò che siamo*

Ecco la prigione dalla quale è indispensabile evadere.

Come?

Smontando le invenzioni. Senza pietà.

Come?

Con coraggio, intelligenza, sincerità e volontà. Volontà di Verità e di Amore.

E quindi, uscire dal loop della paura per rifondare la nostra avventura esistenziale sulla consapevolezza della nostra vera natura, finalmente liberata.

I tiranni, i nostri carcerieri, sono nella testa!

Liberarsene si può. Sempre.

Anzi, si deve!

Liberarsi (e dunque liberare) è un atto di amore, sempre. Non solo verso se stessi! Il tiranno vuole essere a sua volta liberato, ma non lo sa. Semmai lo scopre dopo che qualcuno lo ha vinto.

Liberarsi vuol dire tagliare, ma anche fare i conti con la paura di lasciare il carceriere: che c'è la fuori? Il carcerato, infatti, diventa carceriere di se stesso e, di altri, a sua volta tiranno. Complice la prassi sociale e l'ipocrisia del pensiero unico.

Il carcerato e il tiranno hanno una doppia vita: una interiore, privata, tormentata, e una esteriore a sua volta in parte pubblica, di facciata, accondiscendente e in altra parte clandestina. Un bipolarismo ipocrita deleterio per tutti.

La conoscenza e l'ammissione sincera sono processi già liberatori. Da qui due possibili esiti: il primo si ha quando la libertà intravista, per paura del senso di colpa o del dovere, viene negata. Ce la neghiamo. Non si realizzerà. Sare-

mo frustrati, più remissivi che mai; più aggressivi che mai. Il secondo esito si ha quando, invece, per amore, con coraggio, esprimendo una scelta consapevole e potente, che ci apre all'ignoto ma che in quell'ignoto ci libera, la nostra libertà ce la andiamo a riconquistare.

Per riconquistare la libertà bisogna tagliare con i propri dèi. Chi sono i nostri dèi? Gli altri, ovvero il giudizio degli altri, perbenista, moralista, invidioso e ipocrita; la famiglia (di origine o attuale) quando mancano rispetto, affetto, amore e condivisione; il lavoro, quando logora e non è ciò che siamo.

Certo, per liberarsi serve superare la paura dell'ignoto. È impegnativo. Solo la conoscenza filosofica e spirituale può darci visione e forza. Superare la paura dell'ignoto, anzi amarlo, è amare ciò che si è, a prescindere. A prescindere dalle etichette, a prescindere dagli altri. E bisogna superare la paura data dal senso di colpa e dal senso del dovere. Mostri! Prescindere dal senso di colpa e dal senso del dovere non vuol dire fregarsene e non onorare i propri impegni. È invece un atto d'amore, perché è un atto di verità che libera. Egoismo e possessività non possono trovare soddisfazione alcuna. Ognuno ha il suo viaggio, ma non a vostro carico!

Uscire dai ricatti si può e... si deve. Dal ricatto della salvezza (ti salvo quindi mi devi l'anima), dal ricatto del mantenimento (ti mantengo quindi mi devi la vita), dal ricatto della comodità (ti faccio stare bene quindi mi appartieni), dal ricatto dell'autorità sociale: quante volte ci siamo sentiti dire: «Con tutto quello che ho fatto per te!» Per me? Per te vorrai dire!

Vale per il carcerato come per il carceriere, a sua volta ostaggio delle sue stesse vittime, non c'è verso: libertà è indipendenza. Questo è il punto! Siamo disposti a crescere?

Siamo disposti a crescere?

~ CARLO DOROFATTI ~ *www.carlodorofatti.com*

Da trent'anni si occupa di ricerca, divulgazione e formazione nel vasto campo delle tradizioni spirituali d'Oriente e Occidente. Conduce gruppi di meditazione e di ricerca interiore prevalentemente a Terni, Brescia e Napoli e porta avanti un'intensa attività online. È il fondatore e conduttore del progetto Accademia ACOS. Con Spazio Interiore ha pubblicato nel 2012 *Essere ciò che siamo*.

SACRIFICHERESTI LA TUA LIBERTÀ PER LA TUA SOPRAVVIVENZA?

COVID-19, è pandemia culturale?

di Carlo Magaletti

In chiave educativa, quand'ero un ragazzino, a volte mi è stata rivolta la frase: «La tua libertà finisce dove inizia quella degli altri».

Ammetto che era una frase che faceva un certo effetto e che sembrava un riferimento etico talmente chiaro da riuscire a contenere gli impulsi egocentrico-ormonali della mia adolescenza. Poi, con il crescere della complessità delle relazioni sociali, questo punto di riferimento etico mi è apparso sempre più sbiadito perché era sempre meno chiaro come esattamente si stabilissero questi limiti.

Un esempio classico e apparentemente banale è quello dello scompartimento ferroviario. Stai leggendo un libro e arrivano due passeggeri che chiacchierano ininterrottamente di un argomento che consideri puerile e che non solo sei costretto ad ascoltare, ma ti impedisce anche di leggere il tuo libro! Se chiedi loro di smettere di chiacchierare e loro si adeguano stai limitando la loro libertà, mentre nel caso sia tu a chiudere il libro, è la tua libertà che viene limitata.

Quando la sensibilità degli individui è simile, situazioni di questo tipo si risolvono facilmente attraverso una mediazione, che di fatto richiede a ognuna delle parti in gioco di rinunciare a un pezzetto della propria libertà fino a trovare una posizione mediana di reciproca soddisfazione.

Quando invece le sensibilità sono molto diverse il conflitto è quasi inevitabile (se ti vai a sedere da un'altra parte non è che il conflitto non ci sia stato, semplicemente non si è palesato).

Questa conflittualità si manifesterebbe molto più spesso di quanto non av-

Satvat, illustrazione per *Volare con i piedi per terra*

venga se come società non avessimo creato un patto sociale che stabilisca, per le questioni più rilevanti, quali siano questi limiti. Questo patto sociale lo chiamiamo *stato di diritto* e lo accettiamo perché abbiamo compreso che è più conveniente dello stato di natura, meglio conosciuto come *legge del più forte* o nella versione più pittoresca *Far West*.

Uno dei casi più complessi di questo patto sociale è quello che riguarda la rinuncia ad alcune libertà individuali al fine di salvaguardare la salute pubblica: si pensi ad esempio al divieto (di esercitare la libertà) di fumare in un luogo pubblico al chiuso, motivato dal fatto che abbiamo compreso che il fumo passivo può produrre gravi danni alla salute altrui.

Ma questo patto sociale tra l'individuo e la collettività non si fonda sempre su presupposti razionali e basati su dati di fatto il più possibile oggettivi, e ciò fondamentalmente per due ragioni. Innanzitutto perché questo patto sociale è nato e cresciuto in un "tessuto" socio-culturale infarcito di tradizioni e credenze. Volendo fare un esempio, non ti è permesso passeggiare per la città senza pantaloni e mutande – nonostante non vi siano evidenze scientifiche che ciò produca danni alla salute degli altri – semplicemente perché viene considerato culturalmente sconveniente. Convinzione che tu oltretutto non metti neanche in discussione perché in questo "tessuto" ci sei nato e lo hai automaticamente introiettato. In secondo luogo, perché nell'ambito di questo patto sociale coloro che detengono maggior potere cercano di avvantaggiarsi sugli altri applicando comunque, per quanto gli venga permesso, la legge di natura o "del più forte", evitando però di sfociare nel Far West considerato poco conveniente anche per loro. E così accade che in Italia, per

esempio, non puoi guidare un'auto oltre i 130 Km orari ma è permesso produrre automobili che superano anche i 200 km orari: una sorta di istigazione a delinquere. E se ti fumi una canna di marijuana puoi essere sanzionato, mentre vieni persino incentivato attraverso allettanti offerte speciali a riempirti il carrello di superalcolici.

Fatta questa premessa, veniamo alla provocatoria domanda del titolo e che è all'origine di queste riflessioni: *Sacrificheresti la tua libertà per la tua sopravvivenza?*

Chi come me confida nel principio di evoluzione non può che convenire che la sopravvivenza è prioritaria. Se sei morto della tua libertà individuale non sai proprio che fartene.

Quindi la risposta è sì, sacrificherei la mia libertà in cambio della sopravvivenza, ma solo in prospettiva di potermi liberare, perché senza libertà non c'è evoluzione.

Questo a livello di principio.

In termini pratici mi rifaccio a ciò che sta accadendo in questi giorni a seguito del fenomeno del virus COVID-19. A seguito della diffusione del virus tra la popolazione, al fine di salvaguardare la salute pubblica il governo ha posto dei limiti alle nostre libertà (ad esempio non ci si può riunire). Per la precisione ci è stato spiegato che queste misure sono necessarie per diluire gli effetti del contagio sul servizio sanitario nazionale, attualmente incapace di gestire un così alto numero di ammalati contemporaneamente.

In pratica il rischio è che una certa quantità di persone ammalate possano morire per mancanza di cure. Per cui, non conoscendo oggi altri metodi oltre quello del distanziamento sociale per contenere il numero delle persone che allo stesso tempo contraggono il virus e che poi finiscono in ospedale, ci troviamo di fronte a una di quelle misure razionali e basate su dati di fatto il più possibile oggettivi di cui abbiamo sopra parlato.

Ritengo quindi che i provvedimenti del governo sin qui varati vadano considerati adeguati e proporzionali all'entità del rischio che corre la collettività. Ma c'è un altro importante elemento che voglio sottolineare e che riguarda la modalità con la quale ci è stata comunicata tale decisione. Il Presidente del consiglio Conte, nell'annunciare tali misure restrittive ha dimostrato di comprendere la gravità del provvedimento e ci ha fornito chiare e precise argomentazioni affinché potessimo accettarlo coscientemente. Un elemento questo fondamentale per stabilire quale sia il limite tra una ragionata, cosciente e momentanea cessione della propria libertà in nome del bene comune e un'irrazionale quanto supina cessione della sovranità popolare in nome di un'emotiva e generica paura della morte.

E proprio a tal proposito, negli ultimi giorni abbiamo assistito a un coro mediatico che non fa che ripetere «State a casa, state a casa» addossando ai

Satvat, illustrazione per *Volare con i piedi per terra*

cittadini la responsabilità delle nefaste conseguenze dell'epidemia. A parte il fatto che si tratta di una ricostruzione falsa e pretestuosa dei fatti, quello a cui stiamo assistendo è l'emergere di un pericoloso e, grazie al bombardamento mediatico, anche diffuso desiderio di repressione delle libertà individuali basata su irrazionali e ingiustificate motivazioni.

Possiamo ragionevolmente accettare di non uscire di casa per ridurre al minimo i contatti con altre persone in modo da diminuire il più possibile le occasioni di contagio fino a che la situazione sanitaria non sia tornata sotto controllo. Però se esco di casa da solo e sto a debita distanza da altri individui non sto mettendo a rischio niente e nessuno!

Ne consegue che la ormai sempre più ventilata ipotesi di non permettere alle persone di uscire di casa per una passeggiata solitaria sarebbe una scelta irrazionale, immotivata e quindi di stampo autoritario. Da qui a ulteriori passi basati su superstizioni invece che su fatti il più possibile oggettivi e razionali è molto facile, soprattutto quando si fa presa sulle paure più profonde del popolo, come la paura di morire.

Sono fenomeni già avvenuti in passato e dai quali non siamo assolutamente ancora immunizzati in modo pieno. Una riedizione in salsa "virale" della "caccia alle streghe" può tranquillamente riproporsi.

I primi sintomi di questa "pandemia culturale" sono già presenti:

a) Sempre più cittadini si stanno trasformando in delatori anonimi, denunciando alle forze dell'ordine "pericolosi" passeggiatori o corridori solitari.
b) Personaggi che ricoprono posizioni di potere che, dando sfogo ai loro peggiori istinti e cavalcando la paura popolare, si permettono impunemente di minacciare i cittadini con toni autoritari come nel caso del presidente della regione Lombardia Fontana fino ad arrivare a quelli addirittura mafiosi del presidente della regione Campania De Luca.
c) Una consistente porzione di popolo inneggia al pugno duro nei confronti dei colpevoli di innocue passeggiate solitarie, così come nel Medioevo applaudiva al passaggio della "strega" di turno in direzione del rogo.
d) L'informazione *mainstream*, ormai appiattita sulla posizione dominante, senza se e senza ma, che trasmette argomentazioni improbabili per giustificare azioni estreme come quella di non voler far uscire le persone di casa neanche per una passeggiata perché poi finisce che si riuniscono in gruppo.

Abbiamo visto che anche la delinquenza è diminuita del 70% da quando le persone devono stare più in casa, ma non credo che qualcuno si sogni di ridurre la delinquenza rinchiudendo tutti in casa! È assurdo. Le forze dell'ordine, e se necessario i militari, dovranno impegnarsi a impedire che si formino degli assembramenti, non controllare che nessuno esca di casa per prevenire che ciò avvenga!

In un contesto di questo tipo è richiesto ai più vigili di stare in allerta per contenere la diffusione non solo del virus COVID-19 ma anche di quello ben più allarmante della deriva autoritaria.

Tutti coloro che si rendono conto di quanto sta accadendo hanno il dovere morale di far sentire la propria voce in modo da contrastare questo cacofonico coro alimentato dalla paura. È importante che questa voce alternativa arrivi sino al governo, che sino ad ora si è dimostrato equilibrato e rispettoso dei principi democratici ma che sotto la pressione di un'opinione pubblica sempre più impaurita potrebbe cedere alle richieste di provvedimenti illogici e autoritari.

Fatevi sentire.

~ CARLO MAGALETTI ~ www.carlomagaletti.com

Regista e scrittore, ha abbandonato la carriera manageriale per dedicarsi alla ricerca artistica e teatrale, lavorando tra Europa e Stati Uniti. Ha fatto diversi seminari sullo sviluppo artistico-personale e su questo stesso tema è stato relatore nel 2015 presso la sede dell'ONU a New York. Con Spazio Interiore ha pubblicato *Volare con i piedi per terra* (2014) e *Il maestro interiore* (2016).

LIBERTÀ, DISOBBEDIENZA, COSTITUZIONE

Intervista a Marco Cappato

a cura di Nadine Zara

Marco Cappato, laureato in economia, Tesoriere dell'Associazione Luca Coscioni e promotore del Congresso mondiale per la libertà di ricerca e della campagna Eutanasia legale, è uno dei principali e più instancabili sostenitori della libertà di ricerca scientifica e di fine vita nonché della legalizzazione delle droghe leggere e utilizzo per fini terapeutici, e acceso difensore dei diritti LGBTI. È stato deputato europeo radicale, Consigliere comunale e metropolitano a Milano e presidente di Radicali italiani.

In questo momento ci troviamo in una condizione di forte limitazione delle libertà individuali dovuta a una situazione d'emergenza. Come possiamo trasformare questa restrizione forzata in un'occasione di riflessione sul concetto stesso di libertà?
La riflessione sulla libertà arriva innanzitutto dell'esperienza intima di ciascuno di noi nel rapporto con le persone che non può più frequentare e con quelle con le quali condivide forzosamente l'intera giornata, o nel rapporto con la natura, il lavoro, gli spostamenti. A livello collettivo invece ci sono lezioni da trarre sull'importanza della scienza, del sistema sanitario, della prevenzione, del diritto e della democrazia, delle libertà fondamentali.

Ritieni che in Italia lo Stato di diritto sia in pericolo o che le limitazioni alla libertà avvengano nel rispetto sostanziale della Costituzione?
Lo Stato di diritto era già sistematicamente violato prima del COVID-19: nelle condizioni di detenzione, nei tempi della giustizia, nella manipolazione

Marco Cappato

dell'informazione, nel prevalere dei partiti sul Parlamento, nella negazione delle libertà. La crisi ha accelerato e esasperato problemi che già esistevano, portando a episodi parossistici come le rivolte nelle carceri, i decreti annunciati in diretta Facebook, i *talk-show* infarciti di notizie fasulle, la marginalizzazione del Parlamento, gli ospedali dove si nega il diritto di aborto o dove medici e infermieri sono esposti al virus senza adeguate misure di protezione.

Ribellione e libertà: il ribelle è sempre libero o è anch'egli dipendente da ciò che combatte? Che differenza c'è tra ribellione e disobbedienza? Dove possiamo trarre l'energia e la motivazione necessarie per rivendicare i nostri diritti senza sfociare in atti che possano violare la legge?
La ribellione è uno stato d'animo, utile per tenere sveglia la coscienza e non dare nulla per scontato, ma certamente può diventare una forma di conformismo o di dipendenza dalla normalità da contrastare a ogni costo. Violare una legge che produce violenza può essere doveroso sia sul piano morale che su quello giuridico, in nome di una legge superiore.

Possiamo considerarci liberi di morire?
Lo saremo di fatto finché siamo nelle condizioni di toglierci la vita. Il suicidio non è un reato. Se però quello che cerchiamo è una morte senza inutile sofferenza in condizioni nelle quali abbiamo bisogno di essere aiutati – ad esempio quelle di un malato terminale immobilizzato – siamo liberi soltanto quando troviamo qualcuno disposto ad ascoltare la nostra richiesta.

In questo momento ritieni che ci sia il rischio dell'insorgere di una sorta di "dittatura scientifica"?

In Italia abbiamo fatto molti progressi nel rispetto dell'articolo 32 della Costituzione, in base al quale nessuno può essere sottoposto a trattamenti sanitari contro la propria volontà. Quando questo invece ancora accade, per ignoranza o malafede, parlerei di dittatura tecnocratica da Stato etico, più che dittatura scientifica. La scienza evoca un metodo che non ammette dogmi, dove la ricerca è anche ricerca morale da parte di ciascuno, liberamente.

Un'altra questione molto interessante nel dibattito attuale sulla salute è quella dei vaccini, che in un momento di pandemia rischia di essere una vera limitazione della libertà per coloro i quali volessero decidere di non farsi vaccinare. È davvero ipotizzabile che in un prossimo futuro lo Stato possa obbligare con la forza un cittadino a farsi fare un'iniezione?
La strada prioritaria per i vaccini è quella della volontarietà, a seguito di completa e corretta informazione. La scelta dell'obbligatorietà può arrivare quando fallisce quella volontaria. È una scelta giustificabile, per impedire che una persona possa mettere a rischio la vita altrui, magari del proprio figlio e dei figli degli altri. Ma deve essere sempre considerata un'eccezione temporanea, che cede il passo alla volontarietà quando possibile.

In questa fase di emergenza notiamo un allineamento totale dei grandi mezzi di informazione alle posizioni del governo. E ci sono alcuni segnali preoccupanti della limitazione della libertà di espressione (post censurati nella Rete, libri scomodi ritirati dal commercio, inviti ai cittadini a informarsi solo presso le fonti ufficiali, stigmatizzazione violenta dei medici e dei professionisti che assumono una posizione diversa circa la pericolosità del virus). Credi che siano a rischio le libertà di espressione e d'informazione? Sarà sempre garantito a ogni cittadino il diritto di esprimere quello che pensa, fosse anche un'idiozia, al di là di quello che viene riconosciuto valido dalla scienza?
La libertà di espressione è un diritto fondamentale che non deve mai essere conculcato. Ciò non significa che i mass media possano essere utilizzati per propagandare notizie false, perché in quel caso si possono provocare conseguenze devastanti. Un cantante può pensare e dire quello che vuole sulla pericolosità del virus, ma è bene che il racconto dei fatti a milioni di persone sia affidato a chi ha le competenze. Se poi ci sono esperti in disaccordo tra loro, il confronto è importante.
Sulle valutazioni politiche, invece, la libertà di espressione non deve essere subordinata alla competenza. Il luogo per assicurare il contraddittorio anche rispetto all'azione del governo e il confronto delle posizioni diverse dovrebbe essere il Parlamento. La sua marginalizzazione anestetizza il dibattito politico.

PICCOLI GRANDI ATTI DI RESILIENZA QUOTIDIANA

L'irriducibile libertà di ogni scelta interiore

di Mariavittoria Spina

Nella quinta dimensione siamo chiamati a lasciar andare il vecchio, a liberarci da tutti i legami e da tutte le dipendenze, e ad andare per la nostra strada. Questo significa agire con responsabilità, indipendenza e autodeterminazione, scartare i metodi obsoleti e sostituirli con altri nuovi. Non tutto ciò che è vecchio è automaticamente prezioso e utile.

Lumira

La quinta dimensione ci attende, mentre la quarta sembra volerci stritolare nell'abbraccio immobile del tempo e il gioco della vita in 3D si è rivelato, ormai anche alla scienza convenzionale, nella sua inconsistenza di illusione percettiva. Varcare la soglia del nuovo mondo spetta a noi: deve essere una libera scelta. In effetti, che cosa è la libertà se non la capacità di non lasciarsi definire dalle circostanze, per quanto anguste esse siano? Quintessenza di ogni movimento resiliente, la Libertà è una proprietà intrinseca dello Spirito in perenne mutamento, quant'è vero che la Bellezza è una promessa di ineffabile Felicità.

Sin dalla più remota antichità, la saggezza d'Oriente e d'Occidente si è unita nello sforzo di ricordarci che l'energia del cambiamento è inarrestabile e detta la legge iscritta nel destino della vita stessa. Tuttavia, quando soffiano venti di forza maggiore, la compagine umana tende a dividersi tra chi costruisce muri e chi spiega le vele. Non sempre una fazione ha più torto che ragione rispetto all'altra: entrambe le vie possono funzionare a condizione che, sebbene a modo

proprio, attraverso un movimento centripeto o centrifugo, si passi finalmente dal logorio della laboriosità forzata al Lavoro interiore, l'unico che comporta una remunerazione imperitura.

Poiché il mondo è per sua natura uno specchio, qualsiasi coscienza che intenda agire con discernimento non può prescindere dal guardarsi dentro prima di agire sul proprio riflesso, e oggi, forse come non mai, siamo chiamati a osservare i nostri involucri e a lavorare alla loro evoluzione, operando un cambiamento consapevole e deliberato, prima che diventi obbligato.

La trasmutazione alchemica avviene proprio per mezzo della macchina biologica umana, l'apparato psicofisico di cui il corpo fisico costituisce il componente più solido, bisognoso di un'alimentazione adeguata alle proprie necessità evolutive. È la coscienza transpersonale che spiritualizza la materia, operando l'ascesa successiva e necessaria alla discesa dello spirito incarnato, ed essa non può che ritrovarsi impacciata, se non proprio ostacolata e ottenebrata, nel dover gestire un corpo ingolfato di tossine. Certamente le scorie di cui l'apparato psicofisico necessita di essere liberato non sono solo di origine fisica, ma anche emotiva e mentale, per cui il lavoro di purificazione (di distillazione della materia grossolana) attraverso la resilienza alimentare va condotto a tutti i livelli. Non sto quindi asserendo che partire dalla corretta nutrizione del corpo fisico sia imprescindibile, ma anche un bambino capirebbe che è più semplice iniziare dalla padronanza del livello di base, il corpo grossolano, visibile e tangibile, prima di passare alla gestione appropriata e consapevole dei corpi via via più effimeri. Il genere umano, però, si trova per lo più nella fase adolescenziale dello sviluppo, in cui pretende di correre senza aver imparato a camminare e le conseguenze sono sotto gli occhi di tutti: spopolano corsi di ogni genere che promettono risultati spirituali rapidi senza proporre un reale cambiamento, poiché non mettono in discussione lo stile di vita e le convinzioni profonde dei praticanti, quando invece lo specchio rivelatore delle convinzioni profonde sono proprio le abitudini quotidiane. Ora però siamo al punto in cui tali routine su cui esitiamo a volerci soffermare sono messe in discussione dall'esterno, nell'impulso della coscienza planetaria che preme per evolversi e produce scossoni sempre più difficili da ignorare.

Il periodo di quarantena globale che stiamo vivendo è una straordinaria occasione per interrogarsi senza retorica su ciò che conta davvero e risulta essenziale. È un invito forte e chiaro, praticamente forzato, a guardarci dentro e a considerare il significato e il senso del nostro stile di vita, possibilmente distaccandoci dalle illusioni del virtuale per riscoprire l'autentico e genuino impulso spirituale a rinascere nella primavera della coscienza. È un urgente appello planetario alla volontà di fare spazio, dentro casa e dentro noi stessi, liberandosi da ogni zavorra nel domandarsi ripetutamente: *è davvero necessario?*

Questo quesito esistenziale è il mantra del minimalista entusiasta e avveduto, che dissolve prontamente i fantasmi della globalizzazione a ogni costo, come il consumismo sfrenato, l'irrazionale iperattività, la competizione spietata… e ne fa emergere invece il volto umano: tante facce di un cuore che batte e di una mente che deve essere messa nelle condizioni di pensare con lucidità per far fronte ad ogni emergenza.

Dal punto di vista spirituale, non c'è niente di più importante, e appagante, del riuscire a essere fedeli alla propria autentica natura, con buona pace di tutti coloro che ci vorrebbero a loro immagine. Converrebbe anche ritornare a osservare le forze della natura con maggiore rispetto (mai soggezione!), e imparare dall'innata resilienza del mondo vegetale e animale: essere come le alghe, organismi tutt'altro che appariscenti ma indispensabili, che ai primordi crearono l'atmosfera e ancora oggi si rivelano una risorsa dalle molteplici virtù per la salute umana e l'ecosistema, e forse diventare come gabbiani, intelligenti e versatili, maestri del volo temerario nelle tempeste, ma anche quieti frequentatori dei porticcioli ben riparati. Niente sfugge all'occhio attento di questo predatore urbano che sa stare da solo, senza disdegnare le indicazioni del suo stormo: ha quasi l'aspetto di un pollo, ma in realtà è un lupo di mare che sa come cavarsela in ogni situazione, la sua astuzia è frutto di esperienza e la sua forza scaturisce direttamente dal suo essere in ogni momento l'espressione più efficace di se stesso.

Diventare resilienti significa imparare a rispondere (non più limitarsi a reagire meccanicamente) agli stimoli in modo consapevole, così da poter arrivare a esprimere la versione migliore di sé. È questo il motore dell'evoluzione naturale (sopravvive il più adatto, colui che meglio risponde alle pressioni interne ed esterne) e dell'alchimia trasmutativa in cui ci si tempra alla fiamma viva dello Spirito imperituro.

Quando il sistema minaccia di abolire le fondamentali libertà dell'individuo di autodeterminarsi, si dimostra resiliente la comunità locale che produce, in modo etico e sostenibile, le risorse necessarie al proprio sostentamento, dal cibo all'energia, e ha trovato nella territorialità la propria forza, ma è altrettanto resiliente il nomade digitale che ha fatto del mondo la propria casa e non conosce frontiere nel suo modo di pensare, vivere e lavorare. Realtà agli antipodi, qualità locale e comunicazione globale, che tuttavia si comprendono e compensano vicendevolmente nel comporre il mosaico variopinto della nuova era.

Affondare le radici nella terra o staccarsene e spiccare il volo sono movimenti antitetici ma solo in apparenza discordanti, poiché i veri opposti si compensano a vicenda e vette e profondità hanno molto in comune oltre la superficie, come insegna l'approccio transpersonale della teoria integrale. Oggi dovremo davvero farcela nell'agire localmente e pensare globalmente, perché abbiamo urgente bisogno tanto di interventi specifici ed efficaci sul territorio

quanto di ampie e lungimiranti visioni d'insieme per costruire soluzioni che prospettino un futuro fisicamente sostenibile e spiritualmente evolutivo.

Accanto alla miriade di iniziative da parte di privati cittadini lungimiranti, che costituiscono un esempio concreto della forza della resilienza e una fonte di ispirazione continua, iniziano ad apparire anche delle significative voci fuori dal coro delle istituzioni, come l'associazione nazionale dei Comuni Virtuosi (*www.comunivirtuosi.org*), che promuove e sperimenta nuove pratiche legate alla gestione del territorio, all'efficienza e al risparmio energetico, e l'attivista politico ed economista americano Jeremy Rifkin, che da oltre vent'anni transita nei consuntivi dei governi di Cina, Europa e America, annunciando e promuovendo il passaggio, ormai indifferibile, all'era della resilienza.

Nel suo ultimo libro, *Un Green New Deal globale*, Rifkin unisce i temi dei due saggi precedenti (*La terza rivoluzione industriale* e *La società a costo marginale zero*), esaminando le opportunità concrete dell'utilizzo delle tecnologie già disponibili a vantaggio della sostenibilità ambientale e di una maggiore vivibilità a fronte di un ripensamento globale del sistema produttivo e lavorativo:

> «Le aziende e industrie globali con cui lavoro – nel campo delle telecomunicazioni, dell'elettricità, dei trasporti e della logistica, dell'edilizia e del settore immobiliare, dell'*advanced manufacturing*, dell'agricoltura intelligente e delle bioscienze, e della comunità finanziaria – sanno che è possibile. Lo stiamo già facendo in varie regioni del mondo. E a quei rappresentanti del popolo degli Stati Uniti che sostengono che un Green New Deal è impraticabile, vorrei dire che i governi dell'Unione europea e la Repubblica popolare cinese sanno che una trasformazione su questa scala può essere realizzata in una generazione. La stanno entrambe attuando in questo momento. Qui negli Stati Uniti siamo in ritardo, molto in ritardo. È ora di toglierci i paraocchi e fare vedere al mondo che cosa siamo capaci di fare quando ci concentriamo su una nuova visione, questa volta un Green New Deal per l'America, l'umanità, i nostri amici animali e il pianeta che condividiamo. La mia speranza è che gli Stati Uniti si uniscano all'Unione europea e alla Cina per guidare il mondo e portarlo in un'era ecologica a zero emissioni di carbonio».[1]

Pie speranze di un futuro che tuttavia è assolutamente e concretamente possibile e che in effetti, per un numero crescente di persone e di organizzazioni, è già realtà.

1. J. Rifkin, *Un Green New Deal globale*, Mondadori 2019.

Personalmente, essendo nata nell'anno (e nel segno zodiacale solare) in cui è stato stilato l'Accordo di Schengen, non avrei mai immaginato che la libera circolazione di persone, merci e capitali potesse retrocedere, anziché espandersi fino ad abbracciare altri continenti, e da docente di inglese ancora fatico a capacitarmi del fatto che la Gran Bretagna non sia più parte dell'Europa unita, ma non potevo nemmeno immaginare che l'applicazione delle nuove tecnologie agli ambiti più diversi della nostra vita avrebbe rapidamente cambiato il mondo intero, colmando le distanze in tempo reale e rendendo accessibili opportunità di connessione e di crescita, sia personale che professionale, altrimenti impensabili. Visti in prospettiva, gli sviluppi del cambiamento tendono a sorprendere, nel bene e nel male, ma sta a noi trarne un bilancio positivo.

