

Il Libro de La Comunità

LA COMUNITÀ

(per lo sviluppo umano)

Settembre 2009



INDICE

CAPITOLO I **Spiegazioni generali**

Nome
Antecedenti
Obiettivi
Una nuova cultura
Una scala di valori
La metodologia d'azione
La nonviolenza attiva
Partecipazione
Organizzazione generale
Bibliografia ufficiale e bibliografia raccomandata
Ubicazione rispetto a La Comunità
Ubicazione de La Comunità nell'ambito sociale
Spiegazioni per i membri effettivi
Il Simbolo

CAPITOLO II **Organizzazione**

Aspetti generali
Membri e Gruppi
Le "Equipe di Base" de La Comunità
Il coordinamento locale e mondiale
Funzioni d'insieme
Economie

CAPITOLO III **Temi formativi**

A. Temi vari

Perché si considera impossibile raggiungere la felicità?
Le false soluzioni
Punti di Dottrina
Le Esperienze Guidate
La Guida Interna
Gli Aforismi

B. Temi su La Comunità

La Comunità come aiuto
I lavori de La Comunità non sono una terapia

C. Temi sulla violenza e la nonviolenza

La situazione sociale attuale

Trasformazione sociale e sviluppo personale
La violenza e le sue forme in generale
Che cos'è la violenza?
Violenza economica
Violenza fisica
Violenza interna
Violenza interna ed esterna: interazione
Violenza morale
Violenza psicologica
Violenza razziale
Violenza religiosa
La "nonviolenza" come metodologia d'azione
Nonviolenza e spiritualità

D. Temi sulla sofferenza

Felicità e sofferenza
Le tre vie della sofferenza
La sofferenza attraverso il ricordo
La sofferenza per immaginazione

E. Temi sull'azione in generale

Il cambiamento e la crisi
Condotta esterna ed esperienza interna
Unità e contraddizione
Pensare, sentire e agire nella stessa direzione
La vera solidarietà

F. Temi sull'Azione Valida

Il Principio di adattamento
Il Principio di azione e reazione
Il Principio di opportunità dell'azione
Il Principio di proporzione
Il Principio di conciliazione
Il Principio del piacere
Il Principio dell'azione immediata
Il Principio di comprensione dell'azione
Il Principio di libertà
Il Principio di solidarietà
Il Principio di negazione degli opposti
Il Principio di accumulazione delle azioni

CAPITOLO IV

Esperienze guidate

Introduzione

Chiarimenti

Esperienze guidate

Il bambino
Il nemico
Il grande errore
La nostalgia
La coppia ideale
Il risentimento
La protettrice della vita
L'azione che salva
Le false speranze
La ripetizione
Il viaggio
Il festival
L'animale
La slitta
Lo spazzacamino
La discesa
La salita
Le maschere
Le nuvole
Avanzamenti e retrocessioni
Il minatore
La Guida Interna
Il disorientamento e la Guida Interna
L'oppressione e la Guida Interna
L'indecisione e la Guida Interna
La morte

Allegato I

Il Documento del Movimento Umanista

Allegato II

Carta per un mondo senza violenza
La violenza è una malattia che si può prevenire

Allegato III

Il significato della pace e della nonviolenza nel momento attuale. La Marcia Mondiale Silo - Berlino, 11 Novembre 2009

Note

CAPITOLO I - Spiegazioni generali

1. Nome

La Comunità (per lo sviluppo umano).

2. Antecedenti

La Comunità (per lo sviluppo umano) è stata creata a metà degli anni '80 come l'organismo sociale e culturale del Movimento Umanista. Quest'ultimo è sorto il 4 maggio 1969 con una esposizione pubblica del suo fondatore, Silo,¹ conosciuta come "*La Guarigione della Sofferenza*", tenuta in una località della Cordigliera delle Ande chiamata Punta de Vacas, vicino alla frontiera tra l'Argentina e il Cile.

Il Movimento Umanista si basa sulla corrente di pensiero conosciuta come Nuovo Umanesimo o Umanesimo Universalista, le cui idee sono sviluppate nell'opera di Silo² e in quella di diversi autori che ad essa si sono ispirati.

Questo pensiero, che implica anche un sentimento e un modo di vivere, si plasma in molteplici campi del fare umano e dà origine a diversi organismi e fronti di azione che si applicano nei propri campi specifici di attività con un obiettivo comune: umanizzare la terra, contribuendo così all'aumento della libertà e della felicità degli esseri umani. Inoltre hanno in comune la metodologia della Nonviolenza Attiva e propongono il cambiamento personale in funzione della trasformazione sociale.

Altri organismi che sono sorti dallo stesso Movimento Umanista sono la Convergenza delle Culture, il Partito Umanista, Mondo senza Guerre e senza Violenza e il Centro Mondiale di Studi Umanisti.³

3. Obiettivi

Gli obiettivi de *La Comunità (per lo sviluppo umano)* sono lo studio, lo sviluppo, la diffusione e l'insediamento di una nuova cultura basata sulle idee fondamentali dell'Umanesimo Universalista.⁴ *La Comunità* dà impulso a progetti nei differenti ambiti della vita personale e sociale, per l'applicazione concreta di questa nuova cultura.

4. Una nuova cultura

Questa nuova cultura sarà il correlato di una configurazione di coscienza avanzata nella quale ogni tipo di violenza produca ripugnanza. L'insediamento nelle società di tale strutturazione di coscienza nonviolenta sarà una conquista culturale profonda. Questo andrà al di là delle idee e delle emozioni che debolmente si manifestano nelle società attuali e comincerà a far parte della intelaiatura psicosomatica e psicosociale dell'essere umano.

D'altra parte l'equilibrio e lo sviluppo individuale e sociale possono raggiungersi se le persone acquisiscono **un senso coerente della vita**. Al contrario, ogni esistenza senza direzione o falsata nel proprio senso, genera sofferenza personale e collettiva. Il principio più importante che rappresenta questa cultura si enuncia così: "*Tratta gli altri come vorresti essere trattato*". Esistono anche altri principi di azione valida che servono da orientamento nella condotta e che vengono sviluppati più avanti.

L'atteggiamento umanista, aspetto essenziale di questa nuova cultura, al di là di ogni approccio teorico, può essere inteso come una "sensibilità", come un porsi di fronte al mondo umano in cui si riconosce l'intenzione e la libertà negli altri e in cui si assumono impegni di lotta nonviolenta contro la discriminazione e la violenza.

Questa nuova cultura si basa su una nuova concezione dell'essere umano dalla quale deriva una scala di valori, una metodologia di azione e un progetto personale e sociale.

5. Una scala di valori

I sei punti fondamentali di questa scala di valori sono:

- In primo luogo si ubica l'essere umano come valore e preoccupazione centrale, in modo tale che niente sia al di sopra dell'essere umano e che nessun essere umano sia al di sopra di un altro.
- In secondo luogo, si afferma l'uguaglianza di tutte le persone e pertanto si lavora per il superamento della semplice formalità di avere uguali diritti di fronte alla legge, per avanzare verso un mondo di uguali opportunità per tutti.
- In terzo luogo, si riconosce la diversità personale e culturale. Si affermano pertanto le caratteristiche proprie di ogni popolo, condannando ogni discriminazione che si realizzi in base a differenze economiche, razziali, etniche e culturali.
- In quarto luogo, si auspica ogni tendenza allo sviluppo della conoscenza al di sopra delle limitazioni imposte al pensiero da pregiudizi accettati come verità assolute e immutabili.
- In quinto luogo, si afferma la libertà di idee e credenze e, per ultimo:
 - si ripudia ogni forma di violenza, considerando non solamente la violenza fisica come fattore unico, ma anche la violenza economica, la violenza razziale, la violenza religiosa, la violenza morale e psicologica, come casi quotidiani e radicati in tutte le regioni del pianeta.

6. La metodologia d'azione: la nonviolenza attiva

La metodologia d'azione personale e sociale de La Comunità è chiamata "nonviolenza attiva" ed ha come principali strumenti:

- Il rifiuto e il vuoto alle diverse forme di discriminazione e di violenza.
- La non collaborazione con le pratiche violente.
- La denuncia di tutti i fatti di violenza e di discriminazione.
- La disobbedienza civile di fronte alla violenza istituzionalizzata.
- L'organizzazione e la mobilitazione sociale, volontaria e solidale.
- L'appoggio deciso a tutto ciò che favorisce la nonviolenza attiva.
- Il superamento delle radici della violenza in se stessi; lo sviluppo delle virtù personali e delle migliori e più profonde aspirazioni umane.

Secondo questa metodologia, l'azione per la trasformazione sociale non si oppone all'azione per la trasformazione personale. Al contrario, *La Comunità* le intende come intimamente vincolate e, di conseguenza, propone un agire simultaneo per superare tanto la violenza sociale (esterna) quanto la violenza personale (interna).

Si tratta in definitiva di un progetto personale e sociale che cerca di superare l'attuale crisi di violenza, disorientamento e mancanza di senso che soffre l'essere umano. Questo progetto si sintetizza nell'ideale di umanizzare la Terra.

La violenza nelle sue molteplici manifestazioni è una delle caratteristiche principali del sistema sociale attuale. Ogni conflitto, sia individuale che sociale, deriva dalla situazione di violenza. La violenza sta crescendo e invadendo tutti gli ambiti della vita personale, di gruppo e sociale; si è insediata nel pensare e nel sentire di una società, che pericolosamente l'osserva avanzare,

mentre si consolida una falsa ideologia che afferma: “Non esiste soluzione al problema della violenza”.

La soluzione al problema delle diverse forme di violenza esiste, e risiede nell’applicazione di una metodologia precisa: la “Metodologia della Nonviolenza Attiva”.

Nel capitolo “Temi formativi” di questo stesso libro si trova uno sviluppo del tema della nonviolenza attiva.

7. Partecipazione

La Comunità è un’organizzazione pubblica e aperta basata su criteri di amicizia, aiuto ed esperienza. I membri ne diffondono il messaggio in accordo ai mezzi sui quali possono contare e ne esplicitano con chiarezza le fonti di ispirazione, i fini e i procedimenti. La partecipazione è aperta ad ogni persona, senza discriminazione alcuna.

8. Organizzazione generale

In accordo al livello di sviluppo e crescita de La Comunità in ogni paese e al fine di facilitare lo sviluppo degli obiettivi in relazione con il loro ambiente, le Equipe de La Comunità tendono ad ottenere la propria legalizzazione come “associazione civile senza fini di lucro” (o figure similari, a seconda della normativa di ogni paese).

Gli statuti o carte organizzative di queste “associazioni civili senza fini di lucro” rifletteranno nella pratica, una organica, obiettivi e dei principi identici a quelli proposti nei materiali organizzativi ufficiali de La Comunità a livello mondiale.

La Comunità si organizza come una “Federazione Mondiale” che raggruppa tutte le Equipe de La Comunità del mondo:

“La Comunità per lo sviluppo umano”
Federazione Mondiale di Equipes de La Comunità (per lo sviluppo umano)
- Associazione Civile senza fini di lucro -

A livello di ogni paese e in accordo al suo grado di sviluppo, La Comunità sollecita il suo riconoscimento come istituzione culturale e sociale senza fini di lucro, dedicata al progresso umano.

Il modello organizzativo interno è delineato nel capitolo 2 di questo libro.

9. Bibliografia ufficiale e bibliografia raccomandata

La Comunità (per lo sviluppo umano) può contare su di una serie di materiali ufficiali e altri raccomandati.

Materiali ufficiali:

- Libro de La Comunità (Ed. 2009, attualizzato).
- Manuale di formazione personale per membri del Movimento Umanista. Centro di Studi Parco Punta de Vacas, 2009.
- Il Documento del Movimento Umanista, Silo (1992).⁵

Materiali raccomandati:

- Autoliberazione, Luis A. Amman.⁶
- Opere Complete, Vol. I e II, Silo.⁷

Esistono anche numerosi contributi che i membri de La Comunità stanno apportando nello sviluppo dei loro punti di vista e nella loro applicazione in campi specifici, contributi questi che amplieranno la bibliografia raccomandata.

10. Ubicazione rispetto a La Comunità

Il modo in cui un membro colloca La Comunità fra i suoi differenti interessi personali rappresenta un punto fondamentale. Se considera La Comunità come un oggetto sostituibile con altri, non otterrà che dei risultati occasionali. Se, invece, utilizza La Comunità come un riferimento vitale, i suoi differenti interessi personali si ordineranno in base a un criterio di priorità e acquisteranno coerenza. Utilizzare un riferimento fisso in un mondo personale e sociale in continuo cambiamento non limita possibilità ma piuttosto dà senso, concentra forze disperse e spinge allo sviluppo. Avere La Comunità come riferimento aiuta a superare il disorientamento.

Alcune persone potrebbero considerare le esperienze che si realizzano ne La Comunità da un punto di vista terapeutico. Se riflettessero correttamente, comprenderebbero che il loro equilibrio e sviluppo personale non sono una cosa che possa dipendere da una terapia ma è piuttosto una questione più profonda che sta in relazione con il senso della vita, con riferimenti chiari e con attività che trascendono la sfera personale. Nessuno risolve i propri problemi per il solo fatto di pensarci continuamente. È l'attività ben orientata quella che permette di superarli. Per questo non è tanto facile da portare avanti seguendo semplici proposte individuali, dev'esserci un'attività organizzata che serva da riferimento alle attività particolari e questo può farlo La Comunità.

11. Ubicazione de La Comunità nell'ambito sociale

La Comunità stimola i suoi membri alla partecipazione entusiasta negli ambiti in cui svolgono le proprie attività, sottolineando sempre la grande importanza della comunicazione e dell'interscambio tra persone impegnate in attività distinte.

12. Spiegazioni per i membri effettivi

Si riassumono qui alcune brevi spiegazioni che facilitano l'interpretazione e l'applicazione delle differenti parti e dei temi trattati in questo libro:

Su questo libro. Il presente materiale offre i seguenti vantaggi: 1° il suo utilizzo è semplice anche per i membri con poca esperienza, o con difficoltà nella trasmissione degli argomenti che ci riguardano; 2° è concepito affinché chi partecipa ai lavori de La Comunità prenda contatto con esperienze di cambiamento; 3° è integrato da elementi basilari sufficienti, dai quali può derivare una adeguata diffusione pubblica delle attività de La Comunità.