Non solo l'economia circolare, in cui gli scarti di lavorazione diventano materie prime seconde, ma anche e soprattutto il telelavoro sono ulteriori esempi di resilienza che costituiscono la soluzione più logica e necessaria al malessere di una società contemporanea in evidente agonia, rappresentando risposte concrete a un'intera costellazione di problemi incalzanti, come l'inquinamento e il sovraffollamento delle città, ma anche lo stress, la scarsa produttività e la carenza di strutture assistenziali adeguate.

Penso alle donne, che troppo spesso si sobbarcano l'onere esclusivo delle cure parentali, ma ovviamente anche agli uomini, analogamente chiamati a far fronte alle necessità sempre più complesse delle famiglie moderne, che da casa potrebbero prendersi cura dei figli o dei familiari non autosufficienti pur continuando a lavorare e per giunta potendo usufruire liberamente della quota della propria remunerazione che verrebbe assorbita dalle rette delle varie strutture sussidiarie (asili, ecc.). Penso anche agli imprenditori e a una folta schiera di lavoratori in proprio (consulenti, tecnici, insegnanti, ovviamente di ambo i sessi) che unendosi a quanti hanno già ridotto il proprio ufficio alle dimensioni di uno zainetto (PC, tablet, ecc.) potrebbero lavorare vivendo in vacanza, con somma soddisfazione sia familiare che professionale.

È ovvio che le mansioni che richiedono un intervento manuale non potranno essere eseguite "da remoto", ma si potrebbe rivoluzionare tutto il mondo attorno a esse, con benefici anche per i lavoratori tradizionali, per i quali comunque non si escludono ulteriori vantaggi in futuro, visto l'avanzare dello sviluppo di tecnologie che già oggi consentono di effettuare esami diagnostici, come le ecografie, senza la presenza fisica di un medico.

Una volta ridotta drasticamente la necessità degli edifici adibiti a uffici, si potrebbe ripensare lo spazio urbano, restituendolo alla naturale esigenza umana di convivialità, con grandi piazze destinate alla socializzazione e parchi senza soluzione di continuità, in cui svolgere attività all'aria aperta, comprese, volendo, quelle lavorative.

La conversione al telelavoro nei settori del terziario e quaternario avrebbe dei costi, in termini di infrastrutture e dotazioni hardware e software, risibili in confronto ai benefici che apporterebbe per tutte le parti coinvolte, e non si comprende perché venga accolta ancora in modo tiepido o scettico, se non per il fatto che si tratta di una soluzione veramente a misura d'uomo e come tale, insieme ad altre parimenti risolutive quali ad esempio il veganesimo, sia scartata a priori dal sistema disumano in cui per inerzia o ignoranza ci siamo assuefatti a sopravvivere.

Dai soggetti psicologicamente indipendenti e magari anche autosufficienti e sani il sistema non ha niente da guadagnare e tende, bontà divina, a ignorarli, una volta appurata l'impossibilità di eliminarli, mentre la natura in qualche modo li premia, rendendoli la punta di diamante nell'evoluzione della loro specie, poiché attraverso la resilienza hanno dimostrato di saper attingere alla vera forza nonostante le avversità: l'unione nelle diversità, la valorizzazione di ogni singolo talento a vantaggio dell'intera collettività.

Spiegando la propria intuizione cosmoteandrica, Raimon Panikkar scrisse: «L'umano, il divino e il terrestre sono elementi costitutivi del tutto che non è riconducibile a nessuno dei suoi costituenti».[2] Prendendo consapevolezza del microcosmo costituito da ciascuno di noi e da ogni insieme umano che sia più della somma delle sue parti, per affinità ci avviciniamo alla *sfera infinita il cui centro è dappertutto e la circonferenza da nessuna parte* con cui Pascal descriveva il divino. Qui però non si tratta di diventare dèi, bensì di essere semplicemente se stessi, *umani*, appropriandosi appieno della responsabilità della realizzazione cosciente del proprio potenziale, e nel farlo rivelarsi *irriducibili*, resilienti e ardimentosi, in una parola eternamente *spirituali*, per quanto ancora fisicamente mortali.

2. R. Panikkar, *Mistica e spiritualità*, Tomo 1, Jaca Book 2008, p. 48.

~ **MARIAVITTORIA SPINA** ~ *www.progettovajra.net*

Traduttrice editoriale e docente universitaria, da diversi anni si occupa di antiche conoscenze e crescita personale, ricercando nei mondi visibili e invisibili le migliori tecniche e soluzioni all'avanguardia utilizzate dalle antiche tradizioni sapienziali e sempre più avvalorate dalla scienza contemporanea. Con Spazio Interiore ha pubblicato nel 2018 il saggio *Resilienza alimentare. I segreti del benessere consapevole del Nuovo Millennio*.

SONO UN ESSERE LIBERO

di Andrea Pietrangeli

Sono un essere libero.

Sono un essere libero?

Sono un essere?

Sono?

So?

Come collegare la libertà a questo pianeta, finché ci vivi?

Molto impegnativo.

L'unica è forse la via zen: pensare che hai scelto tu questa pallina e ci vieni a giocare solo per tirarti fuori dalla dualità delle cose che ti sei prefisso di scrollarti di dosso… ricordandoti sempre che è tutto finto (il gioco è bello quando dura poco…).

Può andar bene così, se non inizi a crederci troppo in questo gioco.

Se ci credi troppo inizierai a pensare cose tremende, tipo: «La gravità è più forte della leggerezza», «Quello che recepisco con i sensi è più vero della mia immaginazione», «Il mondo esterno ha più forza di me».

Quando inizi a pensare a queste cose ti metti davvero nei guai qui sul pianeta "t'erra".

Ti rendi prigioniero di quella realtà pesante e inizi a incolparla, a volerla cambiare, a criticarla… oppure, nei casi peggiori, la vuoi salvare.

Vai in giro a salvare il prossimo.

Salvi chiunque tranne te.

Spieghi agli altri come fare quello che dovresti fare solo tu.

Attenzione ora. Molta attenzione… Davvero, occhio! Fin qui con queste parole che ho usato, con il mio scritto che ha catturato la tua attenzione e la tua mente… ti ho irretito! Sì!

Ti ho incuriosito e ti ho trascinato nella mia mente.

Niente di più semplice per renderti un suddito delle mie cazzate, per quanto

esteticamente attraenti. Ero partito con lo "spiegone" e ti ho ammaliato, vero? Facci caso, per un attimo, per favore. Eravamo già partiti con il solito meccanismo scrittore/lettore... una gabbia tremenda!

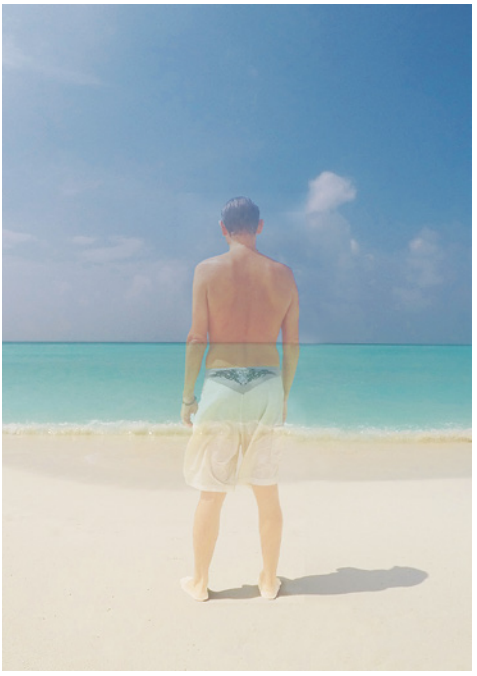
Possiamo fare di meglio noi, possiamo iniziare a collaborare di più. Noi chi? Noi esseri umani.

Esprimiamoci meno, senza più convenienze (riconosciamole), guadagno (in questo momento guadagni solo se lasci andare) e senza quei sotterfugi consci o inconsci che accettiamo entrambi perché pensiamo sia la normalità.

Chi sta scrivendo queste cose? Questi concetti? Io?

Chi è che sta leggendo? Tu?

Siamo sicuri?



Andrea Pietrangeli

Che concetti sono "Io" e "Tu"? Chi ce li ha insegnati? Attenzione, prego.

Cosa sta succedendo in questo preciso istante?

C'è una condivisione di parole che due individui usano per spiegarsi. Uno (Io) parla di un concetto e l'altro (Tu) lo coglie, lo fa suo (o forse lo subisce, semplicemente).

Dov'è la libertà in questo scambio?

C'è la mia libertà di scrivere e la tua di leggere? Sì, sì...

C'è la mia libertà di accalappiare la tua mente e la tua libertà di scegliere, ascoltare, aggiungere concetti in te?

Ma è davvero libertà questa? Intendo, due menti che si contattano sono davvero libere?

No, no! Io non sento questo. Ti dico la mia, che è solo mia e basta, non "spiego".

Per anni ho accumulato concetti che poi pesavano a tal punto da dover scrivere addirittura cinque libri, per rimandarli nell'etere. Quante cose sapevo... accumulavo e mollavo.

La parola libro/libero è un giochetto figo che libera solo lo scrittore (forse) dal suo passato e lega il lettore a quella roba.

Niente di sbagliato, ovvio, non sto denigrando nulla, ma forse possiamo iniziare a trovare altri metodi di comunicazione, forse siamo più maturi. Ascolta,

racconto i fatti come li vedo, quindi solo una visione parziale, la mia: *due menti che si contattano non sono mai libere*.

Per quanto possano esprimere pensieri in libertà, per quanto possano pronunciare parole incredibili, per quanto possano scambiare emozioni o azioni… quello che viene filtrato dalla mente non sarà mai libero.

Va fatto rientrare in certi parametri. In una dualità. Quello che io sento deve rientrare nel significato delle parole altrimenti non ci si spiega.

Ma se invece "sento" di più e non ci sono parole per descriverlo? Può accadere? Sì, ogni tanto succede, ma può accadere molto più frequentemente quando smetti di usarle, quelle benedette parole.

Puoi farti un nuovo amico, il silenzio.

Vedi un po': cosa succede a giocare con lui?

Le parole descrivono solo qualcosa di già esistente, sono contenitori troppo piccoli. La mente è ingabbiata perché "sa". Lei sa, quindi ha ragione. Fa rumore. Fa un sacco di frastuono, quasi ininterrotto.

Il cuore invece no. Il cuore non sa. Il cuore sente. Fa silenzio.

Il cuore è libero perché non solo "sente" ma addirittura "pre-sente". Sente prima. Il cuore vive solo nel presente e ad ascoltarlo si può addirittura predire il futuro.

Ascolta il mio cuore, perché sta scrivendo lui adesso… infatti è riuscito a fregare la mia mente e mi sta mettendo completamente a nudo! Cazzo!

La mente vive nel passato, usa le parole imparate, ma queste sono delle scatole troppo limitate per il sentire.

Eppure le parole una funzione importante ce l'hanno: creano. Creano! Sì, vero, creano solo il passato. Vero, non possono portarti nel presente. Men che meno nel futuro.

Se invece alle parole ci unisci il cuore, il discorso può cambiare. Lì dove c'è il cuore non c'è convenienza. Quelle parole vengono filtrate, centellinate, risparmiate, omesse!

Non devi dimostrare più niente.

Non devi dimostrare di non avere paura.

Il cuore richiede vulnerabilità perché solo così le maschere cadono.

Non ci sono più prove da affrontare, sfide di vita da accettare, battaglie da portare avanti, missioni da intraprendere, capacità da mostrare, talenti da agire o destini da ricercare. No. Lì, nel cuore è tutto chiaro, immobile… e non c'è proprio bisogno di spiegare niente a nessuno. Solo lì inizi a ricordare.

Finalmente sei arrivato al punto che non "sai". Non sai più niente, quindi non hai più bisogno neanche di condividere. Senti, semplicemente "senti", quindi non hai più bisogno di essere, di mostrarti, di creare. Senti il silenzio e al massimo puoi condividere quello. "Sapere" ed "essere" sono due facce della

dualità, ancora due impostori. Come il bene e il male. Quando "sai" o "sei" è previsto un esterno che ascolta e/o giudica.

Quando "senti" invece, diventi lo spettatore della tua realtà! Non devi più muovere nulla con i pensieri, con le emozioni... ti spegni tu e arrivano cose diverse.

Nuove.

Sorprendenti.

Ti puoi stupire.

Ma la mente ha paura. Non vuole essere spenta. Per lei essere spenta equivale a morte certa!

E davanti alla morte, lo stupore che valore può avere? Lei la pensa così, la mente. Sta morendo, cosa le frega di stupirsi?

Il cuore no. Libero da sempre, ti ama incondizionatamente. Poi si connette agli altri cuori ed è uno spettacolo vero.

Il mio cuore non mi ha mai visto sbagliare, neanche una volta. La mia mente sì, miliardi di volte, e se la lasciassi fare mi continuerebbe a ripetere la sua filastrocca fino alla fine: «Puoi fare di meglio», «Hai sbagliato», «Potevi comportarti in un altro modo», «Andrea! Potevi scrivere un articolo diverso da questo».

Invece no! Tutto perfetto. Il mio cuore mi ama e proprio adesso mi sta dicendo: «Bravo Andrea! Ascolta caro, cerca di volerti bene anche ora, chiudi questa pagina e andiamo oltre... siamo già liberi da tutto quello che stai spiegando».

Grazie, grazie, grazie *mai'lov'*! Grazie *mai'hart*!

Vámonos!

Viva la vida!

~ **ANDREA PIETRANGELI** ~ *www.andreapietrangeli.it*

Ricercatore, musicista, compositore, grafico creativo e scrittore, sperimenta la vita allontanandosi dagli schemi conosciuti attraverso continui viaggi, scritture, video, fotografie, incontri e musica. Si occupa prevalentemente di se stesso, sta imparando a comportarsi da turista del mondo e condivide quello che scopre con chi gli capita a tiro. Con Spazio Interiore ha pubblicato *Rievoluzione* (2013), *Incarnazione* (2016) e *Liberazione* (2017).

E LA GENTE RIMASE A CASA

di Roberta Rio

Edward Hopper, *Morning Sun*

Sembra quasi un paradosso parlare di libertà in un periodo di limitazione della libertà personale, e non mi riferisco solo a quella di movimento.[1]

Eppure è proprio in queste situazioni estreme che gli esseri umani hanno spesso dimostrato - e dimostrano! - inaspettate capacità di andare oltre e di trovare nuove forme di libertà.

Pensate, per esempio, ai capolavori letterari scritti in carcere come *Le mie prigioni* di Silvio Pellico, *La ballata del carcere di Reading* di Oscar Wilde, il *Don Chisciotte* di Miguel de Cervantes, *L'introduzione alla filosofia della matematica* di Bertrand Russel, *La lunga marcia verso la libertà* di Nelson Mandela, *L'età della ragione* di Thomas Paine.

E che dire del cosmologo, fisico, matematico e astrofisico Stephen William Hawking, vincolato all'immobilità fin dagli anni Ottanta a causa di una malattia che gli fu diagnosticata già nel 1963? Oltre a non potersi muovere, Hawking era costretto a comunicare con un sintetizzatore vocale. Nonostante ciò riuscì a formulare numerose teorie fisiche e astronomiche senza eguali.

In questo momento di emergenza legato alla diffusione del Coronavirus stiamo abbandonando abitudini, certezze, modi di pensare. Siamo costretti

1. Il 21 marzo 2020 ho ricevuto la comunicazione ufficiale che Amazon ha censurato il mio ultimo libro *COVID-19. Nemico o alleato?* – in quanto lesivo delle loro linee direttive – e lo ha tolto dal mercato.

dalle circostanze a procedere a una significativa riorganizzazione della nostra vita.

All'apparenza sembra che questa nuova situazione conduca alla divisione, alla separazione, ma non è così.

Anzi stiamo imparando a relazionarci in modo diverso. È come se venissimo attraversati da una scarica elettrica: la paura viene diffusa ovunque, ma reagiamo a essa producendo un'energia superiore. Ovvero la paura non ci paralizza, ma anzi ci spinge ad andare oltre, a trovare soluzioni e a cambiare paradigmi di pensiero.

Hendoku-iyaku è un'espressione della lingua giapponese che significa "trasformare il veleno in medicina". È un concetto della tradizione buddhista che si riferisce al processo di trasformazione delle illusioni in Illuminazione.

Esso inizia quando affrontiamo una difficile esperienza, decidendo di vederla come un'opportunità per riflettere su noi stessi, per sviluppare consapevolezza, coraggio e Amore.

Inizia nel momento in cui siamo in grado di riconoscere un'opportunità di crescita in una difficoltà.

E di solito siamo in grado di fare ciò quando rallentiamo, quando ritorniamo a noi stessi, quando usciamo dalla paura ed entriamo in uno stato di Amore puro.

In questa condizione, la lettura dei fatti e delle cose che ci accadono assume connotazioni molto più interessanti.

Proprio ora, in questo momento storico di estreme restrizioni della libertà, all'Umanità sta per essere fornita un'occasione imperdibile di libertà e di affrancamento dai vecchi schemi di pensiero. Sta nascendo un nuovo paradigma esistenziale per un'Umanità nuova.

Cogliamo insieme questa occasione. Facciamo adesso tutti insieme questo salto.

Superiamo la percezione limitata di un "io" singolo, diviso e isolato e fondiamoci insieme nella consapevolezza di un "noi indivisibile".

In esso risiede la libertà massima, la libertà allo stato puro.

E la gente rimase a casa.
E lesse libri e ascoltò.
E si riposò e fece esercizi.
E fece arte e giocò.
E imparò nuovi modi di essere.
E ascoltò più in profondità.
E si fermò.

Qualcuno meditava.
Qualcuno pregava.
Qualcuno ballava.
Qualcuno incontrò la propria ombra.
E la gente cominciò a pensare
in modo differente
e guarì.
E nell'assenza di persone che vivevano
in modi ignoranti,
pericolosi,
senza senso e senza cuore,
anche la Terra incominciò a guarire.

E quando il pericolo finì,
si incontrarono tutti insieme,
si addolorarono per i propri morti
e fecero nuove scelte
e sognarono nuove visioni
e crearono nuovi modi di vivere.

E la Terra guarì completamente
così come loro erano guariti.[2]

2. Riguardo l'attribuzione di questa poesia le fonti non sono univoche. Sembra essere stata composta nel 2020 da Kitty O´Meara, ispirata da uno scritto della giornalista italiana Irene Vella.

~ **ROBERTA RIO** ~ *www.newhistoricalmethod.science*

Storica e danzatrice austriaca di origini italiane. Propone un rinnovamento radicale del metodo storico al passo con i tempi e con l'attuale fase evolutiva della razza umana. È quello che lei chiama il *Nuovo Metodo Storico* o la *Scienza Storica del Terzo Millennio.* È autrice di numerosi articoli e libri in italiano, tedesco, inglese e greco. Con Spazio Interiore ha pubblicato nel 2017, insieme a Francesco Alessandrini, *La via del corpo.*

NON MI MANCHI PERCHÉ TI AMO

di M.M. Judas

Si parla di libertà, specie in questo surreale momento, come fosse un diritto, ma questo è davvero riduttivo.

Come faccio sempre, quando desidero capire qualcosa in profondità, mi ritrovo a dissolvermi nel suo contrario. È una tecnica infallibile, ma la cosa più difficile da fare, il più delle volte, è individuare l'esatto contrario di quel qualcosa. È un esercizio ingannevole e bisogna stare molto attenti. Si pensa che il contrario dell'amore sia l'odio, ma non c'è niente di più lontano dalla verità. L'odio è solo un'espressione della paura. Ed ecco cos'è il contrario dell'amore: la paura.

Amore e libertà, invece, sono sinonimi, sono due cose praticamente identiche, chiamate in modi diversi. Per questo motivo, anche il contrario della libertà è la paura.

La paura è una tremenda malattia infettiva, la più pericolosa al mondo.

Tanto tempo fa sono stato costretto dalla vita, per alcuni periodi, a condividere una persona amata con altri e la lontananza inizialmente mi faceva impazzire. Sapevo che era sacrosanto diritto dell'altro genitore poter stare con nostra figlia, e sapevo che lei lì stava bene, che era amata, al sicuro, ma questo non toglieva niente allo strazio della lontananza da lei, quando non era con me. Sapevo che era un amore malato quello, e dovevo fare qualcosa.

Quindi decisi di abbandonarmi al contrario dell'amore, e lasciai che la paura prendesse il sopravvento. La paura che stesse meglio lì, la paura che non pensasse a me, che io non le mancassi, che potesse dimenticarsi di me. La paura che non volesse tornare "a casa nostra", che nel momento di un dovuto rimprovero desiderasse andarsene "nell'altra casa", quindi evitavo i rimproveri.

C'era la paura di restare solo.

E poi c'era la più subdola delle paure: la paura di non essere amato. Questa è la più infida, perché ti costringe a modificarti per poter piacere. Ti obbliga

ad adeguarti alle aspettative di chi, seppure in modo malato, cerca di amarti. E allora non sei più tu, sei solo un'immagine sfocata del desiderio di qualcun altro. Non sei tu e non sei nemmeno quello che gli altri vorrebbero, perché agli altri non basta mai quello che sei, o peggio, che cerchi di essere. Sono le stesse persone che ti dicono (e se non lo dicono apertamente, te lo fanno intuire), che se mi ami farai questo… se mi ami non farai quello… se mi ami…

Nessuno mai ti dice: se mi ami, fai quello che vuoi. Nessuno, mai. I paletti dell'amore sono le pietre d'inciampo della libertà.

E allora dove diavolo stava la chiave? Dov'era la verità? La verità, quella che intuivo con tutto me stesso, quella che mi diceva che c'era qualcosa di sbagliato, era la stessa verità che mi urlava in faccia che l'amore non ha paura. E mi risuonava continuamente in testa la citazione di un anonimo: la verità vi renderà liberi, ma prima vi farà soffrire.

E io?

Quanto ancora avrei dovuto soffrire prima di scoprire le strade dell'amore, lastricate di verità, di libertà?

Verità, amore, libertà.

Allora forse il mio non era amore.

C'erano solo paura, possessività e timore di sbagliare.

Ma l'amore non sbaglia mai.

Dove potevo trovare quella libertà che mi avrebbe permesso di amare senza paura?

Andai nei boschi a chiederlo, guardai i cuccioli di animali, guardai gli alberi e le stelle, guardai a lungo, molto a lungo, un ruscello che passa e non torna più. Poi guardai le montagne e le rocce, apparentemente immutevoli, ma solo apparentemente, perché vivono il tempo in maniera diversa da noi. Noi umani che non sappiamo amare e non sappiamo essere liberi.

Guardai una rosa, le chiesi se avesse paura di morire. Mi disse di no: le rose non hanno paura di morire, semplicemente lo fanno, quando arriva il momento.

Poi tornai a casa e guardai mia figlia, e mi accorsi con orrore che aveva le mie stesse paure. I bambini non hanno paura perché sono liberi, ma assorbono le paure di chi li circonda. Così decisi che l'avrei amata nell'unico modo possibile: senza paura. E fu così che smise di mancarmi quando non era con me.

Ancora oggi, quando ci allontaniamo per un breve o un lungo periodo, non mi manca. Ora che è adulta, ora che ha capito cosa intendo, ce lo diciamo spesso: ciao, io vado… non mi manchi, perché ti amo.

Eccola la libertà.

C'è un filo d'oro invisibile che unisce coloro che si amano e attraverso quel filo d'oro, che può espandersi in anni luce, la presenza dell'amato o dell'amore stesso è sempre viva.

L'amore che non ha paura.

È la libertà dalla paura l'unica libertà che ci serve.

Quindi, in questo momento storico di enorme paura, non è il dover stare a casa che ci fa sentire meno liberi. È la paura a farlo.

Abbiamo paura di essere reclusi nelle nostre case, ma poi mi viene in mente che Mandela scrisse in carcere *La lunga marcia verso la libertà*.

Bertrand Russel scrisse in carcere *Introduzione alla filosofia matematica*.

Il Marchese De Sade scrisse in carcere *Le 120 giornate di Sodoma*.

Oscar Wilde scrisse in carcere *La ballata del carcere di Reading*.

Miguel de Cervantes scrisse in carcere *Don Chisciotte della Mancia*.

E tanti altri ancora.

Forse dovremmo sfruttare al meglio questa "reclusione", forse è davvero un momento speciale, che ci permette di scendere nei pozzi più profondi di noi stessi per portare a galla un inestimabile tesoro. Questa reclusione forzata ci consente di farlo in tutta sicurezza perché è come se non ci fosse nulla da perdere. A parte il tempo, laddove perdere tempo può diventare un sacrosanto e prezioso momento. Chissà se ci ricapiterà ancora.

Sfruttiamo al meglio questo tempo da perdere, perché il tempo perso non sempre è sinonimo di tempo buttato.

È incredibile che in questo momento una delle paure più grandi, anche se non sempre percepita consciamente, sia la paura di avere *troppo* tempo. Prima sembrava non bastare mai, ora è troppo e sembra non passare mai. Ma il tempo è sempre uguale, siamo noi a percepirlo in modo diverso. Abbiamo la grandiosa opportunità di perderci nel tempo ora, e non sappiamo cosa farcene, ogni secondo ha il peso di un macigno.

Che grande spreco.

La libertà non conosce il tempo, non se ne fa nulla, perché alberga in una dimensione che non ha bisogno di occupare il tempo, lo utilizza ma ne sta al di fuori.

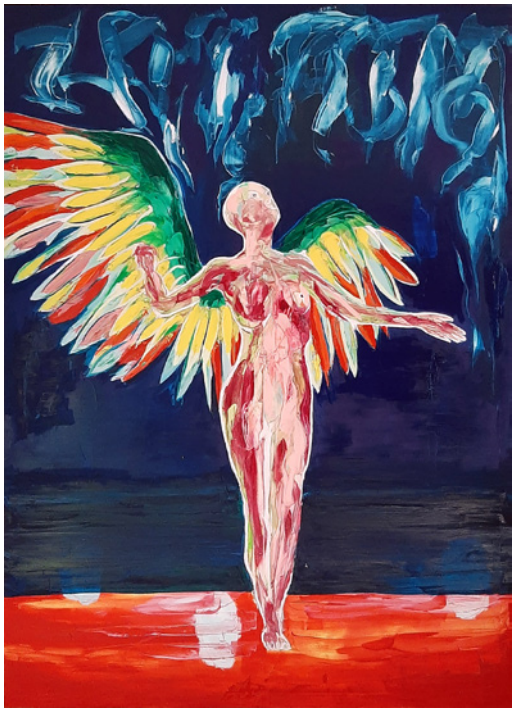
Ho trascorso innumerevoli ore nel silenzio, quel silenzio che farebbe impazzire la maggior parte delle persone cosiddette "normali", e per avere ancora più silenzio mi ritrovavo a staccare il frigorifero o a spegnere la caldaia, come se non bastasse mai.

Quando arrivavo vicino al silenzio assoluto, allora perdevo tempo, ascoltandolo.

Ascoltando il silenzio e il tempo, che si modificava, si allungava, si ampliava.

E il tempo e il silenzio si fondevano insieme, evocando nuove dimensioni sconosciute.

Ho galleggiato in quelle dimensioni ascoltando con tutti i sensi che avevo a disposizione quello che c'era, semplicemente quello che c'era. E c'erano mon-



Fulvio Faioni, *Misterioso Blu*

di e universi interi che si facevano scoprire, che si lasciavano esplorare. E io diventavo un bambino.

L'unica cosa che non c'era, in quei non-luoghi, era la paura. Per questo motivo potevo galleggiare, leggero e libero. Sono luoghi sicuri, quando ci avviciniamo con fiducia, e i doni che si portano a casa da quei viaggi sono di inestimabile valore.

Ma ci vuole tempo, serve del tempo da perdere per sprofondare dentro noi stessi, alla scoperta di nuovi mondi.

Spegni la TV.

Stacca il cellulare.

Tieni chiuso per un po' il frigorifero.

E lascia che il tempo, ora, diventi il tuo migliore amico.

Prima o poi (ed è questo che ci rende davvero tutti uguali) il tempo terminerà per ognuno di noi. Ma non oggi.

Ascoltalo.

Esiste un luogo buio e misterioso dentro di noi, un luogo così buio e così misterioso che può far paura. Lì ci sono ricordi che non ricordiamo, volti che non conosciamo, strade che non abbiamo mai battuto. Lì in fondo ci sei tu, insieme agli altri milioni di te che non frequenti, che non comprendi, che non concepisci. Alcuni possono sembrare davvero spaventosi, ma solo perché stanno nell'ombra.

Vai lì sotto, lentamente, con cautela, con pazienza e senza paura.

Tutti i mostri che potrai incontrare non sono altro che le manifestazioni delle tue paure. E allora vai lì sotto a giocare con loro, sii il bambino. Balla con loro, canta con loro, racconta loro una barzelletta, una favola, una poesia.

Non cercare di cambiarli, lascia che i demoni restino demoni e che gli angeli restino angeli. Lasciali esistere, lascia che siano. Semplicemente ridi con loro, piangi con loro, urla con loro, esulta con loro. Vai lì sotto e rendili liberi. Serve solo un po' di tempo da perdere.

La maggior parte delle persone, in questo spaventoso momento, spera e non vede l'ora che torni tutto come prima.

Niente sarà come prima. Per fortuna, aggiungerei.

Tante cose cambieranno, nel bene e nel male. Non possiamo sapere e neppure controllare come cambieranno le cose "là fuori", ma possiamo occuparci di cosa cambierà dentro di noi, possiamo prepararci a cosa diventeremo, perché possiamo permetterci il lusso di plasmarci in qualcosa di più forte. Possiamo essere il vaso di terracotta nella fornace. Questo è un ottimo momento per conoscere qualcosa di noi.

È un ottimo momento per guardare le nostre paure senza paura.

Ed è un ottimo momento per... ricominciare. Se tutto tornasse come prima, non ci sarebbe alcun nuovo inizio. Invece questo è un ottimo momento per un nuovo inizio.

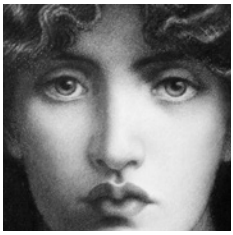
Cerca di non sprecare questa incredibile opportunità, fai in modo di non essere più *quello di prima*. Lascialo andare, perché non ti serve più.

La libertà non è un diritto. È uno stato mentale.

La libertà sei tu, bambino. L'eterno bambino.

Trova lui e troverai la libertà.

~ M.M. JUDAS ~



Autore del libro rivelazione *La via della trasmutazione alchemica*, pubblicato da Spazio Interiore nel 2019, desidera continuare a mantenere l'anonimato e firmarsi con lo pseudonimo M.M. Judas. La sua identità è racchiusa nel messaggio di ciò che scrive e non in un nome su un documento.

L'INVITO: VIVERE LA SPIRITUALITÀ NEL QUOTIDIANO

Intervista a Shakti Caterina Maggi

a cura di Nadine Zara

Shakti Caterina Maggi è una guida spirituale e relatrice internazionale sui temi della coscienza e dell'evoluzione umana. Da quasi vent'anni si occupa di meditazione, mistica e spiritualità contemporanea, approfondendo in particolare la tradizione Advaita (non dualità) e del Tantra non duale. Condivide un messaggio di non-separazione e di compassione come via di trasformazione per tutti gli esseri viventi.

Uno dei punti focali della tua condivisione è il ritorno nel Cuore e l'integrazione della spiritualità nella vita quotidiana. Da questo punto di vista come possiamo compiere azioni che siano in linea con il nostro vero sentire anche negli ambiti più pratici della vita? Come si concilia l'essere individui inseriti in un cammino spirituale con il vivere in una società in cui vanno operate scelte personali e politiche?

Noi tutti sentiamo spesso come la nostra vita non sembri esprimere, nella sua interezza, ciò che abbiamo appreso a livello spirituale, mostrando un'apparente distanza tra un piano assoluto – in cui magari sappiamo che tutto è uno e che siamo una sola Coscienza – e un piano relativo, in cui sembra che valgano un altro tipo di regole e dove la dualità dell'esistenza ci costringe a scelte e decisioni che a volte si scontrano con le nostre credenze e ideali.

In realtà, non possiamo trasformare ed esprimere ciò che sentiamo giusto, fino a che questo non diventi vero in tutti i livelli del nostro essere. Questo vuol dire non solo sul piano mentale, ma anche emozionale, energetico e fisico. Integrare nella quotidianità la verità del nostro Cuore è un cammino fatto di coraggio, sincerità e perseveranza. Quando qualcosa diventa profondamente vero non solo nella nostra mente ma nella nostra vita, allora tutte le nostre azioni ne saranno l'espressione. Ciò che siamo realmente, dietro la maschera egoica in cui sembriamo separati gli uni dagli altri, è una Coscienza unica. Questa Coscienza che siamo si manifesta come il mondo di cui facciamo esperienza: esattamente come in un sogno di notte, tutto ciò che incontriamo è espressione della Coscienza del Sognatore. E noi, profondamente, siamo questo sognatore.

Se vuoi vedere la tua vita cambiare, ciò che deve trasformarsi è la consapevolezza che hai di te, perché è questo livello più profondo del nostro Essere che crea il mondo e non l'apparente immagine che abbiamo costruito di noi stessi. L'ego non crea nulla, è in se stesso un oggetto creato.

Il mondo è Coscienza manifesta, che ne siamo consapevoli o meno: quando tu, Coscienza, non sai chi sei, tutte le tue azioni mostreranno senso di separazione e sofferenza.

Non dobbiamo stupirci nell'ascoltare che la Coscienza possa essere ottenebrata dall'ignoranza: pensa a un albero i cui fiori non sono ancora tutti sbocciati e capirai velocemente come, sebbene la primavera sia giunta, non è detto che si manifesti contemporaneamente in tutte le parti del creato. Se la Coscienza in alcune parti è ancora ignorante di sé questo avrà un effetto nella manifestazione. Ritornando alla metafora del sogno, i vari personaggi sognati si comporteranno non in base a una volontà propria, ma rifletteranno la coscienza del sognatore. In questo sogno chiamato vita, siamo "sognati" dalla Coscienza, ovvero le nostre azioni, parole, pensieri o emozioni non sono altro che un unico movimento interconnesso che rappresenta in ogni istante la comprensione o l'ignoranza che la Coscienza ha di se stessa.

Svegliati dunque al tuo essere Coscienza. Nel farlo, tutto ciò che è ancora inconscio e intriso di separazione avrà la possibilità di emergere, di essere riconosciuto e – a livello ultimo – trasformato. In quanto Coscienza, hai la possibilità di manifestare un nuovo Sogno, sia in termini di vita individuale, che nell'intero schema della manifestazione.

La potenza del "proprio" raggio d'azione, per così dire, è esclusivamente limitata dalla capacità di poter includere nel tuo essere tutte le forme viventi come una cosa sola con noi. In Sudafrica esiste un termine, *Ubuntu*, che

Shakti Caterina Maggi

significa "io sono perché noi siamo". Questa è la *we-consciousness,* ovvero il passaggio da una coscienza personale a una collettiva, in cui l'insieme non è la somma di tante parti, ma l'Uno che si manifesta come molti. Di nuovo, questa informazione di unità potrebbe essere penetrata nella tua forma a un livello mentale e solo parzialmente a un livello emotivo ed energetico. Più profondamente possiamo incontrare gli eventi del mondo da uno spazio di non-separazione, e quindi d'amore, e più l'impatto di questo risveglio si riverserà nella vita, nello stesso modo in cui le onde in uno stagno, create da un'iniziale vibrazione, si espandono in centri concentrici sempre più vasti.

Nel concreto, grazie a questa maggiore consapevolezza di sé, saremo capaci di una profonda e non negoziabile risposta alle varie sfide che la vita quotidiana ci propone. Per esempio, laddove persone intorno a noi – siano esse familiari, colleghi o amici – ci suscitino un qualche tipo di reazione, potremmo riconoscere, attraverso queste dinamiche, schemi egoici che sono ancora presenti nella personalità. Nel lasciar andare quegli schemi e incontrando la paura che essi nascondono, il senso di separazione si dissolverà – almeno in una certa misura – nella nostra forma, aprendo la stessa opportunità a tutti gli altri esseri viventi. Questa è la compassione di un Buddha, che attraverso il proprio vivere si fa portale di trasformazione per il mondo intero.

Dunque, se vogliamo vedere nuove azioni, che siano coerenti con la verità del nostro cuore in tutti gli ambiti della nostra vita, ciò che deve mutare è la comprensione che abbiamo di noi stessi. Tutto il resto accadrà di conseguenza.

A volte accade che la vita ci destabilizzi andando a sconvolgere la nostra realtà e talvolta anche quella che noi identifichiamo come la nostra libertà. Come interpretare e come reagire a questi eventi?

In questo periodo storico siamo particolarmente invitati, con onestà e con coraggio, a guardare la paura emergere in noi attraverso tutti i suoi possibili circuiti che includono la negazione, il congelamento, la lotta e la compensazione, per non dover sentire questa intensità. Questo invito include tutti ma se siamo ricercatori spirituali, in un certo senso abbiamo una responsabilità ancora maggiore nel confrontarci con sincerità con noi stessi e diventare consapevoli di quei luoghi interiori in cui ancora tratteniamo separazione e ignoranza di sé. Ciò che è interessante, da un punto di vista evolutivo, è che in questo momento sembra che non abbiamo più scelta se non davvero quella di guardare noi stessi e finalmente incarnare ciò che sappiamo essere giusto su un piano mentale, ma che non necessariamente si esprime in tutti i livelli del nostro essere. Sembra proprio che siamo di fronte a un potente *reset* evolutivo, in cui tutto ciò che è nascosto emerge in superficie per essere dissolto e ritrasmesso in una vibrazione più elevata. Da un punto di vista molto pratico, questo significa che se finora abbiamo accampato scuse riguardo determinati schemi e contraddizioni nella nostra vita, siamo adesso chiamati a essere molto onesti e a permetterci di ascoltare percettivamente ciò che è ancora spaventoso e difficile.

L'ascolto profondo – che è un'azione dell'Amore stesso – è davvero possibile soltanto quando possiamo contattare un Silenzio interiore e una presenza che ci permettano di ascoltare – senza interferire – il dolore, la rabbia, la paura o la tristezza. Queste emozioni più difficili vengono viste non più come qualcosa da evitare o da cancellare nella nostra vita, bensì come parti di noi con cui dobbiamo riconciliarci e fare pace. Un po' come un ospite sgradito che abbiamo finora evitato di invitare a casa e che alla fine non possiamo più scansare. Quell'ospite dovrà essere accolto nel nostro cuore, permettendo a tutte quelle vibrazioni non volute di lacrime, rabbia, angoscia e tristezza di avere un posto in noi. Quell'accoglienza silenziosa e amorevole può permettere loro di sfogarsi nel consolante silenzio del cuore anziché proiettare all'esterno, attraverso parole e azioni, il proprio dolore.

Il processo di trasformazione delle ombre della nostra personalità è squisitamente interiore.

Ovviamente questo viaggio di trascendenza dell'ego è una sfida importante su cui non è detto che abbiamo una mappa chiara, in quanto la mente ordinaria cercherà probabilmente in tutti i modi di evitare questo incontro con le parti non volute da noi stessi. Se saremo tuttavia capaci, senza sconti e sotterfugi, di incontrarci davvero, sentiremo allora un senso di profonda interezza e ricongiungimento con tutto ciò che era stato allontanato e rifiutato. Questo è il senso della parabola di Cristo del figliol prodigo, in cui si fa festa proprio a ciò che sembrava negativo e ingrato di noi, quando torna nella casa del Cuore. La sofferenza infatti, non sta nel dolore o nella rabbia o nella tristezza, ma nel rifiuto e nel senso di separazione verso queste cose. Quando non c'è nulla che venga più evitato, possiamo incontrare la vita, noi stessi e gli altri intorno a noi con amore e autentica gioia di vivere.

Molto spesso in ambito spirituale si è sentito parlare della "non-azione" e questa indicazione è stata frequentemente male interpretata. Puoi parlarci del "by-pass spirituale" in tal senso e di come possiamo evitare di cadere nell'illusione che non ci sia niente di concreto da fare per migliorare la nostra realtà?

È facile cadere nell'illusione di stare vivendo ciò che in realtà abbiamo soltanto capito. Spesso infatti, abbiamo compreso dei concetti spirituali che non stiamo davvero applicando nella nostra vita, creando una distanza tra ciò che sappiamo e ciò che siamo. Ecco perché la vita stessa sarà un giudice implacabile e paradossalmente misericordioso nel mostrarci se ce la stiamo raccontando oppure no. Implacabile perché sarà capace di infilarsi e penetrare in ogni singola piega della nostra anima in cui ancora stiamo nascondendo paura. Misericordioso perché in realtà questa – seppur dolorosa – è anche la cosa migliore per noi, se vogliamo davvero crescere nella comprensione e vivere la nostra vita da uno spazio di amore e autentica gioia. Sapere che siamo un'unica Coscienza non è sufficiente se, non appena siamo minacciati o dobbiamo confrontarci con qualcosa di difficile, ci nascondiamo e ci proteggiamo dietro citazioni di maestri e il desiderio compulsivo di avere ragione, pur di non toccare il disagio del non sapere quale sia la prossima mossa o decisione. In altre parole, la nostra comprensione spirituale verrà potentemente messa a confronto e sfidata, fino a che attraverso di essa non diventeremo veri. A quel punto, non conosceremo solo la verità, la incarneremo.

Essere veri significa – a volte – sentire disagio, incertezza, indecisione, smarrimento. Significa dare spazio alle parti di noi più spaventate senza perseguirne gli impulsi o le storie mentali, ma permettendo alla vita di trasformarci e di metterci a confronto con noi stessi. In questo modo possiamo davvero incarnare, nei nostri gesti, nelle nostre azioni, nel nostro quotidiano, ciò che sappiamo essere vero a livello teorico. In altre parole, il Guru è la vita stessa che amorevolmente ci guida e ci insegna ogni giorno, chiedendoci umiltà e autenticità per poter portare sulla terra la verità del nostro cuore. Se ce la stiamo raccontando, ben presto sarà eventualmente l'esistenza stessa a darci una "bastonata zen" che ci riporti a una presenza vera e sincera.

Nel pratico, restando aperti alle sfide della vita chiuderemo il divario tra le nostre idee e il nostro vissuto, in modo tale che tutto il nostro quotidiano sia espressione vera di noi. Non basta l'intenzione, le nostre azioni vanno nutrite della realtà del nostro Essere.

Come possiamo sentirci liberi quando le nostre stesse azioni sono in gran parte frutto di traumi, informazioni transgenerazionali e zone inconsce della nostra psiche?

La radice del nostro essere, che è Coscienza, è già libera da ogni cosa, ma è chiaro che non saremo liberi di esprimere nella materia questa libertà, fino a che la vita stessa non ci avrà mostrato tutto ciò che è ancora inconscio e nascosto. A quel punto avremo la possibilità, in modo sincero e autentico, di confrontarci e trasformare ciò che di noi non sentiamo più vero.

Risvegliarci non è un atto di un momento, ma un processo che si integra nel corso di una vita intera, in cui continuamente il fiume dell'esistenza porta via ciò che è falso. Vivere il risveglio significa vivere in un costante lasciar andare, dove ciò che viene lasciato andare è se stessi, le immagini che abbiamo di noi, siano esse positive o negative. Alla fine del processo, questa morte dell'ego diventa, paradossalmente, autentica e vibrante celebrazione della vita in tutte le sue sfaccettature, così che alla fine niente più viene rifiutato. Ogni cosa e ogni persona, da questa nuova prospettiva, viene vista come un'espressione stessa del divino nella forma, anche laddove ci sia ancora ignoranza di sé. L'amore diventa assenza di noi stessi – come persone separate – e fioritura dell'individualità come massima emanazione della nostra scintilla divina. Sarebbe opportuno precisare che la meditazione si occupa dello spazio che sta dietro la personalità e non dei suoi contenuti, come fa invece appropriatamente la psicologia. Nella meditazione si sperimenta la testimonianza di contenuti anche dolorosi della mente, da

un luogo di grande libertà e compassione. Meditando possiamo riconoscere l'identificazione e l'attaccamento a false credenze, legate al condizionamento ricevuto e ai traumi subiti. Sconsiglio fortemente però, a coloro che hanno subìto dei traumi importanti, di relegare alla sola meditazione la propria autoindagine, perché tali tematiche dovrebbero essere seguite da professionisti esperti in questo campo. Un aiuto terapeutico professionale è necessario in tal senso, in quanto si potrebbe dolorosamente scambiare la meditazione con la dissociazione. Nella meditazione c'è una connessione percettiva con la nostra realtà interiore ed esteriore, mentre la dissociazione è una fuga naturale che spesso può accadere nei traumi e che va seguita da esperti qualificati.

Precisato questo, l'indagine spirituale consente di distaccarci dall'attaccamento e dall'identificazione egoica, così da poter testimoniare con maggiore chiarezza contenuti della personalità verso cui non c'è sufficiente distanza e respiro per poterne diventare consapevoli. Starà poi a noi voler eventualmente indagare quei contenuti attraverso la terapia.

Per chi vive riconoscendo che siamo una cosa sola è veramente cambiato qualcosa in questa situazione un po' paradossale che ci troviamo a vivere oggi?

Se già si vive da questa presenza non cambia nulla a livello interiore. Allo stesso tempo, certamente, chi tra di noi è chiamato a condividere questo messaggio, sentirà con forza ancora maggiore la necessità di un impegno sincero a lasciar andare sempre di più qualunque schema sia rimasto in noi. In generale, siamo tutti invitati a essere un portale di trasformazione e di verità per ogni essere vivente. Vivere il risveglio significa donare la propria esistenza come servizio d'amore, sia che il nostro destino sia quello di insegnare sia che, attraverso il vivere, siamo di sostegno e luce a coloro che sono intorno a noi. Personalmente, il mio impegno in tal senso resta costante e sincero nell'essere aperta a imparare e ricevere dalla vita strumenti e comprensioni che mi permettano di amare in modo sempre più libero e incondizionato. È importante ricordarci che non abbiamo risposte preconfezionate al dispiegarsi dell'esistenza, ma che possiamo amorevolmente restare disponibili a far sì che sia l'amore a muoverci e ad agire ogni nostro incontro e relazione.

Nella tua percezione esiste la libertà? Cos'è per te?

Non esiste la libertà della persona separata, perché in realtà non siamo persone separate. Sebbene la persona non sia libera, noi facciamo conti-

nuamente esperienza di volontà. Quella volontà che sentiamo, dunque, non è frutto delle decisioni di un qualcuno ma del battito della vita stessa che si muove continuamente attraverso di noi.

Nel risveglio sperimentiamo una libertà dall'immagine che abbiamo di noi stessi e questo ci consente di scendere più in profondità e contattare lo scorrere costante del fiume della vita. Più siamo capaci di lasciar andare la paura e la separazione, e più permetteremo al fiume dell'esistenza di attraversarci liberamente. La libertà della vita stessa si esprimerà nelle nostre azioni come emanazione diretta del vero Sé nella forma.

È la Coscienza che, attraverso le nostre forme, sta facendo esperienza dell'umano. Siamo abituati a pensare di essere particelle che cercano di raggiungere un livello ultimo di unità, quando invece è proprio la Coscienza unica che attraverso queste vite impara e conosce se stessa nella materia. Quando siamo liberi dal giogo della paura, tutto il nostro essere diventa espressione totale dell'Esistenza stessa. Tutta la nostra vita a quel punto si manifesta come Coscienza incarnata e il vivere quotidiano è in quel momento la vertigine del divino nell'umano. Il vivere stesso diventa preghiera.

C'è qualcosa che non ti ho chiesto e che vorresti condividere per affrontare questa situazione o momenti futuri di "emergenza"?

Apri il cuore, senza la necessità di sapere come o perché; apri il tuo cuore a incontrare ciò che è difficile o spaventoso, senza rifiutare ciò che la vita ci propone ogni giorno, in termini di sfida al nostro senso di separazione e identità. Il nostro Cuore Sacro è l'unico luogo sicuro in tempi di crisi, che può funzionare da meravigliosa bussola, orientandoci verso la verità se ci sentiamo impauriti e confusi. Il Cuore spirituale non è un'emozione o una sensazione, ma il tempio del divino nell'umano. Usciremo da questa esperienza fortificati nella nostra capacità di amare e di avere compassione gli uni degli altri e potremo accedere a questo meraviglioso potenziale a cui il nostro Cuore ci chiama.

SI CHIUDONO PORTE, SI APRONO PORTALI

di Rita Minelli

Quando sono stata invitata a scrivere un articolo inerente alla libertà, connessa al momento storico-sociale che stiamo vivendo ora, ho inizialmente sentito una difficoltà nel descriverla a parole. Mi pareva di imprigionarla, razionalizzandola in frasi e concetti. Un po' come quando si tenta di definire Dio o l'Amore. Temevo dunque di ingabbiarla, limitandola in una forma che mai avrebbe potuto davvero esprimerla.

Come posso ritrarre lo spazio illimitato? Immortalare l'infinito in una forma?

Questo è stato inizialmente il paradosso che ho dovuto attraversare, ma fortunatamente poco dopo è giunta una profonda intuizione.

È esattamente come quando ispirata dipingo su una tela bianca, entrando in contatto con quello *spazio magico* di creazione, fuori da ogni giudizio, con quel vuoto che è solo mio e che mi trascina nella pittura senza confini.

In quel flusso entro nella libertà dell'Essere.

Mi sento libera quando parole, immagini, comportamenti, emozioni e pensieri sono in perfetta risonanza con il mio sentire, con la mia verità; quando dentro me riconosco di essere guidata da una forza misteriosa e divina che mi ama e si prende cura di me, al di là di tutto e tutti; quando si crea una connessione armoniosa tra spazio interiore e mondo delle forme.

Allora basterà far danzare le lettere sulla tastiera e dipingere immagini con le parole, lasciandomi guidare dal cuore, non occorrerà fare altro.

Se mi sento libera interiormente, potrò immortalare cos'è per me la libertà, facendo scorrere la scrittura come fosse l'acqua di un fiume, senza correggerla o ostacolarla. Senza giudicarla o criticarla, senza paura di sbagliare, ma mettendoci solo amore e premura.

Sapranno loro, le parole, dove condurmi. Sapranno loro come, dove e quando collocarsi.

Io ho scelto di affidarmi.

Dunque ora mi faccio da parte e divento testimone esterno, strumento di ciò che chiamo flusso di ispirazione.

La Libertà non ha nulla a che fare con la ricerca e la lotta per ottenerla: è nello stato di Presenza.

Posso iniziare dicendoti che ciò che chiamiamo libertà non ha niente a che vedere con le lotte, le battaglie, gli attriti e le resistenze. Non ha a che fare con il prendere parte a una guerra, con il "combattere" contro qualcuno o qualcosa per rivendicare un qualche diritto. Non ha a che fare con la ricerca di uno stato ideale perfetto, poiché già la ricerca di tale condizione porterà frustrazione e insoddisfazione e quindi va da sé che ci si sentirà in prigione, ingabbiati in una qualche forma illusoria e stereotipata che si cercherà a tutti i costi di voler raggiungere.

Credo che la vera libertà non la si troverà "fuori da noi", in una qualche manifestazione esterna, sbandierando striscioni o andando in piazza a manifestare. Non la si troverà nell'essere "contro" qualcosa, perché quell'essere contro qualcosa indica già di per sé prigionia.

Lo stato di libertà è accessibile davvero, in quello stato di coscienza chiamato Presenza. In quel regno interiore dentro ciascuno di noi, ove cessa ogni lotta e identificazione con il mondo esterno.

Quindi, per assaporare la libertà, ti consiglio di deporre le armi e di denudarti completamente, tornando a essere come quando sei nato, prima che tutto il linguaggio terrestre, ordinario, ti *in-vestisse* con i suoi abiti.

La natura è libera, perché è nuda e si lascia scorrere dalla vita, abbandonata alle forze cosmiche che la abitano, dentro e fuori di sé.

Hai mai visto l'acqua di un fiume fare la guerra al sasso che sta accarezzando?

O il cielo rivendicare il diritto del suo spazio cacciando gli uccellini che volano?

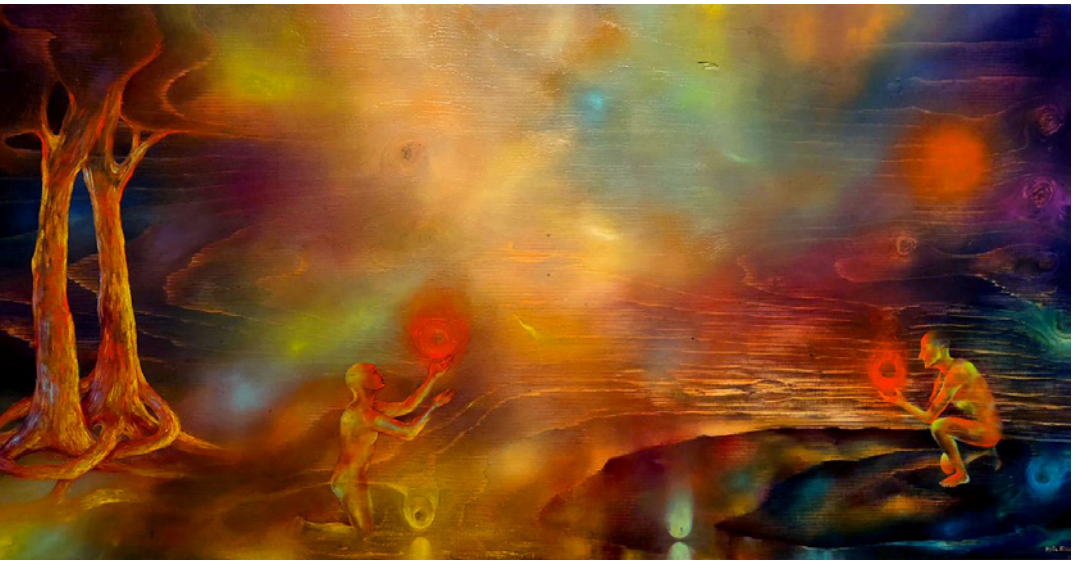
Hai mai visto una pianta arrabbiarsi con Dio perché non cresce nei tempi che vuole lei?

O un semino piangere e lamentarsi perché invece che essere una rosa è un giglio?

Dobbiamo imparare a leggere il grande libro della natura proprio come ci hanno insegnato gli antichi, e ritrovare lì le nostre vere fondamenta, i nostri veri pilastri.

Perché tutti noi, volenti o nolenti, ne facciamo parte e dobbiamo ricordarcene.

Attraverso questo sguardo ritroveremo i codici della nostra anima, quelli che ci renderanno liberi di poterci esprimere nel mondo e di far danzare l'essenza con la personalità.



Rita Minelli, *Gli amanti del regno dipinto*

Ci avviciniamo alla libertà quando iniziamo a riscoprire, dentro e fuori di noi, quella *connessione invisibile* tra il Sé e le forze cosmiche della Natura. Tra Sé divino e personalità.

Occorre trasformare lo sguardo con cui si osservano le cose e risvegliare la Visione magica.

Soprattutto ora, costretti a stare in casa, alcuni di noi possono sentirsi in gabbia, in prigione. Ma in verità vorrei suggerire loro di iniziare a cambiare sguardo.

Forse si stanno *apparentemente* chiudendo delle porte "fuori", perché qualcuno, o qualcosa, vuole che si inizi a guardare "dentro".

Si chiudono porte per poterne vedere altre, invisibili, che magari prima d'ora non avevi mai nemmeno considerato.

È un invito il mio: «Prova a trasformare lo sguardo con cui osservi la realtà, proprio come fanno i bambini. Loro, anche chiusi in una stanza riuscirebbero a inventarsi mille giochi, trovando mille soluzioni creative. Difatti, non c'è natura più vicina alla libertà che quella che ritroviamo nella prima infanzia».

Personalmente, da buon acquario, ho vissuto fin da piccola la frustrazione profonda del dover rispettare leggi imposte: alzarsi ogni mattina a un'ora precisa, andare a scuola ogni santo giorno, studiare tanto per essere promossa (perché sennò mi toccava ripetere l'anno e prolungare quella prigione-tortura), andare in chiesa, fare la comunione, essere brava, ecc.

Avevo quindi un grandissimo problema con gli obblighi, mi facevano sof-

frire, li sentivo ingiusti. Volevo essere libera di scegliere cosa fare. Intuendo perciò che quella era la solfa su cui si basava la maggior parte del sistema, ho iniziato fin da subito a comprendere che avrei dovuto trovare assolutamente una via di fuga! Una scappatoia! E di certo sapevo che non l'avrei potuta scoprire in quella realtà ma in un'altra, che partiva da dentro di me.

Perciò iniziai da subito a mettermi in contatto con il Regno Senza-Tempo. Quello della fantasia e dell'immaginazione, della fiaba e delle creature misteriose, delle guide spirituali, degli antichi maestri che venivano a trovarmi nelle mie visioni, consigliandomi e prendendosi cura di me. Guarendo le mie lacrime e facendomi compagnia.

In quella dimensione non mi sentivo sola. Ero una guerriera, una sacerdotessa, una regina, una fata, una viaggiatrice spazio-temporale giunta sul pianeta Terra per divulgare messaggi preziosi. Una guerriera di luce contro le forze del male.

Ecco, in quel Regno mi sentivo completamente libera, nutrita, guidata e rassicurata dai miei amici invisibili. Lì, in quello Spazio magico mi sentivo a casa. Rifugio prezioso dell'anima, al di fuori di ogni linguaggio terrestre, al di fuori di ogni sistema inventato dall'uomo.

La Libertà cammina di pari passo con il ricordo di quel mondo, con la rievocazione di quello sguardo e di quel cuore, così tanto caro ai bambini.

Si tratta dunque di Risvegliare quella dimensione sacra dentro di noi, per poi riportarla all'esterno, in una forma che troverà da sé la giusta collocazione ed espressione.

Uscire dal Paese delle marionette per diventare Esseri Umani.

Per iniziare a essere liberi bisogna comprendere prima di tutto di abitare nel paese dei burattini. Un paese in cui ciascuno indossa una o più maschere. Esistono sistemi e modelli stereotipati e preconfezionati, si è immersi in un Sistema che ci vuole sempre performanti, omologati e succubi del mondo delle apparenze e degli status sociali.

È bene essere consapevoli che siamo cresciuti in un sistema occidentale, che fomenta la logica e il razionalismo privo d'anima. Dove regna la lotta per la sopravvivenza, la competizione e la comparazione. I numeri e la quantità a sfavore della qualità.

Un paese dunque fondato sulle paure e le preoccupazioni, sulla malattia fisica e dell'anima.

In questo luogo, ogni forma connessa all'arte, alla creatività, all'innovazione e alla bellezza; all'innalzamento e all'elevazione della coscienza individuale e collettiva, viene ostacolata, trascurata e ignorata. Viviamo dunque all'interno di un vortice risucchiante, guidato da un'eggregora di bassa vibrazione e da forme-pensiero meccaniche e rettiliane che vogliono trascinare ognuno di noi in

uno stato di confusione, frustrazione e addormentamento, privi di forza vitale, fiducia e gioia.

Un paese quindi, ove non pare esserci spazio per l'Amore e la condivisione, l'empatia e la creatività in ogni sua forma.

Bene, per iniziare a entrare in contatto con la libertà, occorre fare un ulteriore passo in avanti. Ovvero prenderne atto e andare oltre questa visione, uscendo dallo stato di vittima e marionetta, altrimenti ci si sentirà sempre in gabbia, privi di potere personale e creativo.

Per cambiare la propria realtà occorre cambiare l'archetipo che abbiamo a lungo rivestito.

È necessario sempre più – in un grande atto di amor proprio e collettivo – non dare più da mangiare a quel Sistema, smettendo di alimentare il "corpo di dolore" da cui trae nutrimento.

Occorre dunque osservare dall'esterno il Paese delle marionette, come fosse l'immagine di un dipinto, per poi interpretarlo *nuovamente*, trasformandolo in un quadro risonante con la propria Anima. Lasciandosi guidare dalla propria intuizione e ispirazione.

La libertà scende in campo quando il pittore del quadro riesce a entrare in profonda comunione con il personaggio che sta dipingendo e con l'ambientazione che sta creando, riconoscendosi come parte integrante – e non separata – da tutto ciò che lo compone.