Sui temi formativi. Sono trattati nel capitolo 3. Sono brevi esposizioni che permettono a chi legge o ascolta di avvicinarsi allo spirito de La Comunità. Questi temi sono raggruppati per materie nel modo seguente: temi vari; temi su La Comunità; temi sulla violenza e la non-violenza; temi sulla sofferenza; temi sull'azione in generale e temi sull'azione valida.

Ogni tema formativo è un motivo di riflessione che occasionalmente si utilizza nelle riunioni ma che può essere studiato individualmente, discusso con altre persone, esposto in conferenze o, infine, utilizzato per ispirarsi nella produzione di materiali di chiarimento e di diffusione.

Le esperienze guidate

Le esperienze guidate operano con elementi trasferenziali e a volte catartici, generalmente presentati dando i contenenti, le connettive e le direzioni, di modo che i partecipanti possano completarle con i propri contenuti. Le resistenze che si presentano devono essere considerate come l'elemento più importante dell'esperienza guidata. Superarle è uno degli obiettivi trasferenziali.

Le esperienze guidate consistono in una serie di frasi mediante le quali si descrive la scenografia mentale nella quale il praticante si deve collocare, producendo climi affettivi che

permettono il sorgere dei nuclei dei problemi. Le frasi sono divise da capoversi che indicano all'istruttore di interrompere la lettura a seconda della difficoltà delle immagini. Gli asterischi (*) indicano invece intervalli prolungati di silenzio che l'istruttore deve seguire per dare al praticante l'opportunità di elaborare i nuclei del problema a seconda dei suoi particolari contenuti. Queste pause variano da alcuni secondi ad un massimo di due minuti.

Uno degli obiettivi dell'esperienza è individuare le resistenze, ma anche superarle.

Lo scambio di commenti sull'esperienza corrisponde a quella che in Operativa è nota come "discussione vigilica" e serve all'ampliamento e al cambiamento del punto di vista sulla propria esperienza.

La raccomandazione finale ha lo scopo di rinforzare l'elaborazione post-trasferenziale, enfatizzando il superamento delle resistenze. Quasi sempre si tratta di un invito ad osservare nella vita quotidiana e nella propria condotta il riflesso delle resistenze che si sono individuate nell'esperienza e, inoltre, comprovare i cambiamenti quando le resistenze sono state vinte.

Le esperienze guidate si trovano anche in formato digitale in differenti lingue e ambientate con effetti speciali che favoriscono la scenografia mentale e il clima affettivo nel quale si sviluppano.

13. Il simbolo

Interesse essenziale è cercare di cogliere la relazione tra il simbolo de La Comunità e l'esperienza interna che ci interessa e che permetterà l'identificazione di un "noi" con il simbolo. Di seguito si espongono, molto sommariamente, punti relativi ad alcuni significati del simbolo de La Comunità.

Il cerchio (e il suo campo interno) rappresentano l'insieme di persone che partecipano a La Comunità; il triangolo equilatero interno rappresenta ciò che sostiene questo insieme e il colore rosso-arancio rappresenta la direzione del servizio che questo insieme compie per un futuro umanizzato.

Ad un altro livello, più legato a principi come quelli di **azione valida**, associandolo ad atteggiamenti personali come la coerenza del **pensare, sentire e agire nella stessa direzione**, il nostro simbolo può essere d'aiuto come strumento per fare ordine o per ricordare.

D'altra parte questo simbolo sintetizza anche i valori che inquadrano il nostro lavoro di azione d'insieme: **Amicizia, Aiuto ed Esperienza** e i registri interni che aspiriamo a rinforzare, come quelli di **Pace, Forza e Allegria**.

CAPITOLO II – Organizzazione

Aspetti generali

Questi delineamenti hanno l'obiettivo di definire un modello organizzativo che favorisca la crescita de La Comunità in quanto a membri partecipanti, azione nel medio e diffusione geografica e culturale.

La Comunità è una organizzazione che ha carattere universale, in questo senso i suoi membri, indipendentemente dal luogo in cui agiscono, *si sentono parte di una stessa azione mondiale umanizzatrice* che si esprime in modo diverso ma convergente.

Le sue forme di partecipazione sono aperte e flessibili. Si tratta di una organizzazione a base umana nella quale ogni persona si fa responsabile di quello che sostiene e costruisce.

Le strutture basilari e fondamentali de La Comunità sono le "Equipe di Base de La Comunità" che sviluppano le loro attività a livello di quartiere, familiare, di gruppi di amici, scuole, università, città, in modo virtuale, per internet, ecc.

Membri e Gruppi

Qualsiasi persona che sia d'accordo con gli obiettivi di base de La Comunità può integrarsi all'organizzazione come membro aderente o come membro effettivo e così collaborare con le attività pianificate, partecipare alle riunioni di formazione e abilitazione, promuovere nuove azioni e partecipare attivamente all'organizzazione, espansione e direzione.

I **membri effettivi** sono parte dell'organica de La Comunità e partecipano alle riunioni, contribuiscono alla campagna economica annuale, aiutano la crescita e si abilitano in base ai lavori personali promossi da La Comunità. Eleggono tramite voto diretto i coordinatori delle Equipe di Base e i partecipanti alle Equipe di Coordinamento nazionale e mondiale. Danno anche impulso allo sviluppo e alla formazione di nuove Equipe di Base senza limitazioni geografiche.

I **membri aderenti** ricevono informazioni, partecipano alle attività e collaborano allo sviluppo de La Comunità, senza essere inclusi nell'organica.

Qualsiasi fronte di azione, organizzazione o gruppo che manifesta la sua adesione ai principi che ispirano La Comunità potrà sollecitarne l'inclusione come "aderente". In questo caso mantiene con essa relazioni di mutua collaborazione, senza perdere la propria identità.

I gruppi iniziali de La Comunità ("*gruppi promotori de La Comunità*") nascono quando un gruppo di persone comincia a riunirsi per lavorare in base al presente libro e agli altri libri e materiali ufficiali, sviluppando le attività che gli siano affini e che contribuiscano agli obiettivi generali de La Comunità. Questi gruppi iniziali sono coordinati in un primo momento da quella persona che ne ha promosso l'avvio e che li sviluppa seguendo gli obiettivi pianificati nei documenti e materiali ufficiali.

Le "Equipes di Base" de La Comunità

Quando i "*gruppi promotori de La Comunità*" raggiungono uno sviluppo minimo (approssimativamente 10 membri effettivi), una permanenza nelle riunioni e scelgono tramite votazione diretta uno dei membri affinché compia la funzione di coordinamento dell'équipe e di collegamento con la "Equipe di Coordinamento del paese o mondiale", si costituisce una "Equipe di Base de La Comunità" che da quel momento comincia a far parte dell'organica de La Comunità.

Le Equipes di Base si riuniscono periodicamente intorno ai materiali de La Comunità con l'obiettivo di organizzare attività di formazione e pratica della nonviolenza, di vuoto, denuncia e non-collaborazione con la violenza, di messa in moto di azioni esemplari nonviolente; inoltre i partecipanti si occupano anche del superamento della propria violenza interna. Le relazioni e le condotte personali e di gruppo delle equipe si basano sulla Regola d'Oro: "Tratta gli altri come vuoi essere trattato".

Esistono anche gruppi de La Comunità che sviluppano le loro attività in modo virtuale avvalendosi dell'uso delle nuove tecnologie via Web e Internet.

Dalla loro formazione, le equipe di base de La Comunità danno impulso alla messa in moto di tre meccanismi o funzioni basilari per il loro sviluppo:

- crescita: orienta l'azione verso altre persone, verso altre reti e organizzazioni, con l'obiettivo di far conoscere e dare impulso nella pratica a progetti, proposte e strumenti
- comunicazione: mantiene una fluida comunicazione e interscambio con altre equipe di base e con altre organizzazioni affini agli obiettivi
- formazione: si occupa della formazione progressiva dei membri, fornendo loro gli strumenti per il superamento della violenza interna ed esterna. Questi studi e pratiche si trovano sviluppati nei materiali principali.

Queste equipe de La Comunità possono generare vincoli con altri gruppi e organizzazioni del loro ambiente (interscambio, azioni d'insieme e collaborazione), ma per nessun motivo stabiliscono con essi relazioni organiche.

Nell'eventualità in cui membri effettivi o equipe di base incoraggino proposte, azioni o procedimenti che si oppongono chiaramente agli obiettivi de La Comunità, questa potrà togliere a detti membri o equipe di base il riconoscimento come partecipanti.

Il coordinamento locale e mondiale

A seconda di come si svilupperanno queste "equipe di base de La Comunità", si presenteranno necessità di coordinamento con altri gruppi de La Comunità che agiscono in una stessa nazione. In questo caso, una "Equipe di Coordinamento Nazionale" si fa carico di questa coordinazione. In una nazione devono esserci almeno quattro "Equipes di Base de La Comunità", per poter eleggere la "Equipe di Coordinamento Nazionale".

Queste "équipes di coordinamento nazionale" hanno come funzione quella di coordinare l'azione d'insieme (campagne, forum, risposte a situazioni di conflitto nel medio, ecc.); coordinare la risposta a necessità d'insieme; portare avanti compiti amministrativi e legali (se necessario); eleggere il proprio portavoce e coordinare le relazioni con la stampa e con altre organizzazioni.

Le "equipe di coordinamento di paese" sono formate da un massimo di 12 persone e un minimo di 4, elette per votazione diretta dai membri o soci effettivi.

Il coordinamento mondiale è responsabilità della "Equipe di Coordinamento Mondiale de La Comunità", formata da 12 membri, eletti ogni due anni per votazione diretta dai membri effettivi de La Comunità di tutto il mondo.

Nella formazione dell'Equipe di Coordinamento Mondiale va considerata la rappresentanza delle minoranze etniche, culturali e regionali.

L'Equipe di Coordinamento Mondiale ha la responsabilità della coordinazione generale mondiale e potrà proporre azioni d'insieme di differente ampiezza e portata.

I compiti dell'Equipe di Coordinamento Mondiale sono:

- Coordinamento di azioni d'insieme
- Coordinamento di risposte a necessità d'insieme.
- Informazione mondiale ai Gruppi di Base (Bollettino mondiale)
- Cura della rappresentanza e della partecipazione delle minoranze
- Web ufficiale (pagina web mondiale ufficiale in varie lingue nella quale si trovano i materiali ufficiali e tutta l'informazione mondiale necessaria)
- Comunicati mondiali ufficiali
- Relazione con altre organizzazioni a livello mondiale
- Ammissione di organizzazioni e/o fronti che agiscono a livello regionale o mondiale e che desiderano incorporarsi come "aderenti" a La Comunità.

Qualsiasi proposta o azione che includa la modifica dei materiali ufficiali o di importanti aspetti organizzativi dell'organismo, dovrà essere sottomessa alla votazione diretta di tutti i suoi membri.

Altri livelli di coordinamento, come quelli di città o regionali, si formeranno transitoriamente quando le necessità lo richiedano (azioni d'insieme, forum, campagne, ecc.), ma non avranno carattere permanente, come invece lo hanno le Equipe di Coordinamento di Paese e l'Equipe di Coordinamento Mondiale.

Sintetizzando questo punto, le équipes di Coordinamento Nazionale e l'Equipe di Coordinamento Mondiale sono organi permanenti di coordinazione, che si eleggono per voto diretto dei membri effettivi delle "Equipe di Base de La Comunità", mentre gli altri livelli di coordinamento (di città o regione) sono transitori e rispondono a necessità congiunturali. Per la formazione delle equipe di paese e della equipe mondiale, non ci sarà la possibilità di rielezione in periodi consecutivi.

Funzioni d'insieme

Le Equipes di Base de La Comunità, così come le Equipes di Coordinamento nazionale e mondiale potranno, se lo considerano necessario, definire funzioni che facilitano l'azione d'insieme, come:

- Funzione di portavoce: responsabile di rappresentare La Comunità in attività istituzionali, con la stampa e in ogni attività o situazione nella quale ci sia bisogno di esporre i punti di vista de La Comunità.
- Funzione di relazione con altre organizzazioni.
- Partecipazione delle minoranze
- Funzione legale e giuridica.
- Funzione stampa e diffusione.
- Altre funzioni ad-hoc.

Queste funzioni sono elette per votazione diretta dai membri delle rispettive équipes (di base, di coordinamento nazionale o mondiale), e hanno una durata di un anno nel caso delle équipes di base, e di due anni per le équipes di coordinamento di paese e mondiale. Queste funzioni sono esclusivamente di relazione con il medio, di servizio all'insieme e non di orientamento; rispondono a un mandato con delineamenti precisi e possono essere rilette.

Economie

La Comunità (per lo sviluppo umano) si autostiene con il contributo volontario dei suoi membri. Si realizza una campagna economica annuale per il sostegno delle attività d'insieme, alla quale partecipano tutti i membri effettivi del mondo. L'ammontare delle quote è definito dalle "équipes di coordinamento nazionali", prendendo come base una percentuale del salario medio del paese in questione.

La quota raccolta si distribuisce in modo proporzionale tra équipes di base, équipes di coordinamento nazionale ed équipe di coordinamento mondiale secondo proporzioni definite.

Si potranno anche organizzare raccolte occasionali, in base alle necessità che possono sorgere, nelle quali parteciperanno in modo volontario i membri effettivi e gli aderenti dell'organismo. L'ammontare di tali raccolte occasionali non potrà mai superare l'ammontare della quota annuale.

Coerentemente con una organizzazione a base umana, i fondi per il suo sostegno provengono dai suoi membri.

CAPITOLO III - Temi Formativi

A. Temi vari

Perché si considera impossibile raggiungere la felicità?

A volte per pregiudizio. Infatti, fin da piccoli ci hanno insegnato che vivere è quasi lo stesso che soffrire; che le cose si ottengono grazie alla sofferenza; che la sofferenza è saggezza, ecc.