In quello stato di accoglienza e apertura di cuore, verrà creata una profonda comunicazione tra sé e il dipinto, che pennellata dopo pennellata *s-velerà* ed evolverà.

Per il personaggio raffigurato nel quadro, si tratterà di affidarsi sempre più alla guida invisibile che lo sta ritraendo. Per il pittore, invece, si tratterà di infondere amore e saggezza al protagonista del suo dipinto. Preparandogli la strada e facendogli sentire la sua presenza.

Libertà è iniziare a vedere ciò che chiamiamo "burattinaio" o "creatore" come l'alleato più prezioso che potremmo avere al nostro fianco. Il quale, in verità, non vuole farci alcun male ma solo indirizzarci e trasformarci in Esseri umani realizzati.

La libertà appare nel momento in cui liberiamo il nostro sguardo.

Libertà ha innanzitutto a che fare con l'uscita dal pensiero comune, dalle mode e dagli stereotipi. Dalla falsa idea, illusoria e irreale, di chi o cosa dovremmo essere agli occhi degli altri o a quelli di noi stessi. Occorre dunque liberarsi dagli schemi e dai luoghi comuni, dalle frasi fatte e soprattutto dalle generalizzazioni.

Occorre disidentificarsi dalle forme apparenti illusorie create dalla Matrix – compreso il nostro Ego – e discernere tra le tante vocine che sentiamo fuori

e dentro di noi, compiendo una grande opera di discernimento e ricapitolazione.

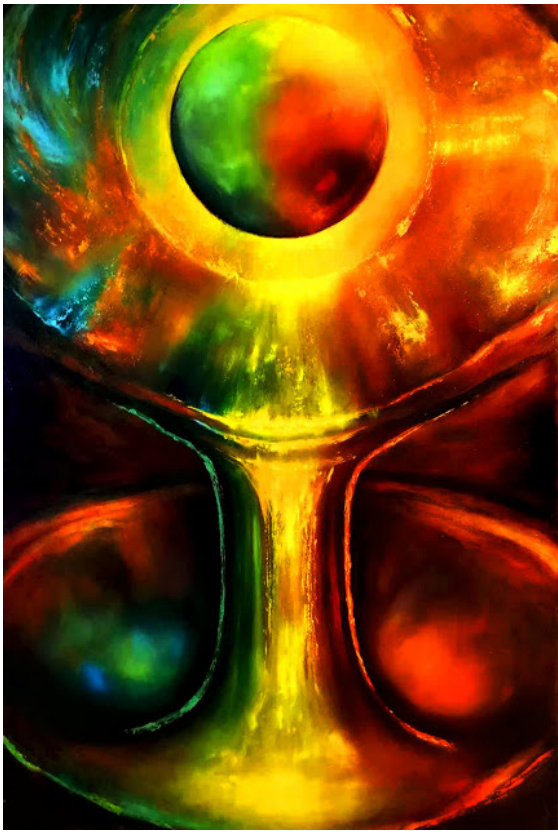
Allontanare e depotenziare, quindi, tutta quella spazzatura psichica, mentale ed emotiva che vuole abbatterci e condurci verso scenari apocalittici e risvegliare invece quella Guida saggia interiore, che ci abita.

È vitale ora essere Presenti a se stessi e riportare al centro quelli che sono *i nostri* veri valori e pilastri. Quelli che sono davvero i punti saldi che ci innalzano e nutrono, donandoci speranza, forza e rassicurazione, ispirazione, creatività e serenità.

Ci è stata data una grande opportunità, non sprechiamola in distrazioni. Non scappiamo.

"Stiamo" nella nostra casa esteriore e interiore.

Ciò che sta accadendo ci costringe finalmente a fermarci, a stare in casa, dove per "stare" intendo essere presenti a se stessi e a ciò che accade.



Rita Minelli, *Gradalis-Dragalis. Il toroide dell'amore*

La vita ci chiede ora di prendere contatto con quelle parti di noi – visibili e invisibili – che abbiamo trascurato o evitato, come ad esempio il partner, la relazione sentimentale, i figli, la famiglia, la casa con gli oggetti che la abitano e così via. La solitudine, la paura della morte, della malattia, della crisi economica, della prigionia. La paura del vuoto, la paura del futuro, la paura della vita, la paura dell'amore, la paura della paura... Ecco ciò che sta capitando ora: la vita vuole riportare ognuno di noi a se stesso. A non scappare più e a guardare in faccia ciò che ha edificato nel tempo. A riconoscere i propri angeli e i propri demoni, accogliendoli e ascoltandoli.

La vita forse ti vuole portare anche a farti queste domande: «Cosa davvero mi rende sereno? Dove voglio focalizzare le mie energie? Cosa mi dona gioia e amore?»

E ora voglio condurti a un'ulteriore riflessione, perciò ti chiedo: «Sei davvero sicuro che la libertà e la felicità che tanto vai cercando non risiedano invece dentro di te e nelle cose semplici e belle che la vita ti manda ogni giorno?»

La serenità e l'amore non risiedono nelle cose che vediamo "fuori da noi",

ma nello sguardo con cui noi guardiamo quelle cose. E i bambini questo lo sanno bene.

Esotericamente la realtà che percepiamo all'esterno altro non è che una rappresentazione proiettiva del proprio mondo interiore e quindi ciò che accade fuori sta accadendo dentro.

E dunque, in accordo con questa legge spirituale, la vita, sbarrandoti la strada e chiudendoti la porta di casa, desidera mostrarti qualcosa che non risiede là fuori.

All'inizio forse legato al mondo delle apparenze, degli attaccamenti e dei bisogni farai di tutto per guardare altrove, cercherai distrazioni in continuazione, riempiendoti la giornata di cose da fare, pur di non entrare in quel vuoto che ti sta Richiamando. Così verranno create mille distrazioni: la televisione, i social, gli articoli, i post, le telefonate, whatsapp, le novità e gli aggiornamenti del giorno, la lamentela per le nuove ordinanze, i supermercati, i locali, i negozi chiusi, la crisi lavorativa, il lavoro *online*, le teorie complottiste, il nuovo ordine mondiale, le canalizzazioni dei maestri ascesi e così via all'inseguimento quindi di illusioni su illusioni, di identificazioni su identificazioni…

Ecco cosa sta accadendo. Prova a non distrarti.

Silenzia l'esterno e prova ad Ascoltare.

Il Richiamo del Daimon

Quando *scegli consapevolmente* di non farti più distrarre da rumori esterni, ma di volgere lo sguardo dentro di te, puoi iniziare ad avvertire un richiamo profondo e antico.

Un'eco primordiale che vuole condurti a varcare una soglia invisibile, verso un luogo che forse avevi dimenticato.

Quel luogo è il Regno Senza Tempo dove dimora il tuo Vero Sé, il Sé Divino che ti abita. Il Nume, corpo di gloria o Daimon. Nel corso della storia questa forza misteriosa ha assunto diversi nomi, ma la sua sostanza è rimasta invariata poiché eterna e immutabile.

Ecco, è quell'Essere sconosciuto che vive dentro di te che sta richiamando la tua attenzione affinché tu possa riconoscerlo, accoglierlo e Risvegliarlo. O meglio, per far sì che sia lui che risveglia te. Esso è il tuo Alleato più prezioso, il compagno invisibile che ti guida fin dalla nascita. Colui che ti sostiene passo dopo passo, incoraggiandoti nel cammino con amore, pazienza e comprensione.

È come se fosse il pittore che sta dipingendo il pittore che dipinge il suo personaggio! È il Guardiano delle Soglie, dei tuoi passaggi iniziatici. Colui a cui hai affidato la chiave del tuo cuore. Il protettore del tuo Destino.

Gli antichi lo chiamavano Daimon (*buon demone*) colui che vuole indirizzarti verso la tua felicità.

Purtroppo quando si cresce e si diventa adulti, immersi nel mare della Matrix illusoria, ci si dimentica di questa preziosa *presenza* e si tende a volerla escludere dalla propria vita, a scacciarla perché percepita scomoda dalla personalità. Un nemico che ci disturba e toglie il sonno. Una strana ombra che si insinua dentro di noi, creando ansie e inquietudine. Ebbene, in realtà, questo alleato invisibile vuole solamente liberarti e metterti in contatto con la tua parte più autentica. Con ciò che davvero ti può rendere sereno e realizzato.

È questa forza quindi che ti invia *segni e sincronicità* "benevoli" per guidarti e orientarti nella vita, che ti dona amici fidati, alleati fisici e metafisici che giungono a sostenere i tuoi passi. Ed è sempre questo compagno invisibile che ti spinge ad attraversare e superare le tue ferite e Paure primordiali, affinché tu possa realizzarti ed essere in pace.

Questo essere è il nostro protettore e a lui interessa solo che seguiamo il nostro vero Destino e che impariamo a fidarci. Sia nel bene che nell'apparente male. Nella gioia e nei dolori. Nella salute e nella malattia, finché morte non ci separi.

E più vogliamo metterlo a tacere più ci sentiamo in gabbia e infelici, scambiando il nostro liberatore per il nostro carceriere. Ed è proprio per questo motivo che arrivano l'ansia, la paura e il panico, proprio perché non vogliamo ascoltarlo e quindi questa forza cerca il contatto con noi.

In verità quella che senti essere come una gabbia, altro non è che il guscio dell'uovo (della personalità e del mondo delle apparenze) che ti ha protetto affinché tu, Anima, potessi crescere e fare esperienza su questa terra. Proprio come accade per la crisalide che diventerà farfalla o per il semino che diventerà ghianda. Ecco, il Daimon è quella forza misteriosa che "spinge" il pulcino a spaccare l'uovo, il semino a spaccare il guscio e a diventare la rosa che sarà.

Ogni cosa dunque rivela un disegno già tracciato, poiché nel semino è già scritto il fiore che diventerà.

In questa consapevolezza di essere sempre trainati e guidati da quella forza invisibile, che giorno dopo giorno dipinge ciò che saremo, risiede la nostra libertà.

Il Regno interiore, la libertà attraverso la via del cuore.

Esiste dentro di noi uno spazio sacro che nessuno mai potrà davvero violare o intaccare.

Tale Regno risiede nelle profondità della nostra Anima, ci si entra nudi, con lo sguardo puro e innocente di un bambino. È uno spazio incontaminato, privo di confini e limiti. Privo di dolore e paure, battaglie e guerre.

In quel luogo antico, non dimorano leggi restrittive e scadenze, mode, stereotipi e preconcetti. Non esiste competizione, comparazione e giudizio. Non esistono mete o obiettivi da raggiungere. Non bisogna migliorare o dimostrare qualcosa a qualcuno, perché tutto è già perfetto così.

In quel regno vivono bellezza, armonia e amore per tutte le cose.

È un Regno che tutto comprende e niente separa.

Ogni cosa è intimamente connessa all'altra e tutto fa parte di un unico grande organismo vivente, perfettamente organizzato e sincronizzato. Eterno e immutabile, benevolo e gentile.

In questo luogo non esistono errori e sbagli, giusti o peccatori, poveri o ricchi. Si è tutti uguali. Gli opposti e i paradossi camminano simultaneamente e le contraddizioni giocano allegramente, compenetrandosi e riconoscendosi come facce della stessa medaglia.

Angeli e Demoni cessano ogni lotta, danzando e facendo l'amore all'unisono.

Esseri umani e divinità, terrestri ed extra-terrestri si abbracciano l'un l'altro.

Il bene e il male sono ricordi lontani e la prigionia e la libertà fanno parte di una realtà duale che in quello spazio cessa d'essere.

In quel Luogo il sistema terrestre collassa e lo spazio-tempo lineare lascia il posto al Regno Senza Tempo, ove passato, presente e futuro si fondono all'unisono, dissolvendosi nel Silenzio dell'Uno.

Il Regno di cui ti parlo fu rievocato da alcuni grandi Esseri del passato, pionieri del Nuovo Mondo. Attraverso testimonianze, scritti e poesie preziose. Incisioni alchemiche, dipinti e composizioni musicali di bellezza ultraterrena. Meditazioni e danze sacre.

E tutto questo affinché ognuno di noi potesse non sentirsi mai solo, ma supportato nel tragitto verso casa dalla fratellanza cosmica universale, dai figli di Ermete, incarnati e disincarnati, che sempre splendono e sempre splenderanno.

~ **RITA MINELLI** ~ *www.ritaminelli.blogspot.com*

Artista eclettica e poliedrica, vive e lavora a Bologna. Da molti anni si occupa di pittura esoterica e conduce percorsi trasformativi individuali e collettivi verso la Realizzazione e il Risveglio spirituale. È l'ideatrice di Spazio Rubedo, un laboratorio artistico-evolutivo, intuitivo-sperimentale, in cui tradizione e innovazione esoterica si fondono all'unisono.

ESSERE LIBERO

di Matteo Ficara

Libertà, uno dei temi più discussi di sempre e secondo me senza soluzione. Se lo guardiamo dal punto di vista spirituale, troviamo che per l'anima non ha senso parlare di libertà. Viene allora da chiedersi: cosa può essere (o non essere) libero?

Un'identità? Un'identità non è mai libera, apposta perché la sua natura è quella di identificarci con un "momento" di quello che siamo: se l'anima è l'essenza, la nostra natura profonda, allora l'identità è quello che sappiamo (e che abbiamo incarnato) di quello che siamo. Un *momentum*.

Per il corpo ha senso parlare di libertà? Certo, nei termini della salute, dell'elasticità, della pulizia del suo aspetto energetico (la matrice). Ma il corpo è un corpo e come tale sottostà necessariamente a delle regole e delle condizioni: quelle dettate dalla sua natura.

Per le emozioni ha senso parlare di libertà? Certamente possiamo essere liberi o non liberi emozionalmente (capaci di conoscere, intendere, vivere ed esprimere le emozioni), ma è qualcosa di noi che sente, vive, ecc. queste emozioni, perché le emozioni – in sé – sono energia e l'energia è sempre libera (da cui viene che l'anima è libera perché è pura energia).

E i pensieri? Pensieri ed emozioni ci indicano che a essere o non essere libera è solo la coscienza, ovvero quel qualcosa che "fa presa" sul mondo: attraverso le sue funzioni di attenzione e intenzione noi siamo e agiamo nella realtà delle cose, che sia quella duale-materica, che sia quella sottile-energetica.

La domanda sembra quindi essere: la nostra coscienza è libera?

Si aprono altre riflessioni: noi siamo o abbiamo una coscienza? Se l'abbiamo, chi o cosa ha una coscienza? In alcune culture si parla dell' "osservatore". È quel qualcosa che ci fa dire: «Ah, ecco, ho una coscienza» e che quindi ha una natura di ordine e grado diverso/superiore a essa. Che cos'è?

Senza incastrarci in definizioni, teniamo il termine *osservatore* o *meta-coscienza*.

Questa meta-coscienza è quel qualcosa che si affaccia nel mondo della coscienza, ma anche alle sue spalle, nei mondi invisibili che io chiamo "del pensiero" (intendendolo come l'opposto del mentale-razionale, come "anima mundi") e lo fa attraverso un'altra delle sue facoltà: l'immaginazione.

Quindi noi siamo un osservatore capace di portare attenzione sia nel mondo, sia al di là di esso, nei luoghi che per lungo tempo abbiamo considerato "interiori", ma che in realtà sono metafisici. In ognuno dei due ambienti osserviamo e agiamo attraverso attenzione e intenzione.

Chiedersi se la coscienza è libera equivale dunque a chiedersi se queste sue principali facoltà lo siano: abbiamo parlato di attenzione e intenzione, di immaginazione, ma ci sono anche l'intuizione, il discernimento, la capacità di giudizio e il sentire. Sono tutte facoltà della coscienza che – se sono libere – ci permettono di dire di noi stessi «Sono libero/a».

So portare la mia attenzione dove desidero? So far agire la mia intenzione in modo efficace nei mondi? La mia immaginazione agisce libera e in modo vasto e creativo? La mia capacità intuitiva è connessa? So discernere in modo chiaro le cose? So dare una valutazione corretta di ciò che osservo/conosco? Il mio sentire si esprime chiaramente?

Sono tutte domande che possiamo farci per comprendere se siamo liberi o meno ed eventualmente anche in cosa non lo siamo, per cui poi abbiamo la possibilità di decidere come agire per rimediare.

La tua attenzione non è libera se ti accorgi di esserti distratto/a, qualunque sia stata la causa della distrazione, dal telefonino a un pensiero che viene e va senza un tuo esplicito desiderio o consenso, e via dicendo. Per rendere libera la tua attenzione devi imparare a focalizzarla, ad acuirne il focus: prenditi l'impegno di tenere l'attenzione su uno stesso pensiero, oggetto (corpo, respiro), focus per almeno un minuto. Inizia così, poi aumenta: tre, cinque, dieci minuti…

Quando arrivano distrazioni di qualsiasi tipo, puoi scegliere due vie (se te ne accorgi vuol dire che la tua attenzione non era focalizzata): o ri-focalizzi l'attenzione in modo ferreo, forte, deciso e ricominci da zero col conteggio, oppure la ammorbidisci, sempre mantenendo il tuo focus, ma accogliendo il nuovo stimolo con poco interesse (puoi provare con la *mindfulness*.).

Allenare la capacità di attenzione è fondamentale, perché se è vero che «La tua energia va dove porti la tua attenzione» ed è vero anche che «Siamo la nostra energia», allora «Tu sei ciò su cui porti la tua attenzione». Se non è libera la tua intenzione vuol dire che quei "mi metto a dieta da lunedì" alla fine non diventano un'azione concreta. L'intenzione è collegata anche alla memoria di sé, di quanto si è deciso precedentemente, degli atti e delle parole. Ma soprattutto è collegata con quanto vogliamo fare, col desiderio. Chiaramente se la forza emozionale del desiderio è più alta (c'è piacere in quello che fai) la tua intenzione saprà essere più continuativa, mentre in caso contrario… la perdi dopo poco.

Rinforzare l'intenzione richiede un lavoro di continuità, di volontà applicata. Aiutati scrivendo *post-it* con le tue intenzioni, aiutati con la tecnica dei 101 desideri o con delle pratiche giornaliere, ma scegli un progetto e portalo

avanti focalizzando su di esso la tua attenzione e la tua intenzione con costanza.

Per liberare l'intuito e un certo tipo di senso di connessione, si lavora sull'immaginazione, che è un modo di pensare estremamente evoluto e che fa riferimento principalmente al cuore (oltre che al cervello). Liberare l'immaginazione significa molte cose: limitare il riempirsi di immagini esterne (film, pubblicità, ecc.) concentrandosi invece sull'intercettare le immagini che vivono nel profondo, nello spazio del pensiero (che è metafisico). Ci si allena facendo pratiche di immaginazione, in particolar modo quella ricettiva che io chiamo *contemplazione*, focalizzando l'attenzione su un'immagine specifica per più tempo. Quando si sa portare la propria attenzione dove si vuole, si può iniziare a viaggiare nei mondi del pensiero e scoprire zone, immagini e facoltà estremamente interessanti (gli "io" che sono fuori dal concetto dell'io temporale già conosciuto).

Per liberare il sentire si lavora in parte sull'immaginazione, poiché tutto ciò che c'è – essendo energia – comunica anche attraverso il sentire; in parte sul corpo, lì dove risiedono i sensi di base, che hanno però una specie di estensione nel piano sottile.

Ci si allena col respiro e col corpo, quindi, in una centratura particolare di focalizzazione dell'attenzione, un'apertura del sentire che inizia dal cuore.

Il discernimento e la capacità di giudizio – per potersi dire libere – devono essere allenate. Essendo le facoltà che si avvicinano di più al momento dell'azione, per potersi dire libere esse hanno bisogno che siano libere le facoltà precedenti: il sentire, che ci dà alcune informazioni utili, l'immaginazione e lo stato di connessione portato dall'intuito, la capacità di attenzione, per poter vagliare e discernere le informazioni e giudicare con correttezza e l'intenzione per poi proseguire in un'azione che si possa dire "concreta".

Essere liberi, quindi, significa non solo poter agire liberamente (e nel piano delle azioni servono poi la conoscenza delle regole del sistema dove andiamo ad agire), ma anche saper raccogliere le giuste informazioni, vagliarle, guardare oltre a quello che c'è, per esplorare possibili confini, futuri e mondi altri da realizzare.

~ **MATTEO FICARA** ~ *www.matteoficara.it*

Filosofo e scrittore. Nel 2010, seguendo gli Spiriti Guida indicati da Igor Sibaldi, viene accompagnato a scoprire Le Stanze dell'Immaginazione, pratica di espansione di coscienza e ampliamento del pensiero. Con Spazio Interiore ha pubblicato *Le Stanze dell'Immaginazione* (2016) e *Le Stanze dell'Immaginazione Underground* (2018).

SEI PROPRIO SICURO CHE TI ABBIANO TOLTO LA LIBERTÀ?

di Sara Surti

Smetti di sbattere i pugni su quella porta di casa che non puoi aprire quanto vorresti
Su quel varco momentaneamente chiuso delle vecchie abitudini
E prova ad ascoltarmi solo per un attimo
Vorrei spostare il tuo sguardo sulla grande via che si è appena aperta per te
Lascia decadere l'ologramma
Ora che puoi stare dentro
Ora che tutto dall'esterno ti indica quella direzione
Viaggia
Viaggia all'interno di te
Finché non troverai la Dimora della pace
È il percorso del cavaliere
Alla ricerca di Lei
Verso un castello circondato da rovi
Lì incontrerai quei mostri che ti allontanavano da te
Che ti portavano a scappare da te
È la caduta nel pozzo dei tuoi abissi in cui si è sempre nascosto un Tesoro
Quello che dà la vera Libertà
I mostri della paura vanno solo guardati
Così come quando da bambina nella stanza in penombra
Vedevi figure spaventose nel muro
Quando accendi la luce dello sguardo
Essi si mostrano per giochi, essi si mostrano per alleati
Non aver paura di "restare"
Quando tu troverai quella pace dentro
Mentre in questo momento vieni spogliato
Da quelle certezze materiali

Dal controllo perché non puoi fare programmi
Vieni rinvestito della più profonda e autentica libertà
Il tempo di stare con te stesso.
E ti accorgerai che rifonderai presto la vita
Questa volta su una certezza reale
Avrai compreso che tutto il resto su cui poggiavi l'intento di ogni giornata
Non era Radice, non erano fondamenta
Questa è l'opportunità più grande per una Rifondazione del Sistema di ogni individuo
E quando tu avrai trovato la Pace dentro
Aprirai la finestra
E ogni misura fuori sarà crollata
Perché avrai trovato tu la vera libertà
Nel frattempo i fiori saranno sbocciati
Si è fermato il tuo tempo
Per concederti questo
Ma il tempo della vita sta andando avanti
Ti attende per essere vissuto
Allora non rimandare
Non chiedermi come si fa
L'emozione che hai adesso è la soglia per entrare in quel Regno
Vivrai un'ondata di emozioni
Fluttuaci dentro
Non distrarti
Non fuggire
Affronta
Cadi nella vulnerabilità finalmente
E si erigerà una forza incontrollabile
Lascia espandere quelle emozioni che temi nel corpo mentre respiri
La Pace ti sorprenderà

~ **SARA SURTI** ~ *aprigliocchidelcuore.com*

Fin da bambina riscopre una particolare sensibilità che le permette di "vibrare l'altro" e di accedere a un sentire profondo quando scrive. All'età di ventiquattro anni sceglie di condividere con gli altri il suo percorso di risveglio e consapevolezza, che lei chiama *La Via del Cuore*, dedicandosi completamente a questo attraverso incontri individuali e seminari, e successivamente pubblicando i suoi scritti sui social network e sul suo blog.

IL DISEGNO DIVINO PER LA LIBERTÀ

Trasformare il crollo nell'apertura al Vero

di Satvat

Le strategie della mente sono infette. Interiormente ammalano l'anima dell'individuo ed esteriormente la sua esperienza di Vita quanto l'atmosfera in cui essa si svolge. Le strategie della mente magnificate nel Potere che vuole dominare il mondo, ammalano oggi con il virus COVID-19 l'intera umanità.

Per non macerarsi dolorosamente, e senza un possibile sbocco creativo, nel risentimento personale, nell'odio e nel senso di impotenza, è necessario aprire la comprensione nel Vedere che anche questo orrore accade in un Disegno Divino. Come tutto, altrimenti non potrebbe essere; perciò chiediamoci profondamente cos'è che siamo spinti a imparare.

Negli scenari della Vita, tutti gli avvenimenti, in particolare quelli più problematici per la persona, forniscono delle occasioni preziose su cui meditare per volgersi alla Verità che trascende il fenomenico e per fiorire nella Consapevolezza impersonale. Quando si è realizzata in "me" la chiara Visione, ho visto nella gratitudine l'intero svolgimento della mia esistenza e delle mie esperienze, comprendendo che ogni passo e ogni sofferto inciampo erano occorsi per giungere alla Fioritura. Niente sarebbe potuto essere differente, per condurmi al dissolvimento della convinzione conscia e inconscia di essere limitato in una persona.

La personalità è un miraggio che appare nella mente e tale illusione assorbe la maggior parte dell'energia di Amore/Coscienza costringendola, nell'esperienza personale, dentro schemi asfittici e distorcenti. Amore e Coscienza sono Unità nella pura Presenza originaria. La Coscienza, che crea e vivifica la forma, sogna nella persona un'inesistente separazione, identificandosi in un'entità fittizia ed estremamente limitata, l'ego.

La Consapevolezza universale, dimentica del vero Essere, si trova così a vivere il personaggio che incarna e recita nella Commedia di Vita, credendo ciecamente al suo ruolo e alle sue storie. Un attore sa di non essere il suo

Satvat, illustrazione per *Riprendiamoci l'Anima!*

personaggio, mentre recita sul palcoscenico; per essere efficace, dev'essere artisticamente capace di mostrare una certa identificazione con ciò che viene rappresentato, però certamente non lo accusa personalmente. Nel Mistero della Commedia di Vita in cui è coinvolta la persona, la Coscienza universale non è solo l'attore, è anche lo spettatore, il regista, l'intero spettacolo e il teatro in cui si svolge.

Tuttavia, ciò non può essere visto a causa dell'identificazione personale.

L'uomo è l'unico essere vivente dotato di una coscienza relativa che lo porta a riconoscersi in modo personalistico, e da ciò sorgono tutte le sue agitazioni psicologiche. Ovviamente, poiché si pensa separato dall'Esistenza, l'individuo è egocentricamente in lotta con la Vita per affermarsi e possedere, nella perenne frustrazione del desiderio, nella paura della perdita, della malattia e della morte. Però, proprio perché è stregato dall'incantesimo psicologico, nell'essere umano si verifica anche la possibilità di dissolvere l'illusione della personalità, risalendo così alla purezza della Coscienza originaria. Allora finisce il conflitto e dilaga l'estasi di Vita. Questa non è una teoria, è ciò di cui porto la vivente testimonianza e l'Ispirazione.

Per risvegliarsi al Vero è necessario sfiduciare completamente la "propria" mente, comprendendo e disfacendo consapevolmente i suoi schemi, per lasciar rifluire l'energia nel Cuore.

Se la mente "personale" è l'officina virtuale in cui viene costruito e mantenuto l'*avatar* immaginario dell'ego, il Cuore è il laboratorio alchemico in cui esso si dissolve rivelando il Mistero dell'autentica Presenza. Quando l'energia cosciente cala nel Cuore, perde i limiti che le vengono arbitrariamente imposti dalla personalità e dilaga liberamente nell'espansione dell'Amore, illuminando la mente nell'Ispirazione universale della Maestria.

Satvat, illustrazione per *Riprendiamoci l'Anima!*

È bene specificare che non intendo affatto il cuore com'è generalmente pensato, ossia come produttore delle emozioni personalistiche (quello è ancora mente travestita da cuore). Il Cuore di cui parlano i maestri è uno spazio impersonale e incontaminato di intima Unione col Tutto. Infatti gli insegnamenti spirituali lo indicano come sede della Presenza, ma questo viene spesso frainteso. L'apertura del cuore non solo è possibile: il Cuore è la dimensione reale del nostro Essere, mentre la personalità è solo una proiezione mentale. Tuttavia, sembra quasi impossibile che la realizzazione avvenga, poiché l'energia viene mantenuta e serrata nella mente, la quale produce e tutela la costituzione illusoria dell'ego.

Quante volte abbiamo sperimentato che seguire le storie della mente non porta alla felicità?

Quante volte abbiamo dolorosamente sperimentato i conflitti e le miserie della personalità?

Quante volte abbiamo pianto per mancanza dell'Amore?

Eppure, continuiamo imperterriti ad alimentare le strategie della mente, condannandoci nella disperazione soltanto perché l'ego viene automaticamente protetto e difeso.

Per rifiorire ed essere completamente rigenerati nel Cuore, le strutture della "mente personale" devono crollare totalmente. Non è un caso che molte coscienze risvegliate abbiano attraversato un crollo, prima della Fioritura. Così è stato anche per "me". Durante il corso della mia vita ho vissuto una serie im-

pressionante di crolli, di morti e rinascite. Spesso ho esercitato la volontà per rimettermi in piedi nella persona, ma alcune volte nel crollo sono fluito consapevolmente nella resa, e allora si è sempre verificato un *satori*, un risveglio parziale che ha saggiamente abbattuto delle parti della personalità. Fino al crollo definitivo di tutta la struttura dell'ego, conscia e inconscia, col gioioso risveglio nell'Essere, in Amore/Coscienza. Chiaramente è un processo che va sostenuto con consapevolezza e fiducia, mediante un lavoro di comprensione e maturazione interiore; altrimenti il crollo non sarà una benedizione bensì uno sfacelo. Benché fossi un meditatore di "lungo corso", anche per me è stato tutt'altro che facile, perché la Benedizione si può Vedere dopo, non durante il crollo.