Alcuni poi, affermano che la vita presenta inconvenienti non appena si prova a fare qualcosa... Rispetto a questa affermazione noi diciamo che non bisogna confondere gli inconvenienti, che possono essere ridotti alla loro reale dimensione e che a volte danno sapore alla vita, con la sofferenza, intesa come sensazione che accompagna la contraddizione profonda. E neppure dobbiamo confondere il dolore fisico con la sofferenza mentale.

Inoltre esistono persone che desiderano conservare la sofferenza. Questo fatto, a meno che non venga considerato in una prospettiva patologica, è apparentemente impossibile. Eppure quanti sono coloro che rifiutano la possibilità di un cambiamento positivo della loro vita perché sentono che soffrendo ricevono un qualche beneficio dal loro ambiente? Ma credere che la sofferenza porti un beneficio è una trappola della mente.

Infine ci sono coloro che, pur aspirando realmente alla felicità, non farebbero il minimo sforzo per raggiungerla; essa appare loro come un ideale desiderabile ma impossibile da realizzare.

Non si tratta di fraintendere quello che stiamo dicendo e supporre che la felicità sia raggiungibile una volta per tutte. Sappiamo che è possibile sconfiggere a poco a poco la sofferenza; sappiamo che si può raggiungere uno stato in cui l'accordo con noi stessi, la soddisfazione interna, cresce e sappiamo che questa crescita dipende da quanto riusciamo a chiarire in noi il reale senso della vita. Non stiamo parlando di cose impossibili. E non affermiamo neppure che quanto detto possa essere valido solo per una minoranza che abbia risolto i problemi materiali, perché l'esperienza non dimostra questo. L'esperienza dimostra invece che migliaia di persone si sono incamminate nella direzione che proponiamo perché hanno avvertito i benefici del nostro lavoro nella vita di tutti i giorni.

Le false soluzioni

Colui che dice: "Se avessi più soldi sarei felice!", dovrebbe, prima di fare questa affermazione, svolgere una piccola indagine fra coloro che hanno più soldi. Allora saprebbe che essi non hanno raggiunto la felicità.

Potremmo analizzare un lungo elenco di situazioni desiderabili, ma alla fine troveremmo sempre la sofferenza.

È chiaro che molti confondono un breve istante di felicità con uno stato di felicità che cresce con il passare del tempo.

Vediamo un esempio: un poeta può dire: "Mi basta guardare un fiore per essere felice". È possibile che guardando il fiore si senta felice... ma per un breve istante. Lo stesso vale per qualunque azione che dia piacere.

Il piacere dell'istante muore nell'istante. Invece lo stato di felicità, per piccolo che sia, se si protrae nel tempo, può crescere. Ma questa crescita è possibile solo se lo stato di felicità è orientato da un senso della vita e non da un atto che subito muore.

Noi non diciamo che il piacere è dannoso, diciamo che è breve. Diciamo che esso va bene nel momento in cui compare ma che non può dare fondamento alla vita.

È importante che un individuo sappia se la sua vita si fa più piena o più vuota con il passare del tempo. In questo modo potrà capire se la sua felicità cresce o diminuisce. Ma come fare per saperlo?

Bisogna imparare a paragonare in modo giusto i vari momenti della vita. Se i miei bei momenti sono attualmente meno belli di quelli di un altro periodo, qualcosa va male. Se essi sono migliori, sono su una buona strada.

Bisogna anche saper paragonare gli aspetti negativi. Se i miei momenti brutti sono peggiori di quelli di un altro periodo, qualcosa non funziona. Se questi momenti brutti non mi toccano come in altri periodi, significa che sto avanzando, che sto crescendo internamente.

Quando un nuovo senso della vita comincia ad orientare l'esistenza, il paragone tra i momenti passati positivi e quelli negativi lascia un saldo favorevole.

Ma se il risultato del paragone non è favorevole, è chiaro che, indipendentemente da quello che faccio, ho trovato false soluzioni che presto o tardi mi porteranno al non-senso.

Punti di Dottrina⁸

Possiamo sintetizzare la dottrina de La Comunità nei suoi punti principali: 1° L'essere umano tende a raggiungere la felicità. 2° Il dolore e la sofferenza si oppongono alla felicità. 3° Il dolore è fisico e il suo regresso dipende dall'evoluzione della società e della scienza. La sofferenza è mentale ed il suo regresso dipende dalla riconciliazione con se stessi. 4° Si soffre quando si vivono, si ricordano e si immaginano situazioni contraddittorie. Queste sono le tre vie della sofferenza. 5° Solo un vero senso della vita dà unità e riconciliazione, spezzando la contraddizione nelle tre vie.

Riassumendo: quando sorge il vero senso, l'essere umano si riconcilia con se stesso, facendo retrocedere la sofferenza e aprendo il cammino alla felicità.

Le Esperienze Guidate⁹

Le esperienze guidate permettono, a coloro che le praticano, di riconciliarsi con se stessi, superando le frustrazioni ed i risentimenti passati, ordinando le attività presenti e dando al futuro un senso che elimini le angustie, i timori e il disorientamento.

Le esperienze guidate, pur presentando una grande varietà, tendono tutte verso lo stesso obiettivo: indirizzare i pensieri verso i conflitti e le difficoltà, in modo che questi ultimi possano essere utilizzati e riorganizzati in modo positivo.

Potremmo definire le esperienze guidate come "modelli di meditazione dinamica, il cui oggetto è la vita di chi medita e la cui intenzione è individuare e superare i conflitti".

La Guida Interna

A volte l'essere umano si trova in momenti di solitudine in cui considera i propri dubbi e i propri progetti, stabilendo una specie di conversazione ad alta voce, come se parlasse con un altro. Questa conversazione ad alta voce però non è molto comune e normalmente l'individuo si pone domande e si risponde in silenzio, formulando desideri e talvolta pentendosi di aver agito male.

C'è chi immagina di rivolgere le proprie domande ai genitori, chi a persone amate o rispettate; in questa conversazione interna, in genere, non ci si preoccupa del fatto che le persone interrogate siano vive o no. A volte ci succede di chiederci che cosa avrebbe fatto un'altra persona se fosse stata al nostro posto. Altre volte ancora tendiamo a seguire esempi che consideriamo buoni ed imitiamo atteggiamenti e comportamenti buoni di altre persone; in queste occasioni, finiamo per immaginare un dialogo con esse.

Tutti questi casi rispondono ad un utile meccanismo interno dell'immaginazione: il meccanismo della guida interna.

Qualunque persona può avvertire che esistono in lei determinate guide interne per le quali ha una particolare preferenza. Riconoscere la o le guide che servono da riferimento è un lavoro molto interessante. Ma per portare avanti bene questo lavoro bisogna cercare un'immagine che possieda questi tre requisiti: 1° saggezza, 2° bontà e 3° forza. Se manca qualcuno di questi attributi, la relazione con l'immagine della guida non è costruttiva. Se non troviamo una persona reale che possieda questi requisiti, possiamo immaginarne una che li abbia, senza curarci del fatto che sia morta o che non esista. Nei momenti di dubbio o di confusione è un grande aiuto potersi mettere in contatto con la guida interna, perché essa ci offre risposte e compagnia.