Il dramma che stiamo umanamente vivendo, e che certamente non riguarda soltanto la pandemia, è il grande esperimento che l'Esistenza sta svolgendo nella coscienza dell'umanità intera, su scala planetaria. Ed è un accadere globale che va affrontato con grande *respons-abilità*, scegliendo la Vita impersonale, nel Cuore, anziché la morte nella consunzione sofferente dell'ego. Chiaramente, è una transizione terribilmente significativa e delicata. Molti, che hanno sostenuto dei percorsi di evoluzione interiore, si sono preparati per questo senza saperlo. Chi finora non si è dedicato alla ricerca interiore, oggi può farlo maturando velocemente; infatti l'Esistenza sta diffondendo una straordinaria energia per facilitarlo. Chi è fiorito nel Cuore è oggi totalmente consacrato al portare Ispirazione con ogni possibile mezzo, come anche "io" sto facendo. A ben Vedere, ogni essere umano è stato preparato nelle sue esperienze di Vita: con tutto l'Amore che ha conosciuto, come con i fallimenti dei desideri e dei progetti personali; con gli attimi in cui ha colto l'Ispirazione, come con i dolori che ha attraversato. Attualmente, tutte le comprensioni che si sono avute nel vissuto, magari non prestando loro molta attenzione, vanno saggiamente raccolte e affinate.

Ciò che sta accadendo è così macroscopico e ha un tale impatto sulle nostre vite da non lasciarci vie di fuga.

Siamo costretti a confrontarci con le nostre più recondite paure, giungendo fino al nocciolo originario di tutti i timori, che è la paura della morte. Stiamo inoltre assistendo al crollo di ogni progetto o pretesa della persona. Il sistema lavorativo ed economico è destinato al collasso e niente potrà più essere come prima. Tutto questo va colto sanamente come profonda spinta evolutiva; e comunque non c'è possibilità di evitarlo.

Un'amica mi ha scritto dicendo di non sentire di voler sopravvivere, non per tornare alla consueta vita di meschinità, ingiustizia, sopraffazione e disamore. È comprensibile, non è vero? Il suo è il richiamo accorato dell'Anima negata che sta pulsando in ogni petto, ascoltato o meno. Quello che sta succedendo, se visto dalla prospettiva consapevole, è la risposta alla Sua preghie-

ra per un risveglio dall'incubo creato dalla mente che attanaglia l'esistenza umana. Sta già accadendo, ma sta a noi realizzarlo volgendo il crollo in una splendida apertura nel Cuore. Ricordo che Osho diceva che è necessario un gran numero di risvegli per giungere alla "massa critica" dell'energia cosciente che può innescare un rivoluzionario rinnovamento degli esseri umani e della loro costituzione sociale. Parlava di un Uomo Nuovo e del mondo Nuovo che, con il crollo del mondo edificato dalla mente, può rifiorire dalla potentissima energia del Cuore. Se la mente può contare solo sulla volontà personale, giungendo a imporre la sua tirannia con la paura, la falsità, la sopraffazione e il denaro, il Cuore manifesta l'Energia creativa e invincibile dell'Amore Divino.

Siamo nella fase che precede l'alba di questo straordinario processo, nel momento in cui la notte appare maggiormente buia e sembra impossibile scorgere la luce. Perciò vorrei esortarvi a confidare volgendovi al Divino. Meditate, non ascoltate ciò che dice la mente e aprite sempre più il cuore all'Amore. Affrontate con serenità la paura, comprendendo che sorge da ciò che personalmente vi ostinate a difendere e proteggere; cogliete l'occasione per lasciar andare la sua considerazione e disponetevi in presenza nel momento.

Il *qui e ora* è l'unica reale dimensione esistenziale, in cui esistiamo nella pienezza e possiamo goderne, quale che sia la condizione che stiamo sperimentando. Meditando nei momenti più bui della mia esperienza di Vita, ho visto che anche il fondo della più dolorosa oscurità è sempre luminoso nella Gioia. La Gioia è la Natura dell'Essere. L'essere vivi e presenti nel momento è un'immensa Gioia, eternamente fondata nell'Essere, che la personalità continuamente perde cercandola altrove. Cercate questa Gioia, tralasciando le sofferenze della persona. Dissolvete la paura praticando qualche attività creativa perché la creatività apre il cuore, distogliendo l'energia dalle nocive ossessioni mentali, e la riconverte in forza vitale e di guarigione.

La quarantena che siamo costretti a osservare ci blocca e ci isola dagli altri, annullando l'esercizio della libertà personale.

Considerando che l'ego è una costruzione sociale, per quanto può reggere in una prolungata segregazione?

Anche riguardo a questo, è necessario volgere l'inevitabile crollo della personalità in un'apertura alla nostra genuina Presenza, che non viene condizionata dagli accadimenti esteriori. Tale Presenza, infatti, è l'occhio immobile del ciclone, il Cuore vuoto che sempre permane nell'Amore, non accusando la noia e l'isolamento. Però è necessario giungervi consapevolmente, dimorarvi e riconoscerlo. Se all'individuo sono oggi precluse le vie esteriori, in questo si può trovare una magnifica opportunità per intraprendere la Via interiore che porta all'illimitata Libertà dell'Essere.

Quello che maggiormente vorrebbe la persona è poter fare quello che gli pare, seguendo e soddisfacendo i suoi desideri. Quasi tutti vorrebbero moltissimo denaro, per avere un'ampia facoltà di manovra e ottenere tutto quello che vogliono.

Questo, per la persona, è il sogno della libertà.

Eppure, anche i più ricchi non sfuggono all'infelicità, all'insoddisfazione, al senso del fallimento, alla mancanza dell'Amore, e non sono affatto liberi; anzi, sembra proprio che tutto ciò si acuisca con la ricchezza. Infatti la libertà e la felicità non dipendono dalle condizioni esteriori, ma sono intonate al riconoscimento dell'Essere. Ad esempio, Etty Hillesum si è risvegliata mentre era internata in un campo di concentramento nazista, dove è stata trucidata, e ha lasciato degli scritti meravigliosi che sono inni alla Gioia e alla Libertà. Non come astrazione e fuga nell'immaginazione, bensì come viva registrazione del suo vissuto interiore. Mentre lei veniva segregata e torturata, quella Gioia e quella Libertà restavano intoccate. La costante e liberatoria presenza del Tesoro interiore è anche la "mia" vivente testimonianza, nel trasmettere la Gioia che prescinde dalle condizioni vissute nel mondo della forma.

Siamo condizionati a pensare che la libertà sia qualcosa che può riguardare la persona. Ma la vera Libertà è *dalla* persona, non *della* persona.

In realtà il desiderio di libertà dell'ego induce alla peggiore schiavitù. L'ego è separazione e malattia, è sempre nell'ostilità, è predatore e segue il motto MORS TUA VITA MEA. Non ci si accorge che la sofferenza inflitta all'altro è anche la propria sofferenza. Il Sistema ci schiavizza con l'inganno mediatico, invitandoci a essere liberi egocentricamente, fregandocene del prossimo. Basta vedere la pubblicità, i programmi televisivi, i film e i libri intrisi di violenza, il condizionamento competitivo della scuola e del sistema lavorativo. Ognuno pensa a realizzare egocentricamente la propria soddisfazione seguendo dei falsi bisogni indotti, e così siamo in lotta gli uni contro gli altri e in lotta dentro noi stessi; in questo modo il Sistema esercita il suo potere e ci mantiene schiavi. E va riconosciuto che la persona è complice e connivente del Sistema, perché è mossa dalla stessa mente. Infatti, l'affermazione della liberazione sociale non può prescindere dalla Liberazione interiore degli esseri umani. Gli uomini che sono schiavi del loro ego non possono che formare un mondo di schiavitù. Possiamo riflettere sul fatto che anche ogni rivoluzione sociale, pur in nome della libertà e della giustizia, ha originato una tirannia.

La vera Libertà fiorisce nel Cuore, nella profondità interiore da cui la personalità è necessariamente esclusa. Per questo i ricercatori spirituali, dall'alba della civiltà, si sono sempre ritirati nel silenzioso isolamento. Il Fiore del Cuore si apre quando riceve il flusso cosciente dell'energia che, fondendosi in Esso, si espande senza limiti. Perciò è necessario convertire la direzione del flusso energetico, generalmente proiettato all'esterno.

Veniamo al mondo con l'innato *imprinting* della Coscienza per l'espansione, dato che nell'espansione possiamo celebrativamente unirci al Tutto. Chiaramente, da quando siamo bambini, la spinta all'espansione viene applicata alla realizzazione personale nell'area di influenza dell'ego. Se nell'infanzia è un movimento sano e naturale, volto alla costituzione di una personalità che poi andrebbe trascesa, nell'adulto diviene un fenomeno compulsivo. La persona vuole espandersi nei rapporti sociali, nel potere, nella ricchezza, nei possessi, cercando scioccamente la felicità che non è affatto in quel tipo di espansione.

Approfittiamo di questo periodo di forzato isolamento per convertire l'energia nell'esplorazione interiore dove possiamo cogliere la sacra espansione. Vorrei invitarvi a ignorare i risentimenti personali per il fatto di non potervi muovere fuori e ad approfittare di questa occasione per calarvi nello spazio dell'anima. Se le vie esteriori vi conducono puntualmente a perdervi, e comunque ora sono bloccate, la Via interiore è sempre percorribile e vi porta a ritrovarvi gioiosamente nel vero Se Stesso.

La situazione ci richiede con forza di allinearci alla nostra Maestria disconosciuta per trasformare il crollo in una splendida apertura, nella quale avverrà una grande e stupefacente Rigenerazione. La mente non può avere l'idea della rivoluzionaria e illuminante portata di questo accadere, nemmeno la mente che lo ha criminosamente progettato. Ma è nel Disegno Divino.

È terribile ed è magnifico essere qui nel vivere tutto questo, per partorire Se Stessi.

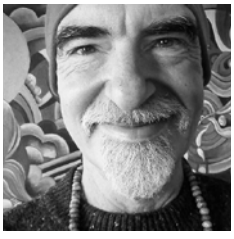
Ogni nascita comporta delle doglie, ma nessuna madre quando ha il bambino tra le braccia le maledice. È benedetta nell'Amore della nuova nascita.

L'essere umano sta attraversando il travaglio della rinascita nella Coscienza/Amore. Quando abbraccerà il vero Se Stesso nel proprio cuore, le doglie appariranno trascurabili. E si Vedranno come un Sogno di Vita.

Niente è superiore a Questo Amore/Coscienza, all'Eterno incarnato consapevolmente.

Namastè.

~ SATVAT ~ *verosplendore.blogspot.com*



Artista visivo e scrittore, ha pubblicato diversi libri dedicati alla ricerca interiore e alla creatività. Nella chiara Visione, insegna la Via della realizzazione del Vero con satsang, incontri di meditazione, laboratori e seminari di creatività meditativa. Con Spazio Interiore ha pubblicato il saggio *Riprendiamoci l'Anima!* (2013) e il libro per ragazzi *Le avventure di Putifarre* (2016).

ORDINI DI LIBERTÀ

di Eros Poeta

Nell'estate del 2014 ci fu un meeting di "alto livello" in Sicilia; una riunione di trecento persone, tra le quali Jovanotti, organizzata da Google. Egli definì tale riunione come un incontro di "illuminati". A distanza di poco tempo venne invitato a parlare in una celebre Università. Tra le cose sorprendenti che affermò, nonostante l'evidente inadeguatezza oratoria, ci fu un consiglio ai giovani, che potremmo parafrasare sinteticamente così: «I giovani non devono mettersi in testa di cambiare il mondo come vogliono loro; piuttosto, essi devono capire quali grandi opportunità questi illuminati hanno creato per loro, e scegliere tra queste».

Tra gli orientamenti di marketing che negli ultimi decenni hanno preso piede, vi è il "monoprodotto".

È stato difatti comprovato che il pubblico tende ad acquistare di più e in modo meno critico se la scelta che gli si propone è ridotta.

Così compaiono ristoranti che offrono solo bistecche o persino solo patatine. Negozi che vendono solo cartucce di un'unica marca, e via dicendo.

Sembra infatti che la sottesa domanda sia sgradita al pubblico: cosa è meglio acquistare?

I numeri parlano chiaro: la maggioranza degli acquirenti preferisce non avere libertà di scelta. Incredibile? Non tanto se pensiamo a un elemento anch'esso caratteristico dell'attuale cultura di massa: la specializzazione.

Se negli anni '60 nell'educazione veniva data grande attenzione alla cosiddetta "cultura generale", nei decenni successivi tale attenzione si è a dir poco rarefatta, giungendo infine ad abdicare in favore di una posizione opposta: è importante ignorare tutto tranne una materia, o persino una parte di una materia, per potersi dire "specialista" e così ottenere maggiore lustro sociale, possibilità di lavoro e retribuzione elevata... Questa scelta ha evidentemente un effetto collaterale. Le persone anziché leggere gli ingredienti dei cibi si limitano a recepire gli slogan commerciali che recita l'etichetta. Di conseguenza, non dovrebbe sorprendere se negli ultimi anni è divenuta sempre più frequente la

tendenza a indicare cosa non c'è: senza lattosio, senza grassi idrogenati, senza conservanti, senza glutine, senza olio di palma, ecc.

Dunque, in mancanza di una consapevolezza di base in grado di produrre una visione critica, la troppa scelta porta a una confusione sgradita al pubblico, che si trova generalmente spiazzato.

Ma quindi cos'è la libertà? È veramente qualcosa che vogliamo e apprezziamo, oppure la cosa è relativa?

Per comprendere si può usare l'esempio del foglio a quadretti: esso ci consente di disegnare con maggiore facilità a patto di approssimare la rappresentazione grafica.

Più grande è la quadrettatura, più semplice e approssimato risulterà il disegno.

Non a caso, generalmente i quadretti più grandi si offrono ai bambini e più crescono più i quadretti diventano piccoli fino ad arrivare infine al foglio bianco.

Altro esempio è quello della risoluzione fotografica.

Sappiamo infatti che una fotografia digitale per avere una maggiore accuratezza richiede una maggiore risoluzione, che si può definire come la "densità di informazioni" per unità di superficie: «Riferimento al numero di pixel visualizzati sia verticalmente che orizzontalmente in ogni pollice quadrato di un'immagine digitale. Questo riflette la quantità di informazione contenuta in un'immagine» ci dice Wikipedia.

Ultimo esempio, questa volta "temporale" anziché "spaziale", è quello dato dalla frequenza dei fotogrammi che compongono un filmato. «La frequenza dei fotogrammi (in lingua inglese *frame-rate*) è la frequenza di cattura o riproduzione dei fotogrammi che compongono un filmato. Un filmato, o un'animazione al computer, è infatti una sequenza di immagini riprodotte a una velocità sufficientemente alta da fornire, all'occhio umano, l'illusione del movimento. La frequenza dei fotogrammi viene misurata in hertz (Hz), nei monitor a scansione progressiva, oppure espresso in termini di fotogrammi per secondo (FPS)».

Dunque un *frame-rate* più alto consente di evidenziare dettagli (ad esempio un'infrazione sportiva visibile solo in *slow-motion*), ma come nell'esempio "spaziale" relativo alla risoluzione, richiede un maggiore impegno, che in questo caso è rappresentato dalla grandezza del file e relativa gestione da parte dell'apparato informatico, che in tal caso richiede HW più potenti, costosi e voraci sotto il profilo del consumo energetico.

Cosa c'entra questo con la libertà? Vediamo di esplicitare. Nel caso "spaziale", possiamo ben capire che vi sia intrinsecamente più libertà nel rappresentare qualcosa su un foglio bianco, che potrebbe corrispondere a un'alta risoluzione, rispetto a un foglio a quadretti, che appunto corrisponde a una pixelatura ampia…

Allo stesso modo, dal punto di vista temporale vi è più libertà in un *frame-rate* più accurato che consente, ad esempio nei *videogames* giocati online

tra più soggetti tramite internet, di poter effettuare scelte e azioni altrimenti impossibili.

Una maggiore risoluzione percettiva aumenta il flusso di informazioni da gestire e di conseguenza aumenta la complessità e la quantità di domande.

Una minore risoluzione percettiva diminuisce invece il carico *coscientivo*, dunque anche emotivo, psicologico, ecc.

Ci troviamo dunque in una posizione dialettica molto interessante: se da un lato il limite posto dalle linee dei quadretti rappresenta una scelta compiuta da altri, che ci impone di disegnare le nostre "idee delle cose" lungo delle direttrici preimpostate, da un altro ci solleva dal dover compiere noi stessi tale scelta, ovvero autolimitare il nostro disegnare. Nel caso del foglio bianco, al contrario, saremo noi stessi a dover stare attenti nel tracciare i contorni delle cose. Senza i quadretti, si può finire col disegnare una cosa talmente deforme dall'apparire meno simile alla realtà di quanto non faremmo seguendo la quadrettatura... Dunque sta a noi acquisire le consapevolezze e le abilità necessarie per eseguire una rappresentazione verosimile.

Ne deriva una prima constatazione: *la libertà è qualcosa che si esprime sempre entro, e relativamente a, un perimetro più o meno stringente e approssimante di regole.*

Laddove infatti non vi sia una quadrettatura limitativa, colui che disegna assume sovente un proprio modello limitativo (stilizzazione), dove ad esempio per disegnare un volto si limita a tracciare, magari solo mentalmente, un ovale di riferimento che rispetti determinate proporzioni.

Ciò significa che le regole di riferimento possono essere imposte da fuori o da noi stessi, ma ciononostante, sebbene con qualità e accuratezza differente, debbono essere presenti. La regola appare così molto simile a un vaso (yang), in grado di dare una forma al liquido contenuto (yin).

Mentre i quadretti sono un qualcosa che proviene da fuori, al quale ci adattiamo, le regole che ci autoapplichiamo nella stilizzazione di una figura su foglio bianco provengono invece da dentro.

I diversi ordini di libertà sembrano dunque muoversi da una condizione ipotetica dove l'individuo appare completamente yin e acritico (immaginiamo un libro di figure già disegnate, dove la nostra libertà si limita allo scegliere come colorarle), a un'altra condizione opposta, in cui l'individuo autodetermina il proprio recinto di regole.

Tra queste due posizioni, appare evidente la funzione della coscienza. Facciamo l'esempio della casa. Immaginando di disegnare un edificio a fantasia, ci accorgiamo che se ad esempio dovessi sottostare alla regola dei quadretti, non sarei libero di disegnarlo rotondo. Ciò significa che colui che definisce le regole, o in questo caso i quadretti, ha deciso di escludere la possibilità che esistano edifici rotondi. In altre parole: chi fa le regole è anche colui che esercita

Fulvio Faioni, *L'oracolo*

funzioni di scelta, ovvero funzioni della coscienza. Estensivamente, delegare la definizione di regole di base corrisponde col delegare la definizione degli elementi coscientivi di base.

Preferiamo assumercene la responsabilità o delegarle ad altri? Ciò determina il cosiddetto "livello dell'essere".

Ad esempio, a una medesima domanda può essere data una risposta affrettata (bassa risoluzione) o ben ponderata (alta risoluzione), o persino permettersi di lasciare aperto un sano dubbio, che sprona ad aumentare ulteriormente la risoluzione per ottenere nuovi dati, allo scopo di rispondere con una raffigurazione verbale più corretta.

Sappiamo però che quando si presenta un'emergenza vitale molte dinamiche psicologiche e sociali subiscono una decisa trasformazione.

In questo momento di confusione collettiva, ad esempio, le nostre convinzioni vacillano, e con esse la nostra sicurezza nel tracciare immagini sul foglio bianco: la gente invoca quadretti.

Ma ora facciamo un piccolo passo indietro, e iniziamo col definire la libertà come una *condizione relativa dell'essere*.

Come non può esservi il pieno senza il vuoto, non può esservi libertà senza il suo antagonista, né movimento senza il principio di riferimento: l'immobile.

Dunque la libertà è relativa a qualcosa, dal quale si è liberi. La libertà di camminare è tale quando si verifica una vittoria sulla forza di gravità, sullo spazio…

Essendo un fatto relativo, la libertà esiste solo entro un perimetro di regole.

Un cane domestico è libero di muoversi entro i limiti a lui imposti dal padrone. Un cane randagio in natura è libero di muoversi entro spazi più ampi, ma limitato severamente dalla natura stessa, nella sua ruota per la sopravvivenza.

Quando si parla di muoversi liberi in uno spazio non escludiamo affatto gli spazi psicologici, emotivi, interiori, mentali… Chiunque di noi sa benissimo che non fa assolutamente tutto quello che potrebbe fare, ma solo una "selezionata" parte. Ciò spesso dipende dai nostri *recinti mentali*.

La libertà non è dunque qualcosa che è, piuttosto qualcosa che si sperimenta. Non vi è libertà se non nella *sperimentazione.*

Come si sente freddo solo quando si è caldi, così il freddo è relativo e può dirsi esistere solo nello sperimentarlo; così è anche la libertà, che diviene esperienziale solo rispetto alla sua mancanza.

Si può notare anche osservando i recinti delle varie specie animali, ciascuna limitata coscientivamente, e tuttavia serenamente occupata a esercitare le sue battaglie per la libertà…

Non sapere una cosa equivale a una limitazione, in quanto implica una delega "a fiducia" verso qualcos'altro o qualcun altro. Dunque una libertà a cui si rinuncia.

Tuttavia la coscienza di ciascuno di noi ha un suo limite, e ciò è insindacabile e sacrosanto.

Quindi ciascuno in qualche modo sceglie il proprio recinto e dentro questo recinto esercita le libertà ivi consentite.

Nello sperimentare tali libertà, ciascuno di noi vive una sensazione *quantitativamente* equivalente, ma *qualitativamente* differente, da chiunque altro.

Aneddoto: una decina di anni fa, in vacanza *low cost* in un villaggio turistico in Egitto, stavo trascorrendo il tardo pomeriggio in una delle piscine. Era la meno frequentata perché a causa della disposizione planimetrica dei giardini finiva in ombra dopo le 17:00 circa. Ma ecco che non appena deserta, e ormai in ombra, giungono in piscina due giovani arabe completamente occultate dai loro abiti. Dopo qualche titubanza – ero a una cinquantina di metri da loro – si decisero al grande passo: fare il bagno! Così si tolsero l'abito e… restarono con un altro abito uguale, che indossavano come sotto-abito! Questo tuttavia non impedì loro di entrare nella piscina dei bimbi e giocare come delle matte… ovviamente "matte" secondo la definizione del loro perimetro interiore.

Questo esempio credo possa far comprendere anche un altro aspetto, così descritto dalla visione dell'occultismo neognostico: gli inferni sono dimensioni inferiori, dove il numero di leggi aumenta. Nella terza dimensione, quella che rappresenta il recinto generale della nostra vita per come generalmente la conosciamo, le leggi dominanti sono quarantotto. Nel primo girone infernale novantasei. Quando le leggi aumentano, aumenta l'attrito, la sofferenza. Abbiamo dunque un'indicazione aggiuntiva non tanto della libertà, quanto di un suo opposto: la sua limitazione.

Così comprendiamo anche un ultimo aspetto: il recinto può essere percepito in modo differente da persona a persona, da individuo a individuo.

Per alcuni un recinto, ovvero una limitazione delle possibilità di scelta, rappresenta una gabbia, ovvero qualcosa che limitando la libertà produce loro sofferenza. Per sperimentare una maggiore libertà, tali individui necessitano

dell'eliminazione di alcune regole, così da essere liberi di esprimere la propria coscienza al di fuori delle limitazioni che queste regole impongono.

Per altri, lo stesso recinto rappresenta una forma di ordine per uscire dal caos. In tal modo la percezione è opposta. Il caos e la confusione rappresentano un sintomo di sopraffazione coscientiva che, non trovandosi in grado di ordinare, esige che tale ordine venga imposto dall'esterno. Ed ecco dunque che tale recinto diventa l'elemento grazie al quale la coscienza finalmente inizia a sentirsi in equilibrio, e in tale ristretto e ordinato recinto può iniziare a esercitare le proprie scelte, la propria libertà.

Non vi è alcun merito o demerito in ciò. Esistono infiniti ordini di libertà, in alto e in basso, e per questo nulla può dirsi migliore o peggiore, più avanti o più indietro, in senso assoluto. Può solo affermarsi che è prerogativa di ciascuno quella di individuare e posizionarsi entro il recinto che gli corrisponde, ovvero quello entro il quale la propria coscienza possa divenire parte attiva, esercitando la propria libertà di arbitrio.

È invece l'ambizione dell'ego a indurci ad assumere un'idea di noi stessi non obiettiva e al di sopra delle nostre capacità coscientive, che per essere mantenuta senza sperimentare confusione e caos richiede di conseguenza la progressiva accettazione di regole esterne.

Il delegare all'esterno la coscienza rappresenta un'azione che porta l'individuo a un progressivo oblio involutivo. Il posizionarsi correttamente entro i propri "santi limiti" di coscienza consente invece di relazionarsi correttamente con gli altri individui e con l'ambiente, innescando un processo di mutua collaborazione evolutiva.

~ **EROS POETA** ~ *erospoeta.blogspot.com*

Scienziato, filosofo e ricercatore trasversale, esperto in proprietà industriale, promuove un approccio essenzialista e intuitivo nel valutare la nostra realtà; questo approccio *bottom-up* si contrappone all'approccio *top-down*, dove i bisogni e le reazioni consentite piovono dall'alto.

DUE MESI DI SOLITUDINE

La libertà ai tempi del Coronavirus

di Sebastian Di Giovanni

Gabriel García Márquez mi voglia perdonare l'accostamento nel titolo, ma ci è voluto un virus per farci fermare un attimo tutti quanti, per obbligarci a stare da soli con noi stessi e a riflettere seriamente – per quanto *obtorto collo* – sul nostro mondo moderno e la sua condizione. Un mondo talmente frenetico, capitalistico e interconnesso da risultare così fragilmente globale e globalmente fragile che è bastato, abbastanza letteralmente, un colpo di tosse per farlo tremare. E infine fermare, collettivamente.

In un mondo fittizio da noi creato che ci voleva sempre mobili, sempre in movimento e sempre di fretta, alla fin fine è stato il mondo reale – attraverso uno dei suoi strumenti più antichi e naturali, una malattia – a farci riconsiderare drasticamente le nostre vite: ci ha imposto una pausa come società mondiale e, lasciandoci senza nient'altro da fare, ci sta obbligando a pensare. Quasi come se la terra avesse voluto imporci un ritiro globale forzato di meditazione Vipassana prima che fosse troppo tardi e perdesse davvero la pazienza con noi.

E ora che siamo obbligati a stare chiusi in casa a godere di questa novella situazione e del silenzio, adesso che abbiamo tutti molto più tempo per stare – se non fisicamente almeno telematicamente – coi nostri cari a parlare e discutere, adesso che abbiamo il tempo per leggere e riflettere, *dobbiamo* dunque parlare, discutere, leggere e riflettere.

In particolare, occorre riflettere sul senso di tutto questo dolore e sconvolgimento della nostra vita quotidiana. Lo dobbiamo innanzitutto alla memoria di chi ci ha lasciato in questi giorni.

Che insegnamenti trarre da quella che è indubbiamente una tragedia, ma che come ogni grande tragedia nel corso della storia porta seco una possibilità di grande cambiamento e ripensamento della nostra condizione? Che cosa

possiamo trarre di buono da queste ultime settimane di morte e quarantena? Sono diverse, secondo me, le considerazioni che si possono fare e sono sostanzialmente di due tipi: pratiche, ossia del mondo fenomenico di ogni giorno, e spirituali, ovvero attinenti alla nostra vita interiore.

Con riferimento a quelle pratiche, che riguardano il mondo fisico di ogni giorno, la prima senz'altro investe la classe dirigente che ci sta guidando in questa crisi.

Nel corso della prima grande sfida globale che una classe politica non abituata a crisi che richiedano più di un *tweet* di rimbecco si trova a dover fronteggiare, i leader del nostro XIX secolo si stanno rivelando per ciò che sono: non intrinsecamente cattivi o profittatori, come vorrebbero farci credere taluni pessimisti e talaltri complottisti, ma semplicemente inetti e incompetenti. Non è un caso, infatti, che in questo momento drammatico – lungi le mie parole dal voler essere un *endorsement* di lui o dell'attività di questo governo – l'unico a godere di un livello di gradimento popolare altissimo, sorpassato solo da Baby Yoda, sia un non-politico, ossia il nostro Presidente del Consiglio. La democrazia non manca certo del senso dell'ironia, ma dobbiamo sperare che la cosa non gli dia alla testa ed egli inizi a governare solo a suon di decreti e privazioni della libertà individuale e il COVID-19 non si trasformi piuttosto in COVID-1984. Tutti gli altri, abituati a inseguire vacui sondaggi settimanali, si trovano sciaguratamente impreparati ad affrontare una situazione che non si presentava almeno dalla Seconda Guerra Mondiale e dal dopoguerra: il dover mettere in atto strategie che guardino ai mesi se non agli anni a venire, senza curarsi del consenso popolare immediato ma avendo di mira solo il bene comune futuro.

Ergo, a parte rare eccezioni, tutti i politicanti oggi tacciono.

Peraltro, al silenzio magnifico di cui stiamo godendo per le strade delle nostre città, ora si aggiunge non solo quello dei nostri rappresentanti ma anche quello dell'opposizione, ossia di coloro che fino a un mese prima pontificavano da salvatori della patria deputati a salvarci dalla controparte politica. Dalla piazza delle Sardine ai salotti bio-etico-radical-chic e *think tank* globali di Greta, ora tacciono tutti. Anche perché la povera Greta, purtroppo infettata dal virus, per proteggersi adesso ha bisogno di una mascherina fatta della tanto bistrattata plastica. L'inadeguatezza tanto di chi ci governava quanto di chi si opponeva ai governanti con soluzioni *naïf* si è rivelata con tutta la propria forza, come al solito scontrandosi con la dura realtà. Ora i politici compaiono in televisione con la stessa frequenza di una pubblicità dell'Enciclopedia Treccani e per una volta a parlare, sostanzialmente dominando il dibattito pubblico, sono rimasti solo i medici ed infermieri: da anni sfruttati, salassati e tagliati dei loro fondi, si ritrovano ora, in una giravolta tipicamente italica, a essere osannati come i salvatori della patria – e per una volta, a differenza di

certe riunioni in piazza dal tema ittico solo qualche mese fa – a ragione. Una ventata d'aria fresca che purtroppo dovremo goderci al chiuso. Onore e gratitudine a loro tutti.

Parlando di coloro che al momento ci stanno salvando la vita, un'altra considerazione positiva nella sfera del mondo reale è il riconoscimento, *de facto* e universale, del valore inestimabile del nostro sistema sanitario nazionale, pubblico e gratuito.

Nessuno – da qui alle elezioni del duemilamai, vogliamo sperare – potrà più mettere in discussione la sua assoluta validità e necessità.