Gli Aforismi

Svilupperemo ora alcune idee che si trovano sintetizzate in brevi frasi che chiamiamo "aforismi".

Il primo aforisma dice: "I pensieri producono e attraggono azioni".

Che cosa s'intende dire con "i pensieri producono e attraggono azioni"? Si intende dire che nella vita si agisce secondo ciò che si sente, si ricorda o si immagina. È evidente che io svolgerò una qualunque attività sulla base di quanto ho appreso e sperimentato e che i risultati che otterrò dipenderanno dalla chiarezza dei miei progetti. Se i miei pensieri sono confusi, è probabile che anche le mie azioni lo saranno, e così via. Prendiamo ora in considerazione l'altra parte dell'aforisma: "I pensieri attraggono azioni". Qui si intende dire che se i miei pensieri hanno prodotto azioni, per esempio, confuse, si creerà confusione nell'insieme delle mie attività e nelle persone con cui mi relaziono. Come conseguenza si riverseranno su di me risultati confusi.

Se penso e agisco con risentimento, sicuramente creerò e attrarrò verso di me azioni di questo tipo da parte di altre persone.

Basta che una persona creda nella sua "cattiva sorte" perché le sue azioni e quelle degli altri finiscano per produrre ciò di cui è convinta.

Un altro aforisma dice: "I pensieri con fede producono e attraggono azioni più forti".

"Fede" significa convinzione, sentimento forte, sicurezza che una cosa sia come si crede che è. Pensare con la mente piena di dubbi non è la stessa cosa che pensare con la forza delle emozioni. Per comprendere questo che stiamo dicendo è sufficiente osservare di che cosa è capace un sentimento forte come l'amore.

Il terzo aforisma dice: "I pensieri ripetuti con fede producono e attraggono azioni che hanno la forza massima".

Quanto più si ripete una cosa più si imprime in memoria più forti si fanno le abitudini, e quindi uno si predispone di più alle azioni future in quella direzione. Se qualcuno pensa continuamente con fede di essere ammalato, finirà con l'ammalarsi con una probabilità maggiore che se ci pensasse solo fuggacemente o senza convinzione. Quanto detto vale anche per i progetti che faccio nella vita, essi debbono essere pensati con chiarezza e con fede e debbono essere considerati ripetutamente. Se questo succede, le mie azioni prenderanno la direzione dei miei progetti ed io creerò, nel mio ambiente e nelle persone che mi circondano, risposte in accordo con ciò che mi interessa fare.

B. Temi su La Comunità

La Comunità come aiuto

Anche se una persona comprende la dottrina de La Comunità ed è completamente d'accordo con essa, non necessariamente potrà sperimentare un cambiamento positivo nella vita. È chiaro, infatti, che se quella persona non agisce, le sue rimarranno solo delle buone intenzioni.

Può anche succedere che quella persona cerchi da sola di studiare su se stessa la validità dei temi proposti da La Comunità e di effettuare per proprio conto delle esperienze per modificare la sua condotta e le sue abitudini mentali che la portano a soffrire; tuttavia, nonostante il suo proposito, le può succedere di trovarsi, dopo poco tempo, ad aver dimenticato tutto ciò che si era proposta, oppure di accorgersi che le risulta molto difficile sostenere un'attività continuativa e mantenere una direzione di progresso.

L'impossibilità di fare da soli qualcosa in questo senso è una conseguenza del peso delle abitudini acquisite durante la vita; sono esse che lo obbligano a fare il contrario di quello che stiamo considerando.

La sfortunata conclusione che si può trarre da questo discorso può essere espressa così: non è possibile produrre con continuità dei cambiamenti profondi, contro le abitudini acquisite, senza l'aiuto di altre persone che vanno nella stessa direzione. Si può discutere questa affermazione quanto si vuole, però l'esperienza insegna che se le abitudini acquisite sono forti e inoltre si vive in un ambiente che propone sempre le stesse situazioni, l'individuo non può trasformare se stesso da solo e quindi non può superare da solo la sofferenza.

Quanto detto fin qui spiega perché è necessario un lavoro organizzato, un lavoro d'insieme, e quindi perché è stata creata La Comunità, che è il migliore strumento per poter offrire un aiuto in questo campo.

Le riunioni vengono effettuate regolarmente ed hanno lo scopo di approfondire la conoscenza e il cambiamento positivo, aiutando a mantenere nella vita quotidiana l'impulso necessario affinché ogni persona possa avanzare.

I lavori de La Comunità non sono una terapia

Vi sono persone che considerano le esperienze ed i lavori che vengono realizzati ne La Comunità sotto un aspetto terapeutico. Usare questo punto di vista non solo è scorretto, ma rende sterile in quelle persone ogni possibilità di vera partecipazione alle attività d'insieme. Esse assumono infatti un atteggiamento passivo, come se fossero pazienti che si sottopongono ad una sorta di "trattamento" della loro malattia. Ma se riflettessero correttamente, quelle persone comprenderebbero che il loro equilibrio ed il loro sviluppo non possono essere raggiunti attraverso una terapia, perché sono legati a questioni più profonde riferite nientemeno che al senso della vita, a regole chiare, all'impegno in attività che trascendono l'individuo.

Nessuno può risolvere nemmeno i suoi piccoli problemi per il solo fatto di pensare continuamente ad essi. Solo un'attività ben orientata permette di superare i problemi, ma questa non è facile da portare avanti in base a semplici proposte individuali. È necessario un lavoro organizzato che serva da riferimento alle diverse attività; ma questo tipo di lavoro somiglia di più ad una guida nella vita che ad una terapia.

C. Temi sulla violenza e la nonviolenza

La situazione sociale attuale

La violenza nelle sue molteplici manifestazioni è una delle caratteristiche principali del sistema sociale attuale.

Ogni conflitto individuale e sociale deriva da una situazione di violenza.

La violenza sta crescendo e invadendo tutti gli ordini della vita personale, di gruppo e sociale

- Quando parliamo di violenza non ci stiamo riferendo solamente alla sua espressione più grossolana, che è la violenza fisica, che riconosciamo nella guerra, nella tortura, negli attentati, negli assassinii, nell'aggressione delittuosa e nella punizione corporale.
- Esiste anche una violenza economica, che si riflette oggi nello sfruttamento, nella disoccupazione, nella sotto-occupazione, nella concentrazione della ricchezza e nella speculazione finanziaria.
- Esiste anche una violenza razziale, conosciuta come discriminazione, segregazione e xenofobia.
- Esiste anche una violenza religiosa conosciuta come fanatismo o intolleranza.
- La violenza cresce anche nelle relazioni familiari, nei quartieri, nella scuola, nell'università e sul lavoro.
- C'è violenza anche quando si discriminano le donne o i giovani, limitandone la partecipazione sociale.
- Cresce la violenza psicologica, interna e personale, che si riflette nella incapacità di comunicare, nell'isolamento, nella rassegnazione e nella mancanza di senso.

In un contesto sociale con queste caratteristiche, gli individui e i gruppi sociali sottomessi nella loro quotidianità a pressioni psicologiche inumane, di sfruttamento, discriminazione o intolleranza, tendono a rispondere meccanicamente in modo violento, aumentando una spirale di violenza crescente.

Nella nostra società crescono anche in modo sproporzionato le malattie mentali, il suicidio, l'emarginazione e l'isolamento come espressioni e sintomi di una violenza e di una sofferenza interna in cui gli individui non trovano risposte valide e risoltrici ai propri problemi.

La violenza non solo si è insediata negli spazi di potere e decisione sociale ma anche all'interno di ogni individuo, nelle relazioni personali e nei diversi gruppi sociali (indipendentemente dalla loro condizione sociale o economica).

La Comunità spiega che la violenza è l'espressione personale e sociale di un sistema di vita inumano, è l'espressione di una direzione di vita contraddittoria. È, in sintesi, la manifestazione di una decadente "cultura materialista" che è necessario trasformare.

La violenza è personale e sociale, è oggi un problema di tutti.

La violenza si è insediata nel pensare e sentire di una società che pericolosamente l'osserva avanzare mentre si consolida la "falsa ideologia" del "non esiste soluzione al problema della violenza".

Che succederà se questa forma violenta di pensare, sentire e agire finirà con l'imporsi?

Che succederà se questa "cultura violenta" finirà per consolidarsi facendo desistere ogni tentativo di costruzione solidale?

Succederà che crescerà la destrutturazione personale e sociale verso limiti inaspettati, aumentando il caos e l'incertezza, differenziando, isolando e contrapponendo tra loro gruppi e persone che crederanno che non ci sia via d'uscita.

Però, simultaneamente a questo processo di crescita delle differenti forme di violenza, cominciano anche a prendere forza nella società nuove risposte personali e di gruppo basate su valori di pace, solidarietà e nonviolenza, come segni di una "nuova cultura" in gestazione.

Trasformazione sociale e sviluppo personale

Dalla sua nascita, il *Movimento Umanista* ha considerato tanto il cambiamento della struttura sociale e degli individui, quanto la relazione tra entrambi i termini. In accordo con questo sguardo, La Comunità per lo sviluppo umano propone lo sviluppo personale in funzione della trasformazione sociale.

E a cosa mira tutto questo? Mira alla trasformazione sociale, all'umanizzazione del mondo, ad avanzare dal campo del determinismo al campo della libertà, ad avanzare nella felicità e nella libertà dell'essere umano.

Per secoli le dottrine, le filosofie e le ideologie hanno proposto la trasformazione degli individui e della società in modo dissociato. Alcuni hanno affermato che gli individui per prima cosa dovevano sperimentare una trasformazione personale (per esempio, non avere difetti) prima di cercare di trasformare la società. A volte questa proposta prese la forma di Comunità "Ideali" chiuse che, separate dal mondo, cercarono di raggiungere tale cambiamento. E fallirono.

Altri misero l'enfasi nel cambiare prima la società attraverso un nuovo ordine politico, economico, culturale, ecc. Da questo sarebbe dovuto sorgere un nuovo tipo di individuo (per esempio, spinto fortemente da un'etica personale diretta alla solidarietà e al bene comune, ecc.). Questo sarebbe dovuto succedere in modo naturale, come una mela cresce da un melo. E anch'essi fallirono.

Sia che la trasformazione individuale si ubichi prima o dopo la trasformazione sociale, in ogni caso vediamo che la proposta è in termini sequenziali: prima una cosa, poi l'altra. Qualcosa o qualcuno deve aspettare fino a che qualcuno o qualcosa raggiungano certe condizioni. Qualcosa o qualcuno deve essere posticipato. Come dire che la trasformazione sociale deve aspettare fino a che uno o molti individui siano pronti (pertanto capaci di guidare o cambiare gli altri); oppure che gli individui devono "sacrificarsi" per una causa sociale che produrrà benefici futuri.

Queste proposte costituiscono una trappola soggettiva per la quale gli individui devono "sacrificare" il loro presente per qualcosa che può succedere (o no). L'inconveniente di tale forma di pensare è chiara: la sofferenza continua fino a che non si raggiungano certe condizioni prestabilite (a volte chiamate "oggettive"). Ma, al di là di questo, di per sé sufficiente per squalificare tali proposte, la storia ha mostrato che hanno fallito o, per lo meno, che le cose non hanno funzionato in modo consequenziale.

La trasformazione deve essere simultanea, mondiale, strutturale; oppure non ci sarà. Abbondano gli esempi di buoni ideali sociali rovinati dagli individui che li hanno portati avanti e di ricerche individuali di perfezione che mai raccolsero frutti sociali. Al contrario, il *Movimento Umanista* propone una trasformazione simultanea sia dell'individuo che della società. Vale a dire non posporre l'individuo né la trasformazione sociale, ma sviluppare entrambi gli aspetti nello stesso tempo.

Coloro che lavorano per una causa sociale senza la dovuta considerazione per il loro sviluppo personale (ossia, senza umanizzarsi), prima o poi si bloccheranno con ostacoli e limiti personali. Una volta raggiunti i limiti delle loro possibilità come attivisti della nonviolenza, abbandoneranno le loro intenzioni o si stancheranno, compromettendo così con i propri limiti tutto quello che hanno fatto.

D'altra parte, coloro che si concentrano solo sul proprio sviluppo personale (si chiami questo "realizzazione", "salvazione", "illuminazione", o simili), senza la dovuta considerazione per il dolore e la sofferenza altrui, non raggiungeranno mai quello che desiderano, visto che la loro chiusura, essendo una condizione psicologica negativa, genera distorsioni mentali ed emotive che impediscono il proposito stesso del loro preteso sviluppo personale (per esempio intolleranza, debolezza, bigottismo, egoismo, ecc.). Di fatto, se prendiamo in considerazione i più alti esempi individuali di sviluppo personale, vediamo sempre una spiritualità accompagnata ad un elevato livello di compromissione con altri.

Conseguentemente, il *Movimento Umanista* propone una trasformazione simultanea dell'individuo e della società. Questo ha almeno due significati. Uno è riferito ai membri del *Movimento Umanista* che, nella misura in cui lavorano umanizzando la società, realizzano anche il loro lavoro di sviluppo personale.¹⁰ L'altro significato riporta alla proposta del *Movimento Umanista* per la società in generale e gli individui in particolare. Anche se il *Movimento Umanista* non può contare su piani dettagliati per un futuro lontano, nella misura in cui cresca la sua capacità di trasformare la società, svilupperà i mezzi per promuovere il cambiamento degli individui (per esempio, ponendo i mezzi di comunicazione di massa, l'educazione, ecc. al servizio dell'umanizzazione).

L'assenza di un "manuale" concepito previamente non toglie validità alcuna alla proposta. Al contrario, vi aggiunge il vantaggio di non impedirne il raggiungimento con ricette e formule dettagliate che potrebbero risultare inadeguate nelle future condizioni in cui dovranno essere applicate.

I membri del *Movimento Umanista* si rafforzano grazie al loro sviluppo personale dotando la loro azione sociale di un senso che è sia sociale che personale; e lo sviluppo personale non si ferma, perché lavorare per la libertà e la felicità di altri amplia, dà riferimento e fondamento a tale sviluppo. Questo ci riporta alla Azione Valida, tema che tratteremo separatamente.