Nessun programma politico (né tantomeno la politica europea d'ora in avanti, per quanto l'indifferenza e la *hubris*, la tracotanza, di Bruxelles non manchino mai di stupirci) potrà mai più anche solo azzardare di pensare di proporre un taglio alla spesa pubblica della sanità o di privatizzarla ancora di più. I veri eroi sono loro: la nostra sanità, con tutto il suo personale e gli individui che l'hanno creata e cresciuta (grazie Tina Anselmi!). I vari Formigoni di questo paese devono solo ringraziare e sperare che la quarantena forzata vada avanti a proteggerli, o sarebbero già stati linciati.

Ancora, questa quarantena ci sta facendo rispolverare e rivivere i valori della solidarietà sociale (che tragicamente stiamo acquisendo, forse, solo ora) e dell'essere e sentirci italiani, uniti in questa calamità come un unico soggetto. Obbligati a restare in famiglia, a casa, stiamo riscoprendo una cosa che questo mondo veloce, frenetico, competitivo e sradicante sta da decenni cercando di farci dimenticare: la bellezza della comunità, soprattutto della nostra comunità, dello stare in famiglia. Forse addirittura dell'essere italiani e di rispondere alle tragedie come solo noi sappiamo fare: nonostante tutto con allegria. Come ebbe a dire Gaber «Gli italiani, non si sa con quale miracolo, sono riusciti a rendere questo paese accettabile, vivibile, addirittura allegro» ancora una volta.

Distanti fisicamente, ma uniti in un ritrovato senso di famiglia e di nazione, ci ritroviamo ora in salotto o su Skype a parlare, discutere, condividere, leggere, pensare, scrivere… addirittura, senza ombra di retorica, sui balconi a cantare tutti assieme il nostro inno (per una volta non per una dannata partita di calcio) e le canzoni che tutti conosciamo e ci uniscono. Il tutto in barba a chi, da troppo tempo, cerca di convincersi e, ancora più gravemente, di convincer*ci* che siamo un popolo di egoisti, di razzisti e di indisciplinati, senza uno straccio di senso di Stato o del dovere.

Ora, nell'ammirazione mondiale dell'Italia che stiamo vivendo, stanno zitti anche loro e fra di noi percepiamo un rinato senso di amor patrio che lungi dall'essere nazionalista e becero, è solidale e fraterno. Un risveglio del senso di comunità e di nazione che potrebbe non piacere troppo a un'Europa che sogna

Silvia Tusi, *Controcorrente*

di appiattire tutto il suo territorio a un mercato unico di persone senza troppa identità e possibilmente neanche liquidità. Un'Europa che teme sopra ogni altra cosa il risveglio di un senso dello Stato nei suoi paesi membri e che, ancora più del virus, paventa il ritrovamento di un senso comune di appartenenza alla propria Nazione scevro da quei biechi nazionalismi che si ostinano a cercare di convincerci di essere l'unica forma di espressione della fierezza di appartenere a una terra e alle sue genti.

Per concludere con le riflessioni politiche, arrivo al punto finale: l'Europa. Questa che stiamo osservando è quell'Europa che, una volta di più, si è rivelata assente in modo a dir poco imbarazzante, palesandosi solo per ricordarci – cortesia della Lagarde – che non è compito della BCE aiutarci (salvo poi ritrattare). Ci verrebbe dunque da chiederle, quale sarebbe mai allora il suo scopo, quale la *mission*. Ma data la performance e magra figura fatta dalla Lagarde con la vicenda greca durante la sua permanenza al FMI, temiamo di sapere la risposta. È dunque preferibile, dantescamente, non curarcene ma guardare e passar oltre.

Questo virus, dunque, potrebbe rivelarsi letale per l'Unione Europea ancor più che per i suoi abitanti, ed essere la vera goccia che farà traboccare il proverbiale vaso della pazienza del popolo italiano verso di essa. I nostrani menestrelli dell'Unione Europea tacciono anche loro – finalmente – in un *silentium*

che *est aureum*, che li imbarazza e che è imbarazzante, dato che adesso anche il più tollerante e paziente dei cittadini si sta chiedendo cosi ci stia a fare un organismo come quello europeo che non ha preso nessuna misura comunitaria rispetto a questa catastrofe e che anzi ci ostacola nel fronteggiarla; che è vista sempre più spesso come lontana ed estranea alle nostre preoccupazioni e i cui ordini ci piombano inappellabili dall'alto, senza alcun obbligo o dovere di rispondere delle sue azioni al suo elettorato.

L'Europa Unita è un'idea grandiosa, ma vogliamo quella che ci fu promessa dai grandi e democratici che l'hanno concepita – Adenauer, Schuman, De Gasperi – e non quella degli oscuri sacerdoti dello *spread* che ci hanno propinato.

Passando ora alle considerazioni più personali e di tipo spirituale, questo Vipassana forzato, come lo abbiamo definito, ci permette invece di riflettere su un grande tema a cui non si pensa mai e che ora – patendone l'assenza – è nella testa di tutti.

La libertà.

Ubriachi di libertà da quando siamo nati e senza aver mai dovuto combattere per essa, l'abbiamo tutti data talmente per scontata che solo ora ci rendiamo conto di quanto sia preziosa e di quanto sia fondamentale proteggerla.

Libertà di muoversi, di riunirsi, di abbracciarci addirittura: una volta finito questo *social distancing* c'è da scommettere non daremo più per scontata nessuna di queste cose! E sarà davvero interessante osservare le nostre reazioni ed emozioni alla prima cena fra amici, al primo lungo abbraccio con una persona o anche al potersi di nuovo salutare con i – così scontati ma infine preziosi – baci sulle guance, un tratto bello e caratteristico comune a noi italiani, ai francesi agli Spagnoli.

Osservando dalla mia finestra le strade di Parigi, da dove sto scrivendo, per me è quasi divertente notare con quanta goffaggine le persone si salutino ora le poche volte che si incontrano in strada. E mi avvedo di come, in fondo, sia difficile e innaturale andare a sradicare drasticamente secoli di tradizione e costume.

Chissà se questa quarantena non stia allora facendo qualcosa di molto più insidioso e sottile in noi, ossia privarci della libertà di essere noi stessi.

Ma questa libertà porta in sé anche un paradosso: la si comprende davvero solo una volta che si è privati di essa. Esattamente il contrario di quanto accade con l'altro grande dono che ci sta facendo questa immobilità forzata, che invece si comprende solo una volta che, volenti o nolenti, lo si riceve: la solitudine. Uno stato dell'essere che l'era mporanea ritiene negativo perché chi è fermo non fa, non riflette e soprattutto non consuma; quando invece la solitudine è uno stato dell'essere sublime che dai tempi degli stoici di Roma Antica fino ai buddhisti zen della Tokyo moderna è il solo che permette di stare con l'unica

persona con cui spesso non vogliamo stare né avere a che fare: noi stessi.

La solitudine obbliga a scavarci dentro e ad affrontare le parti di noi che non ci piacciono; nel silenzio del tutto rischia di farci sentire quella voce che non ascoltiamo più forse da quando eravamo bambini. La nostra. Quella vera e autentica voce che viene da noi, che è noi.

Forse la condizione di smarrimento tipica della nostra generazione sta proprio nel fatto che sin da quando abbiamo iniziato ad andare a scuola ci è stato insegnato ad ascoltare la voce di qualcun altro o di qualcos'altro: quella del maestro e della professoressa prima, quella del datore di lavoro, della pubblicità, di internet, dei giornali e telegiornali, dei politici e dei cosiddetti "esperti" poi. Così abbiamo dimenticato di ascoltare la nostra.

Libertà e capacità di stare da soli, senza affanni, senza pensieri, sono la stessa cosa.

La libertà di essere noi stessi, e basta.

Allora si insinua una considerazione finale.Questa "peste" del coronavirus – come tutte le altre pesti nella storia – è sì una tragedia, ma forse porta in sé anche il potenziale per grandi ripensamenti e riflessioni: sul nostro modo di vivere, di concepire il poco e prezioso tempo che ci è concesso nel corso di una vita e di come passarlo; ripensamenti e riflessioni altresì sulle istituzioni che ci governano e su come governiamo noi stessi nell'intimità del nostro Io.

Chissà che questi tempi difficili e di dure prove non ci facciano riscoprire *l'amore ai tempi del coronavirus*: l'amore verso la nostra casa, intesa sia come Italia che come Europa, e il dovere morale che questo amore comporta di poterle e doverle cambiare entrambe; l'amore per una libertà troppo a lungo dimenticata; l'amore per lo stare con noi stessi, che per troppo tempo abbiamo ignorato.

Forti della consapevolezza che dopo ogni peste che nel tempo ha sconvolto il nostro continente, il nostro paese e la nostra vita, è sempre occorso un Rinascimento materiale e spirituale.

~ SEBASTIAN DI GIOVANNI ~

Nato a Roma nel 1985, ha ricevuto un'educazione di stampo classicista per poi proseguire i suoi studi universitari nell'ambito delle Relazioni Internazionali. Vive a Parigi scrivendo di arte e lavora come editorialista della *International Review of Science*.

LIBERTÀ DA, LIBERTÀ DI

di Elisa Picozza

Terza settimana di *lockdown*. È una parola che preferisco rispetto a "quarantena", che nel mio caso non sarebbe neppure esatta, e a "reclusione" o "isolamento" che evocano immagini brutte. Le parole hanno un peso, oltre che un significato. Le parole evocano un vissuto, un'immagine o un'idea personale in ciascuno, e quindi hanno un potere di suggestione che va ben al di là del mero mezzo di trasmissione del significato.

Quindi sì, sono in *lockdown*, mi sono chiusa in casa perché c'è un'epidemia in corso e questo serve a me per proteggermi e alla comunità per proteggersi. Insomma, con un gesto solo ottengo un duplice risultato. Fico.

"Comunità", poi, è un'altra bella parola, almeno per me, ma non è su questo che voglio fermarmi a riflettere. Nel silenzio della mia cucina, interrotto solo dal canto degli uccelli (e vivo in una grande metropoli!) affronto il mio timore a prendere in mano una penna e con la sua punta che traccia solchi sul foglio scavare dentro me stessa.

È tornato il momento di fare filosofia, nel senso più puro, più alto e forse più ingenuo del termine. Come facevo a quindici anni, durante il *lockdown* della mia adolescenza. Un *lockdown* (che bello aver finalmente trovato una parola degna dopo trent'anni!) senz'altro molto diverso, ma che la ragazzina che ero viveva con molto più sconforto di quello attuale.

I miei genitori non mi facevano uscire. Nulla di trascendentale o da codice penale, per carità. Semplicemente, non avevo il permesso di uscire, se non per le cose essenziali. L'autocertificazione dell'epoca contemplava soltanto: andare a scuola, andare a ripetizioni, accompagnare i miei genitori in qualche noiosissima commissione, in visita a parenti o loro amici. Non potevo uscire per vedere i miei, di amici. Andare al cinema o la sera a prendere una pizza, men che meno a una festa. Non potevo nemmeno uscire per andare a comprarmi delle cose

(con l'unica eccezione dell'edicola sotto casa per l'ultimo numero di *Cioè*, che usciva una volta a settimana) o a fare shopping. Tutto ciò che mi serviva (e anche molto di più, lo voglio riconoscere, me lo portavano a casa loro.

E allora stavo chiusa in casa, proprio come oggi, con un sacco di tempo "libero" a disposizione una volta finiti i compiti. Quindi chiamavo le amiche al telefono, leggevo libri, guardavo la TV, giocavo o litigavo con i miei fratelli, mi sedevo a tavola due volte al giorno per mangiare come si deve. E mi capitava di sedermi alla scrivania, di guardare fuori dalla finestra quel mondo così vicino eppure così fuori della mia portata, e di riflettere e scrivere sui grandi temi dell'esistenza. Dio, la vita, la morte, la libertà.

Oggi sembra quasi la stessa cosa: faccio il mio lavoro, chiamo e videochiamo amici e familiari, leggo, guardo la TV, mi ritrovo a mangiare due volte al giorno seduta a tavola e a riflettere sui grandi temi dell'esistenza.

A ripensarci oggi, la differenza più grande che sento rispetto ad allora è nello stato d'animo interiore. Oggi comprendo le ragioni di questo *lockdown* e in parte le condivido. Allora non c'erano ragioni che potessi comprendere. C'era il «Perché così ho deciso io», nella sua simpatica variante «Perché comando io», che non ha bisogno di commenti. C'era il «Prima il dovere, poi il piacere», che però era una fregatura perché il dovere non finiva mai. C'era il «Non hai esperienza, quindi non sei in grado di gestire eventuali pericoli»: una dimostrazione di insensatezza perché, eternamente chiusa in casa, esperienza non l'avrei mai fatta e quindi non sarei mai stata in grado di difendermi dai fantomatici pericoli (né tantomeno di riconoscerli, ça *va sans dire*).

E poi c'era il «Ti faccio rinunciare alle cose oggi perché così, domani, quando non potrai averle, non ne soffrirai» (concetto che meriterebbe un trattato psico-socio-filosofico a sé stante). Assurdo davvero. Anche se poi a mio papà "gli ha detto culo", perché in qualche modo quel principio mi è tornato utile. A modo mio, ovviamente.

Per tagliare corto, a quindici anni sentivo bruciante dentro di me l'ingiusta e ingiustificata privazione di libertà.

I miei genitori non mi davano/mi toglievano libertà.

Era un atto di autorità, di imperio, di forza. Era una catena al collo insostenibile, che spingeva alla ribellione.

E giù fiumi di parole sui massimi sistemi, tutte con un solo obiettivo: rivendicare la mia libertà dal giogo genitoriale. Invocavo urlando libertà DA: dal loro sistema, dai loro principi, dalle loro regole e imposizioni, da tutto ciò che essi rappresentavano.

Volevo eliminare ciò che sentivo ostacolare e impedire la mia libertà.

A quindici anni l'ostacolo erano i miei genitori. Più tardi l'ostacolo è stato rappresentato dagli studi, dal lavoro, dal compagno con cui le cose non anda-

vano, dai mezzi economici non sufficienti a realizzare i miei desideri, da alcune leggi, dallo Stato, dai vicini, dai capi, dai colleghi…

A volerlo cercare, c'è sempre un ostacolo esterno alla nostra libertà. Alle volte sono ostacoli reali, da rimuovere "presto e bene" senza farli durare un ventennio, ma per lo più sono scuse. Sono l'alibi per dimenticare l'altro aspetto della libertà, la libertà DI.

Può sembrare una questione di lana caprina, ma per me non è così. A partire dalla posizione dell'individuo, che in una prospettiva di libertà DA si autocolloca in una posizione passiva, dalla quale deve uscire: rimuovendo l'ostacolo alla sua libertà, certo. Ma poi ecco che giunge il pensiero che è l'ostacolo che non dovrebbe esserci e che quindi dovrebbe togliersi da sé, 'st'infamone brutto e cattivo. E quanto è facile scivolare su questa saponetta, perdendo perfino di vista l'obiettivo – recuperare la propria libertà DA – e finendo per concentrare l'attenzione sull'ostacolo stesso. Dargli addosso. Odiarlo. Essere arrabbiati con lui. Lamentarsi del fatto che sta ancora là quando non ci dovrebbe essere e che non si leva dagli zebbedei. E la libertà se ne resta dimenticata in un cantuccio.

Quando invece si parla di libertà di, l'individuo è in una posizione *ex se* attiva. La frase deve chiudersi con un verbo, con un'azione. Anche quando può non sembrare così, c'è sempre un verbo – ossia un agire – sottinteso. Libertà di (professare un) culto. Libertà di (manifestare una) opinione. Se c'è una frase che non risponde a questo costrutto, per favore indicatemela: sono curiosa di scoprirla.

Il punto però è un altro e forse è quello che piace di meno e che vorremmo bellamente ignorare. La libertà DI (qualunque cosa) implica per sua natura ciò di cui molti oggi sembrano volersi spogliare: la responsabilità. Libertà DI senza responsabilità è qualcosa che per me non appartiene all'essere umano, è un comportamento alogico, subistintuale, del tutto al di fuori della realtà. L'esercizio della libertà DI ha – e non può non avere – delle conseguenze di cui la persona che l'ha esercitata non può non assumersi la responsabilità.

Faccio un esempio dei più semplici e basici, che nemmeno va a toccare la complessità dell'esercizio della libertà DI all'interno di una collettività (dove subentra il limite dato dalla libertà dell'altro e tutte le difficoltà di coordinare le varie libertà). Quando vivevo con i miei, se a casa buttavo una cartaccia per terra erano strilli. Pensavo: non avendo la libertà DA i miei genitori, non avevo neppure la libertà DI gettare una cartaccia per terra. Ottenuta la prima, avrei avuto in omaggio la seconda.

Che errore di prospettiva! L'ho capito quando sono andata a vivere da sola. Lì, la libertà di gettare cartacce per terra ce l'avevo eccome (del resto, ero libera DA i miei genitori e le loro regole e imposizioni). Solo che a casa mia, la cartaccia a terra ci restava. Mica spariva.

L'esercizio della mia libertà aveva – a prescindere dai miei genitori – delle conseguenze che non potevo ignorare. Dovevo assumermi la responsabilità del mio esercizio di libertà. Sono libera, ancora oggi, di gettare cartacce per terra a casa mia. Ma se voglio una casa pulita, poi le devo raccogliere. Certo, posso pagare qualcuno che pulisca al posto mio, ma poi i soldi spesi per la pulizia non sarò libera di spenderli altrove. Oppure posso tenermi la casa invasa dalle cartacce (e poi finire in un programma TV), ma non ho la libertà di lamentarmi di avere la casa sporca (no, se sono onesta con me stessa, questa libertà non ce l'ho).

Questo secondo me significa – almeno in parte – libertà. Possiamo aggiungere tanti altri significati, ma non possiamo escludere questo. La libertà non può essere scissa dalla responsabilità. Non in questo mondo, non in questa dimensione. Non sul piano della materia e dell'azione.

Ecco perché penso che oggi la libertà scarseggi. Non solo e non tanto per i limiti e gli ostacoli esterni, ma soprattutto perché in tanti non sono disposti ad accettare la componente di responsabilità che la libertà implica. Pur di non prendersi la responsabilità della propria libertà, le persone sembrano preferire rinunciare del tutto alla propria libertà DI.

Del resto, per fare bella figura al teatro delle vanità – in pubblico e in privato – ci sarà sempre un ostacolo o un impedimento contro cui sbraitare, del quale lamentarsi e grazie al quale cullare l'illusione che «se fossi libero DA… allora…»

Allora niente, amico mio. Perché se anche tu fossi libero DA, saresti libero di… ma te ne dovresti assumere la responsabilità.

P.S. L'opposto dell'assumersi la responsabilità è provare senso di colpa: chi prova colpa si batte il petto e non cambia nulla, chi si assume la responsabilità ha la libertà e il potere di cambiare le cose.

~ ELISA PICOZZA ~

Romana, ha trascorso vent'anni dedicandosi allo studio e all'insegnamento del Diritto Processuale Civile. Da tre anni è responsabile di redazione delle Edizioni Spazio Interiore, integrando le sue conoscenze pregresse con quella parte di sapere umano genericamente indicato come spiritualità. È sostenitrice convinta della possibilità di fusione e scambio tra approccio della ragione e approccio "dello Spirito" in ogni campo dell'esistenza.

L'ILLUSIONE DELLA LIBERTÀ E LA SACRALITÀ DELLA DISOBBEDIENZA

di Silvia Tusi

Durante una sessione di meditazione più intensa delle altre, ho trovato la mia mente-scimmia inquieta riguardo a tutta una serie di azioni che avrei dovuto svolgere e che parevano talmente urgenti da non poter attendere nemmeno il suono della campanella, che avrebbe decretato il termine della pratica.

Come ogni volta, ho gentilmente fatto sapere alla mia mente-scimmia che ce ne saremmo occupati dopo, l'ho riportata al presente, ho constatato che il mio corpo era addormentato per metà e, lasciandolo al suo intorpidimento, sono tornata al respiro che attraversava le narici, in entrata e in uscita. Mille idee hanno assalito questa mia meditazione, nessuna particolarmente nuova, nessuna degna di essere annotata, tanti pensieri molto pratici, un vero e proprio recipiente di spazzatura, se vogliamo, nemmeno tanto ben differenziata. Un grande calderone.

Mi è venuta in mente la frase di Krishnamurti: «Una mente pensierosa non è mai una mente libera, sia che stia pensando al sublime sia all'ordinario».[1] Mentre ero lì, riacchiappandomi ogni volta con amore e riportandomi alla presenza, la libertà interiore si è palesata in tutta la sua bellezza e luminosità. Per un istante mi sono sentita fluttuare, non c'era più nessuna separazione tra me e tutto il resto, nessun movimento che non fluisse con l'universo intero. In-

1. J. Krishnamurti, *Liberarsi dai condizionamenti*, Mondadori 2012, p. 101.

Silvia Tusi, *Regressione*

somma, per un istante sono stata connessa. E ho percepito una libertà infinita, amorevole, impossibile da contenere e concettualizzare.

L'istante successivo ero tornata nella mente. Come prima cosa ho pensato che non è possibile togliere ciò che non è stato dato. Me lo sono ripetuto tante volte in questi giorni di isolamento. Non è possibile diminuire qualcosa che per sua definizione non ha limiti. Non è possibile concedere ciò che è innato dentro di noi. Ciò che noi chiamiamo "libertà" in termini di costituzioni e leggi dello Stato non ha chiaramente nulla a che fare con ciò che davvero è la libertà, interiore, animica, non regolamentata. Perciò ho cominciato a riflettere su due questioni.

La prima riguarda il fatto che questa cosiddetta libertà è chiaramente un'illusione, un'invenzione, un gioco che abbiamo messo in atto su questo piano di

realtà duale per poter fare i conti con tutta una serie di dinamiche relazionali, giochi di potere, meccanismi all'apparenza complicati, facenti parte di quella che Paxton Robey molto bonariamente chiama "la scuola Terra": «Alla fine, a chiunque cerchi la comprensione viene rivelato che la Terra è una scuola. Come in ogni altra scuola a noi già familiare, ci sono insegnanti, studenti, bidelli, un consiglio d'istituto, i rappresentanti dei genitori, degli insegnanti e il comitato studentesco, quelli che ripetono la terza elementare all'infinito finché un insegnante pietoso li promuove per pura compassione e quelli che fanno due anni in uno. C'è anche il diploma e la cerimonia di consegna dei diplomi, nella quale, orgogliosi, indossiamo toga e tocco e marciamo in pompa magna verso un altro reame della realtà cosmica».[2]

La seconda questione invece riguarda il passo successivo. Una volta compreso a livello profondo che la libertà "materiale" è un'illusione, una volta cioè presa consapevolezza che la libertà interiore è l'unica reale, della quale non si può essere privati perché è innata e non viene concessa da nessuno, e forse proprio grazie a tale presa di coscienza, ho sentito nascere dentro di me una forte spinta alla disobbedienza.

Questo non vuol dire che attuerò una ribellione, una re-azione, che entrerò a far parte di qualche strano gruppo clandestino con loghi e slogan, né tantomeno che diventerò una fervente dissidente. La disobbedienza di cui parlo è molto più sottile, e più efficace.

Innanzitutto è un percorso che parte dall'interno, da noi stessi, quindi fa i conti con la nostra specificità in questa vita. Di conseguenza ha un suo modo di agire del tutto istintivo, non prevedibile, e per questo a mio avviso efficace. Ricordo bene una scena del tanto citato e bellissimo film *Matrix*, in cui Morpheus spiega a Neo che l'unico modo per riuscire a non soccombere nello scontro con l'agente Smith è proprio utilizzando questa differenza tra noi e loro: la libertà interiore. Le persone inserite nel Sistema hanno delle regole e seguono degli schemi che non hanno deciso loro, gli sono stati impartiti senza partecipazione. E sebbene all'apparenza possano sembrare invincibili, in realtà non hanno acquisito la capacità di prendere decisioni in maniera davvero *autonoma* e quindi non hanno la capacità di agire seguendo l'istinto, nel momento in cui si trovano in una situazione non prevista. In questo caso, sono destinati a soccombere, non hanno alcuna possibilità di vittoria. Gli è stato dato il controllo della situazione, esso stesso altra grande illusione, ma una volta persolo non sanno più come devono agire.

Proseguendo sul filo di queste riflessioni, ho quindi cominciato a pensare in cosa potesse consistere la *mia* disobbedienza in questo momento di isolamento

2. P. Robey, *No Time For Karma*, Spazio Interiore 2012, pp. 40-41.

imposto. Una parte di me non vuole assolutamente accettare che i cosiddetti poteri forti proseguano per la via che hanno intrapreso ormai in modo palese. Una parte di me non accetta di muoversi liberamente solo nella realtà notturna, quella che definiamo sogno. Così ho deciso di ascoltare questa parte di me e di capire come fluire con la libertà, in un modo che potesse darmi la possibilità di non essere inghiottita da puerili lotte illusorie ma al contempo consentirmi di essere a *servizio*, di svolgere un'azione utile che potesse portare me e tanti altri a un salto evolutivo importante, una presa di consapevolezza epocale, se così vogliamo chiamarla.

Nella mia disobbedienza mi mantengo il più possibile presente a me stessa, coltivo la compassione per *tutto* ciò che mi circonda, faccio il possibile per non agire seguendo un credo, una religione, un dogma, ma adottando un atteggiamento che non ferisca me stessa e gli altri, che non tradisca me stessa, che mi faccia sentire in sintonia e in pace. Quando re-agisco con rabbia, irritazione, giudizio, allora mi rendo conto che non sto disobbedendo, ma sto agendo invece in base a quello che il Sistema si aspetta da me, per farmi disperdere energie che invece potrebbero essere utili alla consapevolezza. Quando sono in preda all'ansia, alla paura e al panico, mi rendo conto di voler tenere stretto il controllo, di non essere minimamente disposta a perderlo, fino a comprendere che non c'è nessuna possibilità di controllare nulla. In questo senso libertà e controllo sono la stessa forma di illusione.

Nella mia forma di disobbedienza, decido di non dare più ascolto al mio ego, a quell'Io a volte un po' prepotente, che vuole essere soddisfatto, che crede di avere il controllo, che pretende di ri-ottenere quella libertà che crede gli sia stata tolta, quella libertà che pensava di avere in pugno e che gli consentiva un appagamento mai pieno, una soddisfazione mai totale, una felicità effimera.

Disobbedisco quindi alla mia personalità, non accetto che sia lei a decidere, a farsi travolgere dalla rabbia, dalla sete di vendetta, dall'odio... Disobbedisco nella presenza, guardandomi con amore e accettando il mio piccolo *io*, ma non dandogli più quello che vuole, lasciandolo andare, togliendoli spessore.

Disobbedisco, e mi prendo la responsabilità di ciò che sto vivendo, consapevole che il mio intorno è il riflesso della mia interiorità, sempre.

La disobbedienza è un atto divino.

Gesù, Buddha e tanti maestri incarnati su questa Terra l'hanno predicata, soprattutto con l'esempio delle loro vite, *in primis* ribellandosi ai propri genitori e successivamente all'autorità costituita. I poteri forti che adesso stanno agendo in modo così sconsiderato, ci stanno dando la preziosa possibilità di disobbedire, di lasciar andare il cordone ombelicale ormai staccatosi da tempo, e proseguire sul nostro cammino con la responsabilità personale delle nostre

scelte. Le tante rivoluzioni avvenute nella storia, da quella americana a quella francese fino ad arrivare a quella russa, partivano dal sistema e sono tornate al sistema, per non disgregarlo affatto. L'atto di disobbedienza deve arrivare dal cuore, non te lo può dare nessuna autorità rivoluzionaria. E non ha nulla a che fare con la violenza e l'uccidere altri esseri viventi. In quest'ultimo caso è proprio figlio del Sistema, adotta pratiche create da esso e finisce inevitabilmente per rientrare in esso.

Disobbedire è un atto d'amore per se stessi, quindi non può prevedere la possibilità di fare violenza su un qualsiasi essere vivente, sia esso l'essere umano, la pianta o l'animale.

Se vogliamo davvero disobbedire al Sistema, smettiamo di farci togliere energia combattendo le sue battaglie, giocando il suo gioco, conducendo una vita da "bistecche ambulanti". Una volta presa l'ormai famosa pillola rossa di Neo, una volta arrivati cioè alla consapevolezza che questo piano di realtà è un'illusione, abbandoniamo la lotta e abbracciamo la presenza in noi stessi.

Questo forse è l'atto di disobbedienza più prezioso che possiamo compiere oggi.

In questo preciso istante tu hai un'opportunità.
Cerca l'essenza della mente: questo è l'essenziale.
Quando osservi la mente, non c'è niente da vedere.
Proprio in questo non vedere, vedi il significato ultimo.

~ SILVIA TUSI ~

Artista e scrittrice, esprime il proprio amore attraverso l'arte del collage, la meditazione e l'attenzione su di sé, per poter ritrovare e sviluppare la compassione verso ogni essere vivente, liberandosi dal giudizio (con cui fa i conti quotidianamente). È una dei fondatori di Spazio Interiore. È la responsabile di Spazio Nagual, libreria e negozio psicomagico di Roma.

LA LIBERTÀ DELL'ARMADILLO

di Giacomo Belcari

Da bambino non frequentavo il catechismo. Alcuni in classe mi chiamavano l'anticristo. Ero stato educato a guardare i bambini cattolici come perditempo superstiziosi. Le sacre scritture nella mia famiglia non giravano, ma alcuni compagni se le portavano da casa per l'ora di religione. Non sapevo cosa esattamente accadesse in quell'ora, ma era chiaro che leggessero quel libretto dalle pagine sottilissime, il Vangelo. I miei compagni non dicevano parolacce, soprattutto nel giorno in cui il prete faceva ingresso in aula e io, che ero nato in una famiglia di fantasiosi bestemmiatori, scioccavo i miei coetanei sciorinando gli sproloqui più impensabili, senza risparmiarmi pittoreschi accostamenti sacrileghi. I bambini si mettevano d'impulso le mani sulla bocca: «Cos'hai detto? Gesù ti sente!»

Ero certo che non fosse vero, indottrinato com'ero da mio nonno alla religione dei dinosauri. Adamo ed Eva erano soltanto i protagonisti di una stupida barzelletta, la verità era che l'uomo discendeva dalla scimmia e ancora prima dai dinosauri. Gesù era però un personaggio di tutto rispetto, un potente paragnosta con ottime intenzioni e poteri extrasensoriali.

Un giorno, nel cortile dell'istituto ci fu una rissa tra alunni. Io che ero un non violento per costituzione, riuscii a sfilarmi dal mucchio e a mettermi al sicuro in disparte. La maestra si avvicinò al groviglio di corpi e, se pure con difficoltà, riuscì a sbrogliare la matassa umana. Subito dopo cominciò il processo su pubblica piazza ai responsabili del tafferuglio. Fu in quel momento che fece la sua comparsa il prete professore, che iniziò una lunga disquisizione sull'importanza del porgere l'altra guancia. La maggior parte degli scolari fu colta dal sonno, ma io rimasi sveglio e ascoltai. Nel mio cervello, in una sorta di dibattito interiore, le parole del sacerdote si sovrapponevano a quelle di mio nonno. Capii che Gesù non poteva essere quello di cui si parlava, cioè uno sprovveduto che duemila anni fa si faceva deliberatamente prendere a schiaffi e che adesso

dall'alto dei cieli se ne stava tutto il giorno a prendere nota delle bestemmie proferite da un bambino, fra l'altro toscano. Se aveva detto *porgi l'altra guancia* non intendeva certo «fatti gonfiare di botte e oltraggiare dalla prepotenza altrui, offrendo addirittura il fianco!» L'assurdità della dottrina imposta svegliò la mia coscienza. Perdonai il prete per tutte le fandonie che aveva detto e i compagni per vivere nell'oblio. L'assurdità fu proprio la leva su cui Gesù puntò la sua operazione di risveglio del prossimo. Era uno schiaffeggiatore di anime. Buh! Sveglio! Sei libero!

Crebbi nel rispetto di quelle parole che significavano per me libertà. Volevano dire che di fronte a qualsiasi evento dobbiamo trovarci desti, liberi di agire attivamente. Se qualcuno ti dà uno schiaffo tu fai quello che vuoi, ma qualunque cosa tu scelga di fare, falla tu, non farti prendere dalla reazione. Tra tutte le opzioni c'è anche la più assurda, cioè quella di proporre l'altra gota per una seconda percossa. Non è importante cosa si scelga se la scelta è nostra, ma l'elemento dell'assurdità pungola l'anima come uno spillo e la risveglia. Di fronte a un attacco violento scegliere di presentarsi fragili al cospetto dell'aggressore è assurdo, non è un comportamento "animale", nessun animale lo fa, al massimo alcuni in caso di pericolo si fingono morti, automaticamente. L'assurdità e lo stupore che ne derivano sono atti creativi, spirituali, soltanto *l'animale uomo* è potenzialmente in grado di compierli.

Soltanto la fermezza spirituale data dalla conoscenza di sé permette di abbandonare la reazione meccanica in virtù dell'azione personale. Nel registro dell'azione personale ogni scelta è giusta perché è libera, è nostra, è una creazione.

«Sono uomo, sono carne, colpiscila e la mia pelle diventerà rossa e poi paonazza se continuerai, perché sono fragile!»

Più la fragilità è dichiarata a noi stessi, più si lascia che il suo simbolo risuoni e che la sua controparte, la forza, prenda vigore. Se poi questa viene proposta all'altro come verità, il gesto risuona del suo simbolo ancor di più e le sue onde si infrangono anche sui lidi della coscienza altrui, generando spesso stupore, offrendo l'opportunità di non reagire.

Io sono fragile! È conoscenza, è libertà data dalla chiara visione. Quando lo sguardo reale si manifesta, l'osservazione di se stessi e delle cose diviene una constatazione, l'accettazione totale, la forma più alta di perdono. Ecco che le parole *fragile* e *forte* perdono ogni senso e al loro posto sopraggiunge un confortante silenzio. Questa è la libertà. Libertà dalla fatica spirituale dell'ignoranza.

Potremmo dire che la via della libertà coincide con quella della semplicità. Posso scegliere accuratamente il vestito adatto per me e magari riuscire anche a fare una bella figura nel mondo, ma ciò non mi rappresenterà mai come potrebbe farlo la semplice nudità. Nudi come vermi o manici di scopa, recuperiamo immediatamente la dimensione animale che ci appartiene. In nudità il

senso della comunità si manifesta nel fenotipo inattaccabile dell'evidenza, il disarmo dai tessuti è una dichiarazione di pace, fratellanza e lealtà, ma anche di coraggio e lucidità. Sono consapevole che non posso appoggiare, come nessun altro, le mie chiappe sui sassi appuntiti, ma so anche che qualcuno prima di me avrà provveduto a toglierli. La nostra pelle è fragile, ma il nostro cuore è un portento e non si può essere consapevoli soltanto di una di queste due cose.

L'uomo distruttore, addomesticatore, violentatore, armato e barricato, rapinatore, guerrafondaio, invincibile come nessun altro su questa terra non è quasi mai sereno e la sua carne, a dispetto delle sue armi e del suo orgoglio, si può tagliare con un foglio di carta. Forse è proprio per questo che nonostante sia il "padrone del mondo" non si senta mai libero. Troppi filtri, troppi volti, troppi orpelli tra lui e lui. Non sa chi è, non lo vuol sapere, è terrorizzato da ciò che potrebbe scoprire, preferisce non essere libero ignorando la sua e l'altrui "delicatezza". Non rammenta abbastanza spesso che la sua pelle è fragile e che è questa la sua forza. Come l'armadillo sa, a un certo livello, che la sua corazza è a prova di zanna o di artiglio e ciò gli permette di condurre un'esistenza libera dall'illusione, così l'essere umano dovrebbe tenere più spesso presente la sua debolezza. La conoscenza o l'ignoranza delle cose determina la capacità di saperle utilizzare.

Come falsi armadilli ci vestiamo di corazze chiamate vestiti. Abiti che coprono le vergogne, che allontanano le tentazioni, che fanno il decoro o lo scandalo, la moda, il buongusto e il cattivo gusto e rimandiamo la conoscenza, il sapere che la nostra carne, come quella di chiunque altro è fragile come un budino.

La capacità del simbolo di risuonare nei mondi profondi è prodigiosa. Praticare il simbolo equivale a far vivere il rito e, se questo segue la nostra vocazione spirituale, è curativo. Per questo sperimentarsi nudi in contesti diversi da quelli rassicuranti e culturalmente consentiti, "ridursi" a ciò che si è, è un po' come tornare a casa. Si sente la rassicurazione di essere tutti uguali, "nel giusto", perché è l'unica cosa che siamo.

È un piccolo passo, uno shock utile per contribuire a uno scoprirsi più profondo e sottile. La libertà, come certe malattie, è contagiosa.

~ GIACOMO BELCARI ~

Psicologo e psicoterapeuta corporeo, svolge la sua professione a Roma. Sensibile all'aspetto spirituale del benessere, nel suo lavoro si avvale anche di tecniche e strumenti tratti da tradizioni mistiche e di cura ancestrale. Già autore per *Oltre***confine** di numerosi articoli, adesso, in periodo di quarantena, trasforma la sua inquietudine in creatività.

LO SPECCHIO SENZA VERGOGNA DELLA LIBERTÀ

di Giovanni Picozza

Libertà è una di quelle parole belle e potenti con cui la mente razionale tenta (senza riuscirci) di esprimere qualcosa di sovra umano e quindi di per sé inesprimibile con il linguaggio.

Altre parole del genere sono *amore*, *Dio*, *anima*, *coscienza*, *fede*…

Trovare per queste parole una definizione univoca che possa valere per tutti è uno sforzo che forse può appassionare i filosofi e i pensatori ma che sarà sempre destinato a fallire.

Sono parole potenti, che meritano un grande rispetto proprio perché mantengono un'aura di universalità anche quando sono usate in contesti spiccioli della vita di tutti i giorni. Basta pronunciarle per accorgersi che sono in grado di squarciare il velo dell'illusione e catapultarci nei terreni poco battuti dell'Ignoto.

Il detenuto rivendica la sua libertà, l'artista esprime la sua libertà, il politico promette più libertà, chi ha potere (di ogni tipo) concede agli altri la libertà. In tutti questi esempi, pur usando la stessa parola, ci si riferisce a cose tra loro molto diverse, ma la potenza della parola in sé resta intatta e la sua vibrazione agisce quasi in modo subliminale nell'inconscio delle persone.

Ho conosciuto tanti uomini e tante donne che mi hanno detto di non credere nell'amore o nell'esistenza di Dio, di non avere fede o di non essere interessati a questioni metafisiche come l'anima e la coscienza. Non ho mai incontrato nessuno, però, che non fosse attratto dalla libertà o che sostenesse che la libertà fosse qualcosa di sbagliato o di nocivo. Anche le persone a ogni evidenza autoritarie e illiberali affermano con forza il valore supremo della libertà. C'è quindi qualcosa di misterioso, racchiuso in questa parola, in grado di farci accedere (spesso in modo inconsapevole) in altri reami dell'esistenza.

Per me, fin da piccolo, la libertà è sempre stata associata con la ribellione. La libertà era qualcosa di molto importante che sentivo di non possedere, e

per conquistarla dovevo lottare e affermare i miei diritti. La libertà era sempre qualcosa che, quando avevo il coraggio di combattere in suo nome, mi veniva concessa: dai genitori, dagli insegnanti, dal partner, dallo Stato... Sentivo l'estrema importanza della libertà e quando la minaccia alla sua espressione mi diveniva intollerabile non esitavo a lottare utilizzando, come in guerra, tutti i mezzi leciti e illeciti. In nome della libertà ho mentito, ho tradito, ho mancato di rispetto, ho contravvenuto alle leggi, ho ferito i sentimenti degli altri.

Ma questo mio ribellarmi e guerreggiare in nome della libertà non è che in fin dei conti mi facesse sentire davvero libero. Dentro di me mi giudicavo e mi sentivo in colpa. Anche se riuscivo nei fatti ad affermare la mia libertà e facevo quello che mi pareva, non ero appagato. Compresi a un certo punto che la libertà esteriore – per quanto indispensabile e fonte delle cose più piacevoli che si possono sperimentare su questa Terra – non era sufficiente a farmi sentire veramente libero dentro. Compresi che se sceglievo di lottare per la mia libertà, con o senza sotterfugi, ma continuavo a vergognarmi di quello che mi si agitava nell'interiorità, non sarei arrivato da nessuna parte. Risolsi dunque che la libertà non accompagnata da verità non potesse essere vera libertà. Se non ero in grado di vedere e di accettare la verità di quello che ero, per quanto potessi sbandierarlo ai quattro venti o affermarlo a gran voce manipolando gli altri e la realtà, non sarei mai stato veramente libero.

Scattò qualcosa in me, un giorno di alcuni anni fa, che mi spinse a lacerare il velo della mia piccola verità. Fu molto doloroso, a tratti devastante, ma immensamente liberatorio. Accettai la verità che la mia consapevolezza mi permetteva di riconoscere in quel momento, la verità di quello che ero, anche di quelle parti che cercavo di occultare e non vedere. Accettai di essere uno stronzo, un manipolatore, un sessuomane perverso, un violento, un egoista, un narcisista. Il mio ego soffriva come un cane nel vedere queste verità inoppugnabili emergere alla mia consapevolezza, ma mai prima d'allora mi ero sentito così libero, autentico e potente. Ero tutte quelle cose "brutte" ma per la prima volta nella mia vita potevo accettarmi per quello che ero e perdonarmi. Andavo bene così. Ero vero e ciò era sufficiente per essere degno di essere amato. E cominciai a sentire che insieme a tutte quelle ombre danzavano tante cose "belle": scoprii con stupore di essere generoso, dolce, appassionato, leale, onesto, umile.

Il giorno in cui ebbi questa rivelazione fu molto importante ma segnò solo l'inizio di un lungo processo, che continuerà fino alla morte dell'ego e del corpo che lo ospita. Avevo però scoperto un segreto che potevo usare ogniqualvolta ne avessi avuto la voglia e la forza. In ogni momento avrei potuto guardare nel mio specchio senza vergogna, perdonarmi ed essere libero di manifestare le luci e le ombre che mi abitavano.

Silvia Tusi, *Cercando casa*

Il grado di libertà di una persona si potrebbe dunque misurare con la sua capacità di non giudicare se stesso e gli altri e con la disponibilità ad attraversare il mare tempestoso della vergogna, sapendo che l'ego ne soffrirà terribilmente e rischierà di affogare. Solo se l'ego si fa da parte possiamo sperimentare quell'assenza di confini e di temporalità che può essere un altro modo di indicare la libertà.

Libertà è sentire dentro di noi chi siamo – melma e miele, violenza e armonia, viltà e coraggio – e non avere problemi a raccontarlo al mondo quando desideriamo farlo (ma non quando ne abbiamo bisogno). Per questo gli uomini veramente liberi sono spesso considerati dei folli o delle persone antisociali: per quanto possano essere affascinanti, li si guarda con sospetto, sono fastidiosi e urticanti, non fanno sconti a se stessi e non li fanno agli altri.

Tutti, almeno alcune volte nella vita (e certamente tutti senza eccezione da bambini), abbiamo sperimentato l'estasi inebriante di esprimere il nostro *esserci* senza calcoli e senza compromessi. Il prezzo da pagare per il nostro ego e per il suo incolmabile bisogno d'amore, riconoscimento e sicurezza è altissimo. Non sempre ciò significa maggior piacere o benessere nella propria vita e per farlo bisogna imparare a stare a proprio agio nella solitudine. Ma chi sceglie come stile di vita questa *libertà espressione di verità* non sembra pentirsene mai o desiderare di tornare indietro.

Che succede quando le condizioni esterne oggettivamente limitano la nostra libertà di esprimere le nostre piccole verità?

In realtà non cambia nulla.

Forse è richiesto maggior coraggio sul piano della materia, ma se decidiamo di non ascoltare i consigli ansiogeni dell'ego – che non crede in Dio ma solo nella mente, e che in fin dei conti vuole solo la nostra sopravvivenza – nessuna condizione esterna può impedirci di manifestare liberamente la nostra verità.

In questo momento storico epocale e paradossale in cui siamo reclusi nelle nostre case, privati del sole, del movimento e degli abbracci, abbiamo in realtà la stessa identica libertà che avevamo prima. Se per esempio la nostra verità ci sussurrasse che quanto sta accadendo è solo una grande sciarada, nessuno può realmente impedirci di uscire di casa e di andare in giro con un megafono invitando le persone a buttare nel cesso le mascherine, scendere in strada e a unirsi alla nostra marcia gioiosa di liberazione. Se decidiamo di non farlo è solo perché in fin dei conti ci va bene così. Se abbiamo paura di essere arrestati, malmenati o ridicolizzati, vuol dire che la situazione ci va bene così. Se al contrario sentiamo di credere a tutto quello che ci viene trasmesso, se ci barrichiamo in casa, siamo invasi dal terrore dell'avvicinarsi dell'altro, preferiamo rinunciare a tutto e a tutti pur di non correre il rischio di ammalarci, se siamo disposti a rinunciare anche alla vita pur di non morire, allora vuol dire che ci va bene così. Esattamente come quando abbiamo paura di lasciare una persona che non amiamo più o di vivere un nuovo amore, di abbandonare un lavoro che non ci dà soddisfazione o di dire a qualcuno, guardandolo negli occhi, che sta facendo lo stronzo. Se non lo facciamo è perché il nostro grado di libertà-verità non implica in quel momento quelle possibilità. E va bene così. Non c'è nessun problema a patto che ne siamo consapevoli.

Se onoriamo la verità di ciò che siamo in ogni momento e continuiamo a guardare senza vergogna nello specchio della nostra consapevolezza, resteremo sempre e comunque liberi.

~ GIOVANNI PICOZZA ~

Scrittore ed editore, da molti anni sperimenta e studia gli stati non ordinari di coscienza come strumenti di ricerca interiore ed espressione delle potenzialità creative. Sciamanesimo, psicomagia e arte intuitiva sono i riferimenti principali del suo percorso. È il fondatore di Spazio Interiore, casa olistica e casa editrice di Roma, e del negozio psicomagico Spazio Nagual.

Piccola antologia sulla libertà

Libertà dal conosciuto

di Jiddu Krishnamurti

Né l'angoscia dovuta all'inibizione, né la brutale disciplina del conformarsi a un modello ha mai portato alla verità. Per giungere alla verità la mente deve essere completamente libera, senza ombra di distorsione.

Ma per prima cosa chiediamoci se realmente vogliamo essere liberi. Quando parliamo di libertà intendiamo una completa libertà o libertà da qualcosa di molesto, sgradevole o indesiderabile? Vorremmo essere liberi da ricordi dolorosi e spiacevoli e da esperienze poco felici, ma tuttavia mantenere le nostre piacevoli, soddisfacenti ideologie, formalità e rapporti. Ma mantenere le une ed eliminare le altre non è possibile, poiché il piacere è inseparabile dal dolore.

Così ciascuno di noi deve decidere se vuole o no essere completamente libero. Se lo vogliamo allora dobbiamo comprendere la natura e la struttura della libertà.

È libertà quando siete liberi da qualcosa – dal dolore, da qualche forma di ansia? O la libertà è qualcosa di completamente diverso? Potete liberarvi dalla gelosia, dite, ma non sarebbe questa una reazione piuttosto che libertà vera e propria? Potete liberarvi da un dogma con grande facilità, con l'analisi, oppure sbarazzandovene, ma il motivo che vi spinge a liberarvene ha una sua reazione poiché il desiderio di essere libero da un dogma può essere dovuto al semplice fatto che non è più di moda, né utile. Oppure vi potete liberare dal nazionalismo perché credete nell'internazionalismo o perché vi rendete conto che non è più necessario economicamente restare fedeli a questi sciocchi dogmi nazionalistici con il loro contorno di bandiere e di corbellerie. Potete mettere tutto ciò da parte con facilità. Potete anche reagire contro qualche guida spirituale o politica che vi ha promesso la libertà come conseguenza di una speciale disciplina o di una ribellione. Ma questo razionalismo, questo trarre logiche conclusioni, ha qualcosa a che fare con la libertà?

Se dite di essere liberi da qualcosa, questa è una reazione che genererà ancora un'altra reazione e poi ancora conformismo, un'altra forma di dominazione. In questo modo finirete per avere una catena di reazioni e accetterete ogni reazione come libertà. Ma non lo è, è solamente il protrarsi di un passato modificato a cui restate fedeli.

La gioventù di oggi, come sempre la gioventù, è in rivolta contro la società, e questa è una cosa buona in se stessa: ma la rivolta non è libertà perché quando c'è una rivolta essa è una reazione che genera il proprio modello e voi finite per restare intrappolati in quel modello. Credete che sia qualcosa di nuovo. Non lo è. È sempre roba vecchia sotto nuove spoglie. Qualsiasi rivolta sociale o politica ricondurrà inevitabilmente alla buona vecchia mentalità borghese.

La libertà giunge solamente quando vedete e agite, mai tramite la rivolta. Vedere è agire, e una simile azione è altrettanto immediata di quando vedete un pericolo. Non si hanno allora elucubrazioni, discussioni o esitazioni; il pericolo stesso costringe ad agire, e di conseguenza vedere è agire e quindi essere liberi.

La libertà è uno stato della mente – non libertà da qualcosa ma una sensazione di libertà, la libertà di dubitare e di porre in dubbio qualsiasi cosa, è quindi così intensa, attiva e vigorosa che si sbarazza di ogni forma di dipendenza, di schiavitù, di conformismo e di accettazione. Questa libertà implica l'essere completamente soli. Ma una mente cresciuta in una cultura che tanto dipende dall'ambiente e dalle sue tendenze, può mai trovare quella libertà che è completa solitudine e in cui non esiste nessuna forma di guida, non esiste tradizione, né autorità?

Questa solitudine è un intimo stato della mente che non è dipendente da alcuno stimolo o da alcuna conoscenza e non è il risultato di esperienze o conclusioni. Molti di noi intimamente non sono mai soli. C'è differenza tra l'isolamento, il tagliarsi fuori, la solitudine e il restare appartati. Tutti noi sappiamo cosa vuol dire essere isolati – costruire un muro intorno a se stessi per non essere mai colpiti, per non essere vulnerabili o per coltivare il distacco che è un'altra forma di agonia, o per vivere nella fantastica torre d'avorio di un'ideologia. La solitudine è qualcosa di completamente diverso.

Non siete mai soli, poiché siete pieni di tutti i ricordi del condizionamento, del mormorio dell'ieri; la vostra mente non è mai priva di tutta quella roba di scarto che avete accumulato. Per essere soli dovete essere morti al passato. Quando siete soli, totalmente soli, non appartenete a nessuna famiglia, ad alcuna nazione, ad alcuna cultura, ad alcun continente; c'è la sensazione di essere al di fuori. L'uomo che è completamente solo a questo modo è innocente, ed è questa innocenza che libera la mente dal dolore.

[...] In questa solitudine comincerete a comprendere la necessità di vivere con voi stessi come realmente siete, non come voi pensate di dover essere o come pensate di essere stati. Vedete se potete guardarvi senza tremare, senza falsa modestia, senza paura, o giustificazione o condanna – solo vivere con voi stessi come realmente siete.

[...] Poniamoci ora un'altra domanda. Questa libertà, questa solitudine, questo venire in contatto con l'intera struttura di ciò che siamo dentro di noi deve giungere con il tempo, cioè la liberta deve essere ottenuta mediante un processo graduale? Naturalmente no. Perché non appena introducete il fattore tempo vi rendete schiavi sempre di più.

Non potete liberarvi gradualmente. Non è una questione di tempo.

La domanda seguente è: potete diventare consci di questa libertà? Se dite «Sono libero», allora non lo siete affatto. È come se un uomo dicesse «Sono contento». Nel momento in cui dice «Sono contento», sto vivendo nel ricordo di qualcosa che è già passato. La libertà può avvenire solo in modo naturale, non per desiderio, non per volontà, non perché lo volete con tutto voi stessi. E neanche la troverete facendovi un'immagine di quello che credete che sia. Per poterla incontrare, la mente deve imparare a guardare la vita, che è un vasto movimento, senza la schiavitù del tempo, poiché la libertà giace al di là del campo della coscienza.

tratto da *Libertà dal conosciuto*, Astrolabio 1973

La mia visione di libertà è di essere te stesso

di Osho

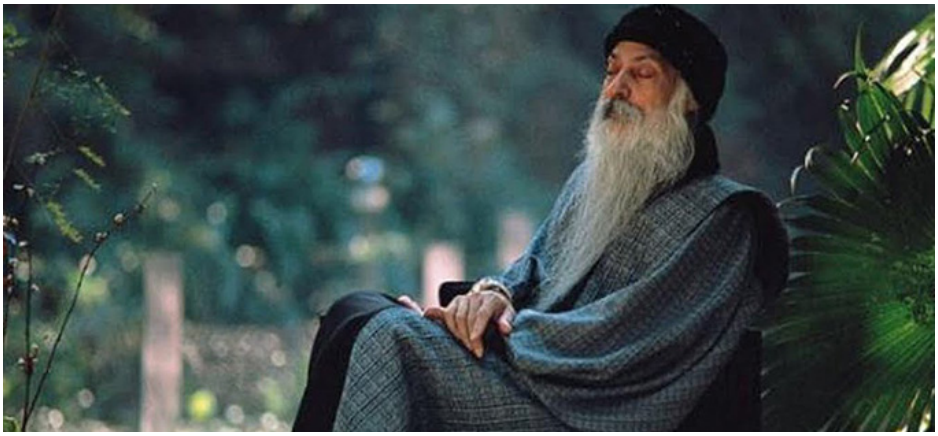
La libertà da qualcosa non è vera libertà. La libertà di fare qualsiasi cosa tu voglia fare, anche questa non è la libertà di cui parlo.

La mia visione di libertà è di essere te stesso.

Non è una questione di ottenere libertà da qualcosa. Quella libertà non sarà libertà, perché ti viene ancora data; c'è una causa. La cosa della quale ti sentivi dipendente è ancora lì nella tua libertà, ne rimani vincolato. Senza di essa non saresti stato libero.

La libertà di fare quello che vuoi anche questa non è libertà, perché volere, desiderare di fare qualcosa, nasce dalla mente – e la mente è la tua prigionia.

La vera libertà arriva certamente dopo la consapevolezza senza scelta, ma dopo la consapevolezza senza scelta la libertà non è né dipendente da cose né dipendente dal fare qualcosa. La libertà che segue la consapevolezza senza scel-



ta è la libertà di essere soltanto te stesso. E tu sei già te stesso, sei nato con questa libertà. Quindi non è dipendente da nient'altro. Nessuno te la può dare e nessuno te la può portare via. Una spada può tagliare la tua testa ma non può tagliare la tua libertà, il tuo essere.

È un altro modo per dire che sei centrato, radicato nel tuo naturale te stesso esistenziale. Non ha nulla a che fare con l'esterno.

La libertà dalle cose è dipendente dall'esterno. La libertà di fare qualcosa è anche dipendente dall'esterno. La libertà di essere sostanzialmente puro non deve essere dipendente da qualcosa al di fuori di te.

Sei nato come libertà; sei solo stato condizionato a dimenticarlo. Strati su strati di condizionamenti ti hanno reso un burattino: i fili sono nelle mani di qualcun altro.

Se sei un Cristiano, sei un burattino. I tuoi fili sono nelle mani di un Dio che non esiste, quindi solo per darti il senso che Dio esiste ci sono profeti, Messia, che rappresentano Dio. Non rappresentano nessuno; sono soltanto persone egoiste – ed anche l'ego vuole ridurti ad un burattino.

Ti dicono cosa fare, ti danno i Dieci Comandamenti. Ti danno la tua personalità – che sei un cristiano, un ebreo, un indù, un maomettano. Ti danno la tua cosiddetta conoscenza. E naturalmente, sotto il grande peso che iniziano a darti fin dall'inizio della tua infanzia, il peso himalayano che stai portando – sotto di esso, nascosto, represso, è il tuo te stesso naturale.

Se puoi sbarazzarti di tutti i condizionamenti, se puoi pensare che non sei né un comunista né un fascista, che non sei né un cristiano né un maomettano. Non sei nato cristiano o maomettano; sei nato solo pura, innocente consapevolezza.

Essere ancora in quella purezza, in quell'innocenza, in quella consapevolezza, è quello che intendo per libertà.

Libertà è l'esperienza ultima della vita. Non c'è niente di più elevato di questo. E dalla libertà sbocciano molti fiori in te.

L'amore è la fioritura della tua libertà.

La compassione, un'altra fioritura della tua libertà.

Tutto ciò che è prezioso nella vita fiorisce nell'innocente, naturale stato del tuo essere.

Quindi non collegare la libertà con l'indipendenza. L'indipendenza è naturalmente da qualcosa, da qualcuno. Non collegare la libertà con fare cose che vuoi fare, perchè quella è la tua mente, non tu. Voler far qualcosa, desiderare di fare qualcosa, sei in schiavitù del tuo volere e il tuo desiderare.

Ma la libertà di cui ho parlato semplicemente sei – in totale silenzio, serenità, bellezza, beatitudine.

tratto dal sito www.osho.com

Lasciando liberi gli altri, liberate voi stessi

di Eva Pierrakos

Per riorientare verso la salute e verso la loro natura le forze della vostra anima, dovete lasciar libere le persone da cui vi aspettate di essere soddisfatti, e contro cui, proprio per questo fatto, avete del risentimento. Dovete riconoscere che pretendete che gli altri vi diano quello che solo voi potete dare a voi stessi. Potete avere tutto ciò di cui avete bisogno, compreso il vero amore, solo quando la vostra anima è senza paura, e quando riconoscete che la forza e la capacità di dare e di ricevere si trovano dentro di voi. Fin quando vi aggrappate agli altri come dei bambini, e negate di essere ormai degli adulti, vi rendete schiavi, nel senso più reale della parola. Quanto più fate questo, tanto meno siete in grado di dare o ricevere e tanto più la vostra capacità di sentirvi vivi e di avere delle esperienze profonde diminuisce.

La paura e la rabbia finiscono con il dominare la vostra psiche. Perciò è essenziale che esprimiate queste emozioni negative [...] senza danneggiare nessuno. Esprimerle e farle venire fuori, crea spazio per le emozioni positive.

Molto spesso vi sentite ancora bloccati e paralizzati. Esprimere la rabbia e sentire la paura sono le ultime cose che vorreste fare. Anche se ammettete di possedere queste emozioni negative in linea di principio, preferite agirle inconsciamente, piuttosto che esprimerle ed assumervene la responsabilità. Anche se ormai sapete di non esserlo, continuate a pretendere di essere perfetti, pur di accattivarvi le simpatie degli altri; dall'altro canto, vi aggrappate alle emozioni negative con tutte le vostre forze, perché avete paura di quelle positive. Questo è un altro aspetto dello stesso circolo vizioso.

Quanto meno vi sentite responsabili, sia delle emozioni negative che ancora esistono in voi, che di quelle positive, tanto più vivete nella paura e vi sentite obbligati a difendervi. È a questo punto che le vostre motivazioni diventano negative. Passate la vita a fuggire da ciò che temete, invece di dedicarvi a crescere, a espandervi e a creare felicità per voi stessi e per gli altri. Cercate di non esprimere le vostre emozioni negative, perché temete che altrimenti gli altri non vi darebbero più ciò di cui avete bisogno. Per la vostra salvezza puntate su di loro, non sapendo che questa è una scommessa che è impossibile vincere.

Il riorientarvi verso la vita, a parte la fondamentale necessità di riconoscere questi aspetti negativi, deve sempre iniziare con la disponibilità a lasciarvi andare. Questo non è possibile, se prima non prendete coscienza in maniera molto precisa della vostra dipendenza. Solo allora potete rinunciare a ciò a cui tanto disperatamente vi aggrappate. Quando diventate più flessibili e malleabili, le forze della vostra anima possono ritrovare il loro equilibrio, innescando una serie di reazioni a catena positive.

Dovete anche essere pronti a rinunciare a tutte le razionalizzazioni, con cui giustificate le vostre accuse contro gli altri. Infatti potete sempre presentare, a voi stessi e agli altri, le vostre pretese e i vostri desideri, in modo che appaiano non solo legittimi e giustificati, ma perfino benefici. Può anche essere vero che i vostri bisogni siano del tutto legittimi, ma è il modo in cui cercate di soddisfarli a essere sbagliato. Infatti, volendoli forzare, non siete disposti a concedere agli altri la stessa libertà che vorreste per voi stessi. Non lasciate loro la libertà di scegliere chi amare e chi accettare, né concedete loro il diritto di non essere odiati e rifiutati se esercitano tale libertà. Negate loro perfino il diritto di sbagliare, perché ad ogni loro errore reagite punendoli. Tutte queste sono libertà che pretendete per voi stessi, e vi risentite violentemente se gli altri non le rispettano, anche se, quando questo avviene, non siete in grado di difendervi adeguatamente, proprio perché, a livello emotivo, non siete disposti a concedere loro la stessa libertà. Se vi osservate attentamente, vi renderete conto che le cose stanno così. Ciò vi aiuterà a rinunciare ad aggrapparvi disperatamente agli altri, anche mentre le vostre emozioni continuano ancora a gridare che da questo dipende la vostra vita.

Prendendo questa fondamentale decisione, nonostante le inevitabili ricadute, che puntualmente dovrete osservare e superare, vi avvicinerete di molto a quel nucleo interiore, in cui l'ansia, la rabbia e la debolezza non vi tengono più prigionieri. Voi tutti siete infuriati perché vi sentite intrappolati in situazioni che vi sembrano senza via d'uscita, in quanto tutte le possibili alternative vi appaiono insoddisfacenti. Nessuna di esse vi fa sentire quel senso di pace, che rende accettabili anche le scelte difficili. Tutti voi, almeno occasionalmente, siete entrati in contatto con questa conoscenza interiore, che proviene direttamente dal vostro vero sé. L'obiettivo principale del nostro lavoro deve essere proprio quello di far emergere il vero sé.

Per fare questo, dovete scoprire in quali aree della vostra vita vi sentite più in ansia e meno liberi. Quando vi sentite pieni di risentimenti, deboli e incapaci di essere voi stessi, chiedetevi cosa è che volete dagli altri. Rendetevi conto di come pretendere che essi vi diano quello che solo voi potete dare a voi stessi, rappresenti una terribile catena. Verbalizzate concisamente cosa è che volete da loro, e cercate di capire come la vostra insistenza vi rende schiavi e vi paralizza. Questo vi porterà più vicini a rinunciare a questa insistenza, e quando infine ci riuscirete, scoprirete una nuova e calma forza, che vi permetterà di risolvere anche i problemi che prima vi apparivano insolubili. Lasciando liberi gli altri, liberate voi stessi. Solo quando potete permettervi di perdere al livello dell'io, potete vincere al livello del vostro vero sé, e solo questo può rendervi felici.

Inversamente, la vostra incapacità di rinunciare, di lasciare liberi gli altri, di essere imparziali, la vostra insistenza a voler vincere e a volere a tutti i costi che le cose vadano a modo vostro, il vostro rifiuto di perdere a livello dell'io, vi impediscono di vincere dove veramente conta, e di trovare la vostra vera forza. Gesù Cristo intendeva questo quando diceva che chi vuole conquistare la vita, deve prima rinunciarvi. […]

È una questione di livelli di coscienza. Spero che sia chiaro che non vi si richiede nessun sacrificio e nessuna vera rinuncia. Dovete solo comprendere che non potete ottenere ciò che volete, e a cui avete diritto, attraverso il metodo di forzare qualcuno o qualcosa a darvelo. L'enfasi deve cambiare. Se insistete a voler vincere al livello sbagliato, non vi riuscirete; solo se accettate di perdere a livello dell'io, potete vincere. Infatti, entrate inevitabilmente in contatto con quel nucleo di voi stessi dove esiste ogni concepibile potere. Nella misura in cui garantite agli altri il loro diritto di essere ciò che sono, vi convenga questo o meno, potete affermare lo stesso diritto per voi stessi.

Rispettare questi diritti vi permetterà di crescere e di maturare, in modo da non dovervi più svendere e sottovalutare. Sarete in grado di difendervi dagli attacchi degli altri in modo sano ed efficace, senza sentirvi in colpa. Successivamente scoprirete che la vostra volontà di essere felici e di avere piacere è

enormemente aumentata, che la vostra visione della vita è diventata molto più ampia. Intravedrete possibilità che non avreste mai osato immaginare. Improvvisamente vi permetterete di provare piacere. Non vi contrarrete più contro di esso, come di solito inavvertitamente fate. Non saboterete più i processi spontanei, e comincerete ad avere fiducia in essi. Questo renderà la vostra vita ricca e sicura, come non era mai stata prima. Lasciandovi andare e rinunciando alla corrente interiore a forzare, scoprirete quanta gioia possa dare avere delle relazioni libere e senza forzature. Quando vi lasciate vincere dalla vostra tendenza a essere indipendenti, forzate gli altri a fare ciò che voi volete, e ne siete a vostra volta forzati. Questo vi indebolisce e crea una congerie di emozioni negative, che vi fanno perdere il contatto con il vostro vero sé e con il vostro benessere. Quando imparate a perdere con grazia, scoprite dentro di voi un tesoro, un nuovo modo di vivere, di cui adesso avete solo una vaga intuizione. Non vi saranno più aree della vostra vita in cui vi sentite deboli e intrappolati.

Estendetevi verso il vostro essere interiori, comunicate con esso e chiedetegli di aiutarvi a eliminare questa debolezza, che vi fa tirare indietro nella vita. Non importa quanto tentiate di glorificarla, questa tendenza è solamente negativa. Tutti voi, in un modo o nell'altro, vi tirate indietro, proprio come per millenni ha fatto l'umanità, in nome dell'assurda idea per cui il piacere è frivolo, sbagliato e non spirituale. Anche voi potete avere le vostre personali scuse per glorificare la vostra debolezza, e per pretendere che sia a vostro vantaggio. Ma così facendo, non potrete mai scoprire chi veramente siete. Solo se affrontate on coraggio la vostra debolezza e la vostra dipendenza, la corrente a forzare, che dice agli altri "dovete fare quello che voglio io", potete scoprire la bellezza, la forza e le potenzialità che esistono in voi.

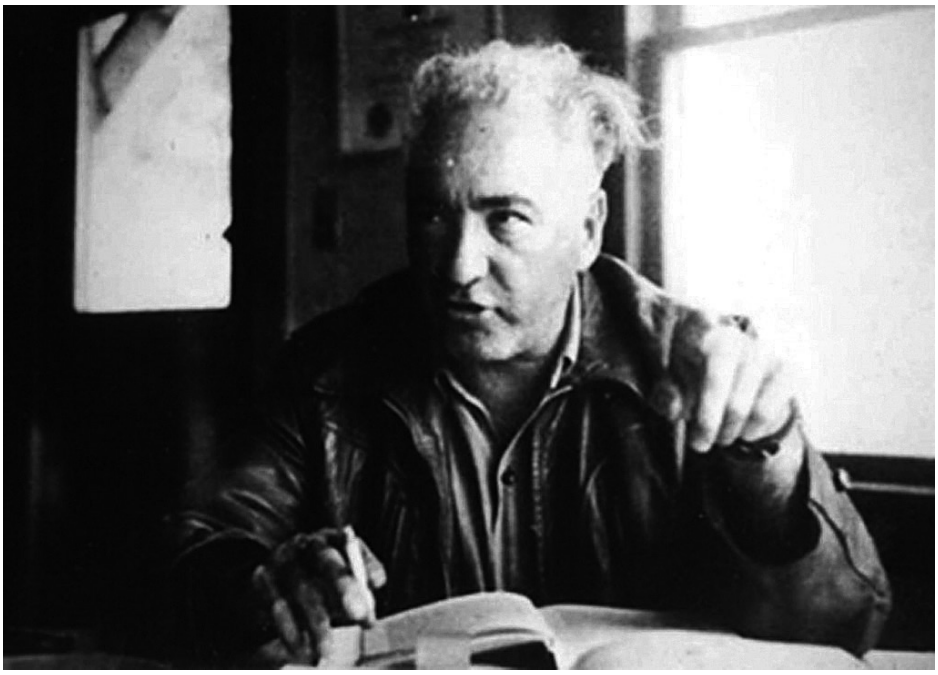
tratto da *Il Sentiero del risveglio interiore*, Crisalide 1991

Uscire dalla trappola

di Wilhelm Reich

C'è stato per molti secoli qualcosa che ha agito nella società umana rendendo vano ogni sforzo individuale per giungere alla soluzione di questo grande enigma, ben noto a tutti i grandi dell'umanità negli ultimi millenni: *L'uomo nasce in libertà, ma vive in schiavitù.*

Nessuna risposta è stata trovata finora. Deve esserci qualcosa nella società umana che impedisce di formulare correttamente la domanda onde giungere alla giusta risposta. Tutta la filosofia umana è afferrata nell'incubo di una vana ricerca.



C'è qualcosa di ben nascosto che riesce a impedire la formulazione della giusta domanda. Di conseguenza, c'è qualcosa che agisce con successo, continuamente, per *distogliere l'attenzione* da quello spiraglio accuratamente nascosto su cui si dovrebbe concentrare l'attenzione. L'utensile di cui si serve questo ben camuffato "qualcosa" è l'EVASIVITÀ umana nei confronti della Vita vivente. Questo qualcosa è la PESTE EMOZIONALE DELL'UOMO.

Dalla giusta formulazione dell'enigma dipenderà la corretta messa a fuoco dell'attenzione e da questa a sua volta dipenderà la soluzione definitiva di questo problema: come sia possibile il fatto che l'uomo, che dovunque nasce libero, si trovi, dovunque, in uno stato di schiavitù. [...] I dati essenziali del grande enigma sono questi. Gli uomini nascono eguali ma non crescono eguali. Gli uomini hanno elaborato grandi dottrine, ma ogni dottrina semplice è servita solo a opprimerli. L'uomo è il Figlio di Dio creato a Sua immagine e somiglianza; e tuttavia l'uomo è "peccatore", è preda del Demonio. Come possono esistere il Demonio e il Peccato se Dio è il solo creatore di tutti gli esseri? L'umanità non è riuscita a spiegare come esista il MALE se un Dio perfetto ha creato e governa il mondo e l'uomo. L'umanità non è riuscita a stabilire una vita morale in armonia con il suo creatore. Fin dagli inizi della storia scritta l'umanità è sempre stata sconvolta da guerre e delitti di ogni specie. Nessun tentativo di porre termine a questa pestilenza è mai riuscito. L'umanità ha sviluppato molte religioni, ma ogni tipo di religione si è trasformato in un sistema di oppressione e di miseria. L'umanità ha elaborato molti sistemi filosofici per spiegare la natura, ma la natura, che è funzionale e non meccanica, le è sfuggita di mano.

L'umanità ha rincorso ogni brandello di speranza e di conoscenza, ma dopo tremila anni di ricerche, di fatiche, di dolori e di assassinii per eresia e per perseguitare errori apparenti, è giunta a dare solo poche comodità a una ristretta frangia dell'umanità, è arrivata alle automobili, agli aeroplani, ai frigoriferi e alla radio.

Dopo migliaia di anni di meditazioni sul problema della natura umana, l'umanità si trova esattamente al punto di partenza: deve confessare la propria completa ignoranza. La madre è ancora impotente di fronte all'incubo che terrorizza il suo bambino, e i medici sono ancora impotenti di fronte a una sciocchezza come un raffreddore. [...] È inutile scoprire un maggior numero di stelle, di comete o di galassie. E nemmeno nuove formule matematiche riusciranno a fornire qualche risultato. Filosofare sul significato della vita è inutile finché non si conosce *che cosa sia la vita.* E poiché *Dio è la Vita,* e questo è un dato certo, che tutti gli uomini sanno, è scarsamente utile cercare o servire Dio, se non si sa che cosa si serve. Tutto sembra indicare un solo fatto: *c'è qualcosa di profondamente e radicalmente errato nei metodi usati dall'uomo per cercare di conoscere se stesso.* Il punto di vista meccanico-razionalistico è completamente fallito. [...]

È possibile uscire dalla trappola. Tuttavia, per evadere da una prigione bisogna prima ammettere di *essere in prigione. La prigione è la struttura emozionale dell'uomo*, la sua *struttura caratteriale.* È scarsamente utile escogitare sistemi filosofici sulla natura della trappola se l'unica cosa da fare per uscire dalla trappola è conoscerla e trovarne l'uscita. Qualsiasi altra cosa è completamente inutile: cantare inni sulle sofferenze nella trappola, come fanno i negri in schiavitù, o scrivere poemi sulla bellezza della vita *fuori* dalla trappola, sognandoli *dentro* la trappola, o promettere una vita fuori della trappola dopo la morte, come fa il cattolicesimo ai suoi fedeli; o confessare un *semper ignorabimus* come fanno i filosofi rassegnati; o costruire un sistema filosofico sulla disperazione della vita nella trappola, come ha fatto Schopenauer; o inventare un super-uomo che sarebbe molto differente dall'uomo nella trappola, come ha fatto Nietzsche finché, intrappolato in manicomio, non ha scritto finalmente la verità su se stesso: troppo tardi...

La prima cosa da fare è cercare l'uscita dalla trappola.

La natura della trappola non presenta alcun interesse al di là di questo punto fondamentale: DOVÈ L'USCITA DELLA TRAPPOLA? Si può decorare la trappola per rendere più confortevole la vita all'interno. È ciò che hanno fatto Michelangelo, Shakespeare, Goethe. Si possono anche escogitare espedienti provvisori per assicurarsi una più lunga vita nella trappola. È ciò che fanno i grandi medici e scienziati: Meyer, Pasteur, Fleming. Si può raggiungere una grande abilità nel curare le ossa rotte quando uno cade nella trappola. Il problema fondamentale è e rimane sempre: DOV'È L'USCITA VERSO LO SPAZIO LIBERO E INFINITO? L'uscita rimane nascosta. È il più grande enigma. E ciò che è più ridicolo e contemporaneamente più tragico è questo:

L'USCITA È CHIARAMENTE VISIBILE A TUTTI QUELLI CHE SONO IMPRIGIONATI NELLA TRAPPOLA EPPURE SEMBRA CHE NESSUNO LA VEDA. TUTTI SANNO DOVÈ L'USCITA E TUTTAVIA NESSUNO SEMBRA FARE UN MOVIMENTO VERSO DI ESSA. ANZI, CHIUNQUE SI DIRIGA VERSO L'USCITA, O CHIUNQUE LA INDICHI, È DICHIARATO PAZZO O CRIMINALE O PECCATORE DA BRUCIARE NEL FUOCO DELL'INFERNO. Ne deriva che il guaio non sta nella trappola e neppure nel trovarne l'uscita. IL GUAIO STA NEGLI STESSI INTRAPPOLATI.

Visto dall'esterno, tutto ciò appare incomprensibile a una mente semplice. In una certa misura è persino pazzesco. *Perché non vedono e non si dirigono verso l'uscita chiaramente visibile?* Non appena si avvicinano all'uscita si mettono a gridare e scappano lontano. Non appena qualcuno di loro tenta di uscire, lo uccidono. Soltanto pochissimi, di notte, quando tutti dormono, riescono a fuggire.

Questa è la situazione in cui venne a trovarsi lo stesso Gesù Cristo. E questo è stato il comportamento delle vittime della trappola quando lo uccisero.

Il funzionamento della Vita vivente è tutto intorno a noi, in noi, nei nostri

sensi, proprio davanti a noi, chiaramente visibile in ogni animale o albero o fiore. Lo sentiamo nel nostro corpo e nel nostro sangue. E tuttavia esso rimase, per chi è nella trappola, il più grande e il più inaccessibile degli enigmi.

Ma la Vita non era l'enigma. L'enigma è come esso abbia potuto rimanere irrisolto per tanto tempo. [...] Il vero, grande problema umano è LA FONDAMENTALE EVASIONE DALL'ESSENZIALE. Questa evasione, questa evasività fanno parte della struttura profonda dell'uomo. Il tenersi lontano dall'uscita della trappola è il risultato di questa sua struttura. L'uomo teme e odia l'uscita dalla sua prigione e si difende crudelmente da ogni tentativo di trovare l'uscita. Questo è il grande enigma.

[...] Fuori della trappola, vicinissima, c'è, tutt'intorno, la Vita vivente e l'occhio può vederla in ogni cosa, l'orecchio sentirla, il naso può avvertirne l'odore. Per le vittime nella trappola essa rappresenta un'eterna sofferenza, una tentazione come quella di Tantalo. La si può vedere, sentire, odorare, la si desidera da sempre, e tuttavia non si riesce mai, proprio mai, a superare l'uscita della trappola. Uscire dalla trappola è diventato semplicemente impossibile. Può accadere solo nei sogni, nella poesia, nella grande musica, nella pittura, ma non è più possibile nei nostri movimenti reali. Le chiavi dell'uscita sono cementate nella nostra corazza caratteriale e nella rigidità meccanica del corpo e dell'anima.

tratto da *L'assassinio di Cristo*, SugarCo 1951

”

Nella luce della visione egli ha trovato la sua libertà: i suoi pensieri sono pace, le sue parole sono pace, e le sue opere sono pace.

Gautama Buddha

Odilon Redon, *Buddha in gioventù*

”

Chi non ama la solitudine non ama la libertà, perché non si è liberi che essendo soli.

Arthur Schopenhauer

Caspar David Friedrich, *Il viandante sul mare di nebbia*

”

L’unico modo di affrontare un mondo privo di libertà è diventare talmente liberi che la che la nostra stessa esistenza diventi un atto di ribellione.

Albert Camus

Eugène Delacroix, *La Libertà che guida il popolo*

”

Non c’è cancello, nessuna serratura,
nessun bullone che potete regolare
sulla libertà della mia mente.

Virginia Woolf

Frida Khalo, *Autoritratto al confine tra Messico e Usa*

”

La ricerca della libertà è l'unica forza stimolante che conosca. Libertà di volare in quell'infinito là in alto; libertà di dissolversi; libertà di distaccarsi da tutto; di essere come la fiamma di una candela che, nonostante il paragone con la luce di miliardi di stelle, rimane intatta perché non ha mai finto di essere più di quanto non fosse: solo una candela.

Carlos Castaneda

William Blake, *Giorno felice*

”

Il mondo intero aspira alla libertà
e tuttavia ogni creatura è innamorata
delle sue catene. Tale è il primo
paradosso e il nodo inestricabile
della nostra natura.

Sri Aurobindo

Henri Rousseau, *Il sogno*

”

Essere libero è niente,
divenirlo è cosa celeste.

Johann Gottlieb Fichte

Vincent Van Gogh, *Notte stellata*

”

La libertà dell'uomo è definitiva e immediata se così egli vuole; essa non dipende da vittorie esterne ma interne.

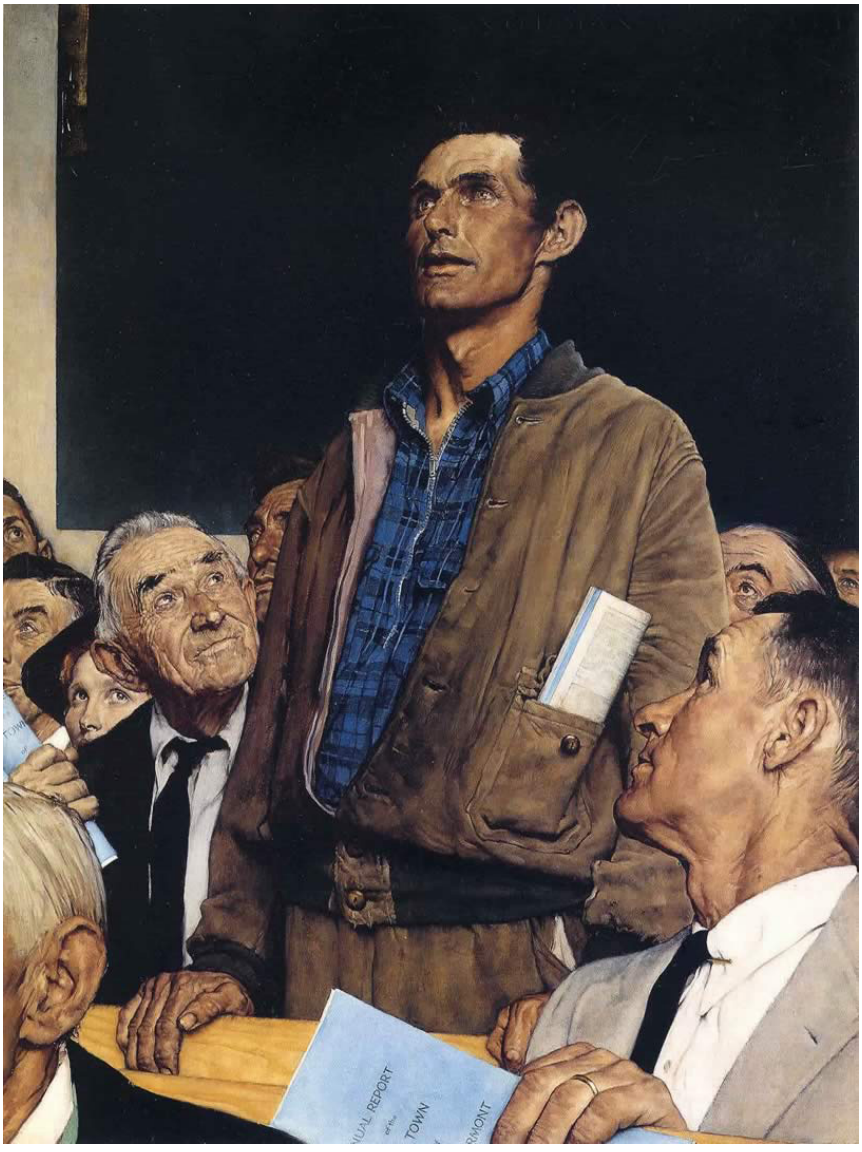
Paramahansa Yogananda

René Magritte, *La condizione umana*

”

L’essenza della libertà è sempre consistita nella capacità di scegliere come si vuole scegliere e perché così si vuole, senza costrizioni o intimidazioni, senza che un sistema immenso ci inghiotta; e nel diritto di resistere, di essere impopolare, di schierarti per le tue convinzioni per il solo fatto che sono tue. La vera libertà è questa, e senza di essa non c’è mai libertà, di nessun genere, e nemmeno l’illusione di averla.

Isaiah Berlin



Norman Rockwell, *Libertà di parola*

”

La libertà è il bene supremo
solo per quelli che sono animati
dalla volontà di essere eretici.

Emil Cioran

Marcel Duchamp, *L.H.O.O.Q.*

”

L’anima libera è rara, ma quando la vedi la riconosci, soprattutto perché provi un senso di benessere quando gli sei vicino.

Charles Bukowski

Édouard Manet, *Colazione sull'erba*

”

La libertà:
orizzonte che si stacca dall'oceano
per volare formando labirinti.

Alejandro Jodorowsky

M.K. Čiurlionis, *Angeli (Paradiso)*

”

La libertà non sta nello scegliere tra bianco e nero, ma nel sottrarsi a questa scelta prescritta.

Theodor Adorno

Paul Klee, *Strada principale e strada secondaria*

”

La libertà è la possibilità di essere e non l'obbligo di essere.

René Magritte

Henri Matisse, *Gioia di vivere*

NON TORNARE A DORMIRE

di Gialal al Din Rumi

La brezza dell'alba ha segreti da dirti.
Non tornare a dormire.
Devi chiedere quello che davvero vuoi.
Non tornare a dormire.
C'è gente che va avanti e indietro
attraverso le porte dove i due mondi si toccano.

La porta è tonda e aperta.
Non tornare a dormire.

L'UOMO E IL MARE

di Charles Baudelaire

Uomo libero, sempre amerai il mare!
È il tuo specchio il mare: ti contempli l'anima
nell'infinito muoversi della sua lama.
E il tuo spirito non è abisso meno amaro.

Divertito ti tuffi in seno alla tua immagine,
l'abbracci con lo sguardo, con le braccia e il cuore
a volte si distrae dal proprio palpitare
al bombo di quel pianto indomabile e selvaggio.

Siete discreti entrambi, entrambi tenebrosi:
inesplorato, uomo, il fondo dei tuoi abissi,
sconosciute, mare, le tue ricchezze intime,
tanto gelosamente custodite i segreti!

Eppure ecco che vi combattete
da infiniti secoli senza pietà né rimorso,
a tal punto amate le stragi e la morte,
o lottatori eterni, o fratelli implacabili!

INVICTUS

di William Ernest Henley

Dal profondo della notte che mi avvolge,
Buia come un abisso che va da un polo all'altro,
Ringrazio qualsiasi dio esista
Per la mia indomabile anima.

Nella feroce morsa delle circostanze
Non mi sono tirato indietro né ho gridato.
Sotto i colpi d'ascia della sorte
Il mio capo è sanguinante, ma indomito.

Oltre questo luogo di collera e di lacrime
Incombe solo l'Orrore delle ombre,
Eppure la minaccia degli anni
Mi trova, e mi troverà, senza paura.

Non importa quanto stretto sia il passaggio,
Quanto piena di castighi la vita,
Io sono il padrone del mio destino:
Io sono il capitano della mia anima.

ER GRILLO ZOPPO

di Trilussa

Ormai me reggo su 'na cianca sola.
– diceva un Grillo – Quella che me manca
m'arimase attaccata a la cappiola.
Quanno m'accorsi d'esse priggioniero
col laccio ar piede, in mano a un regazzino,
nun c'ebbi che un pensiero:
de rivolà in giardino.
Er dolore fu granne... ma la stilla
de sangue che sortì da la ferita
brillò ner sole come una favilla.
E forse un giorno Iddio benedirà
ogni goccia de sangue ch'è servita
pe' scrive la parola Libbertà!

VIVA LA LIBERTÀ

di Gianni Rodari

Viva la primavera
che viaggia liberamente
di frontiera in frontiera
senza passaporto,
con un seguito di primule,
mughetti e ciclamini
che attraversando i confini
cambiano nome come
passeggeri clandestini.
tutti i fiori del mondo son fratelli.

SPAZIONAGUAL
Negozio Psicomagico

Uno spazio dove tutto è possibile, dove il noto e l'ignoto si fondono e trasmutano in un gioco di pura magia che sfugge a qualsiasi spiegazione le parole possano dare o la mente cogliere e inquadrare.

«Il Nagual è la parte di noi per la quale non c'è descrizione – non parole, non nomi, non sensazioni, non sapere» ci insegna Don Juan, ed è al suo insegnamento che ci affidiamo.

Spazio Nagual è un negozio psicomagico, nel quale è racchiuso un mistero che siamo i primi a non avere ancora risolto. Un luogo che sfugge alle regole degli schemi ordinari e nel quale chi cerca potrebbe non trovare nulla, ma essere trovato da qualcosa o qualcuno. O magari ricongiungersi a qualche frammento perduto di sé.

In un negozio psicomagico le parole ammutoliscono, le multi-realtà si rivelano, gli oggetti e i simboli sussurrano all'inconscio, i libri scelgono i loro lettori e il piacere danza con i cuori che si lasciano sedurre dall'Ignoto.

Edizioni SPAZIOINTERIORE

Leggo per leggittima difesa

Espandi il tuo Spazio Interiore

www.spazionagual.it

1 LIBRO IN OMAGGIO	2 LIBRI IN OMAGGIO	3 LIBRI IN OMAGGIO
Per chi acquista 15€ in Libri di *Spazio Interiore*	Per chi acquista 30€ in Libri di *Spazio Interiore*	Per chi acquista 45€ in Libri di *Spazio Interiore*

Via Marco Vincenzo Coronelli, 42 -Roma
Orari: dal martedì al venerdì dalle 15 alle 20
spazionagual@gmail.com

OLTRECONFINE 16

LIBERTÀ

DIRETTORE EDITORIALE
Giovanni Picozza

COMITATO DI REDAZIONE
Giacomo Belcari
Sebastian Di Giovanni
Marco Etnasi
Elisa Picozza
Mariavittoria Spina
Silvia Tusi
Nadine Zara

PROGETTO E REALIZZAZIONE GRAFICA
Francesco Pandolfi

HANNO COLLABORATO
Salvatore Brizzi
Selene Calloni Williams
Paolo Crimaldi
Carlo Dorofatti
Lidia Fassio
Matteo Ficara
M.M. Judas
Pier Luigi Lattuada
Carlo Magaletti
Riccardo Magnani
Corrado Malanga
Claudio Marucchi
Rita Minelli
Andrea Panatta
Andrea Pietrangeli
Eros Poeta
Roberta Rio
Satvat
David Simurgh
Sara Surti
Majid Valcarenghi
Mauro Villone

SI RINGRAZIANO
Marco Cappato
Claudio Messora
Massimo Mazzucco
Shakti Caterina Maggi
Rupert Sheldrake

ILLUSTRAZIONI
Giacomo Belcari
Fulvio Faioni
Rita Minelli
Francesco Pipitone
Satvat
Silvia Tusi

www.spaziointeriore.com
www.spazionagual.it
www.oltre-confine.com

«La libertà è uno stato della mente – non libertà da qualcosa ma una sensazione di libertà, la libertà di dubitare e di porre in dubbio qualsiasi cosa, è quindi così intensa, attiva e vigorosa che si sbarazza di ogni forma di dipendenza, di schiavitù, di conformismo e di accettazione. Questa libertà implica l'essere completamente soli. Ma una mente cresciuta in una cultura che tanto dipende dall'ambiente e dalle sue tendenze, può mai trovare quella libertà che è completa solitudine e in cui non esiste nessuna forma di guida, non esiste tradizione, né autorità?»

Jiddu Krishnamurti

Contributi di:

Giacomo BELCARI ∞ Salvatore BRIZZI ∞ Selene CALLONI WILLIAMS
Marco CAPPATO ∞ Paolo CRIMALDI ∞ Sebastian DI GIOVANNI
Carlo DOROFATTI ∞ Lidia FASSIO ∞ Matteo FICARA ∞ M.M. JUDAS
Pier Luigi LATTUADA ∞ Shakti Caterina MAGGI ∞ Carlo MAGALETTI
Riccardo MAGNANI ∞ Corrado MALANGA ∞ Claudio MARUCCHI
Massimo MAZZUCCO ∞ Claudio MESSORA ∞ Rita MINELLI
Andrea PANATTA ∞ Elisa PICOZZA ∞ Giovanni PICOZZA
Andrea PIETRANGELI ∞ Eros POETA ∞ Roberta RIO ∞ SATVAT
Rupert SHELDRAKE ∞ David SIMURGH ∞ Mariavittoria SPINA
Sara SURTI ∞ Silvia TUSI ∞ Majid VALCARENGHI
Mauro VILLONE ∞ Nadine ZARA

SPAZIO INTERIORE

Scaricabile gratuitamente su
www.spazionagual.it