La violenza e le sue forme. Generalità

"L'esistenza umana si sviluppa tra contraddizioni che le condizioni storiche impongono sia a livello sociale e sia personale".

"La contraddizione ha il suo correlato personale nel registro di sofferenza. Perciò, di fronte a condizioni sociali contraddittorie, l'essere umano individualmente identifica la propria sofferenza con quella di insiemi umani sottomessi alla stessa condizione".

"La contraddizione sociale è un prodotto della violenza. L'appropriazione del tutto sociale ad opera di una parte dello stesso è violenza e questa violenza sta alla base della contraddizione e della sofferenza".

"La violenza si manifesta come appropriarsi dell'intenzionalità dell'altro (e, certamente, della sua libertà); come l'azione di sommergere l'essere umano, o gli insiemi umani, nel mondo della natura".

"Le diverse forme di violenza (fisica, economica, razziale, religiosa), sono espressioni della negazione dell'umano nell'altro".

"Nel campo delle relazioni interpersonali, l'oggettificazione dell'altro; la negazione (o appropriazione) di tutti o di alcuni aspetti della sua intenzionalità, sono un fattore di sofferenza. In tutti i casi ci sono oppressori e oppressi, discriminatori e discriminati".

"La sofferenza personale e sociale deve essere superata dalla modifica dei fattori di appropriazione illegale e violenta che hanno portato la contraddizione nel mondo. Questa lotta per il superamento della sofferenza dà continuità al processo storico e senso all'essere umano, giacché afferma la sua intenzionalità negata da altri".

"La lotta per l'umanizzazione del mondo (naturale e sociale), si accumula e sviluppa nei suoi risultati come progresso. Però il fatto che le società non si trovino in uno stesso schema e processo di sviluppo, ma in differenti vie di progresso, fa sì che le condizioni di liberazione siano sempre a portata di mano e non in un lontano futuro nel quale si diano supposte "condizioni oggettive".¹¹

Vediamo le più diffuse forme di violenza: la violenza fisica, economica, razziale, religiosa e psicologica.

Chi faccia qualcosa che provochi danno fisico, corporale, ad altri, esercita **violenza fisica**. Ossia, quando si infligge dolore, si compromettono funzioni vitali o, in ultima istanza, si provochi la morte.

I seguenti sono esempi che possono essere visti principalmente come violenza fisica, anche se possono essere accompagnati da altre forme di violenza: la guerra, il terrorismo, l'omicidio, l'aggressione fisica, la tortura, il picchiare mogli o bimbi, la fame diffusa, le malattie endemiche, le

malattie sociali, il suicidio, i disordini sociali, la contaminazione di risorse naturali, la commercializzazione deliberata di medicine pericolose, ecc.

Alcuni casi di violenza sono causati da colpevole incompetenza o negligenza, o dovuti alla mancanza di disposizioni per prevenirli, o alla deviazione verso altre aree di interesse di risorse atte alla prevenzione, ecc.

Chi faccia qualcosa che provochi danno ad altri nei suoi legittimi diritti economici, esercita **violenza economica**. In altri termini, quando si attenta contro il sostentamento e le condizioni minime di vita di altri, quando li si spoglia delle loro legittime entrate o proprietà, ecc.

I seguenti sono esempi che possono essere visti principalmente come violenza economica, anche se accompagnati da altre forme di violenza: la monopolizzazione, lo sfruttamento del lavoro garantito, le frodi, la corruzione, l'adulterazione dei beni di consumo, il fissare prezzi eccessivi, il pagare retribuzioni inique, la speculazione, il furto, il peculato, il mercato nero, l'estorsione, l'usura, l'accaparramento speculativo, ecc.

Alcuni casi di violenza sono causati da colpevole incompetenza o negligenza, o dovuti alla mancanza di buona volontà per prevenirli, o alla deviazione verso altre aree di interesse di risorse atte alla prevenzione, ecc.

Chi faccia qualcosa che provochi un danno ad altri per via del credo che professano, o perché non ne professano alcuno, esercita **violenza religiosa**. Questo si dà quando le aggressioni si fondano sulla differenza delle credenze o pratiche religiose, o quando una fazione danneggia un'altra perché quest'ultima non accetta i mandati religiosi della prima, o semplicemente quando alcuni diventano il bersaglio di altri per il fatto di non avere nessuna credenza o pratica religiosa, ecc.

I seguenti sono esempi che possono essere visti principalmente come violenza religiosa, anche se accompagnati da altre forme di violenza: l'intolleranza religiosa, l'oscurantismo, il fanatismo, la persecuzione, la diffamazione, l'intoccabilità, la discriminazione di caste, l'inquisizione, la scomunica, la censura, le guerre sante, l'imposizione di una religione ufficiale, il rogo delle vedove, ecc.

Ci sono molte altre forme di violenza religiosa che coartano la libertà, la felicità e lo sviluppo dell'essere umano, creando così divisioni tra le persone, bloccando percorsi positivi di ricerca scientifica e progresso sociale, giustificando (o non condannando) leggi e pratiche disumane, restringendo la libertà per sanzione "divina" attraverso varie minacce e violenze.

Chi faccia qualcosa che provochi danno ad altri per via della sua origine etnica, espressa attraverso caratteristiche fisiche, di costume, ecc., esercita **violenza razziale**. Questo si dà quando un gruppo o una persona danneggiano altri perché questi ultimi hanno, per esempio, un aspetto fisico esterno che differisce dai primi.

I seguenti sono esempi che possono essere visti principalmente come violenza razziale, anche se accompagnati da altre forme di violenza: la schiavitù, la discriminazione, la segregazione, l'apartheid, i pogrom, le teorie di supremazia o inferiorità razziale, ecc.

Altre forme di razzismo non sono tanto evidenti, come inviare per primi sul campo di battaglia alcuni "tipi razziali", o presentarli attraverso i mezzi di comunicazione di massa in modo sfavorevole (parziale, ridicolo, strano, ecc.), o applicando standard differenti a "razze" diverse, ecc.

Chi faccia qualcosa che provochi danno ad altri, psicologicamente, mentalmente, moralmente o emotivamente, esercita **violenza psicologica**. Cioè chi pregiudica l'unità interna di altri, il loro equilibrio, la loro pace interiore, ecc.

I seguenti sono esempi che possono essere visti principalmente come violenza psicologica, anche se possono essere accompagnati da altre forme di violenza: le minacce, il provocare paura o odio, l'imposizione di ideologie, la propaganda falsa o negativa, la promozione di falsi valori di vita attraverso i mezzi di comunicazione di massa, l'educazione pregiudiziale o tendenziosa, la censura di intere aree della conoscenza e della cultura, la disinformazione, il nichilismo, ecc.

La violenza psicologica è molto presente quando uno stile di vita, un credo, una occupazione, certi costumi, ecc., sono imposti ad altri. Vale a dire imporre il proprio modello mediante coercizione, ricatto, manipolazione o ignoranza (promossa o esistente). Spesso molte di queste cose succedono sotto l'apparenza di "educazione".

Infine, possiamo anche parlare di **violenza morale**. È una forma di violenza nella quale incorre chi sia complice di qualsiasi forma di violenza. Ha vari gradi, però chiunque, anche se non direttamente coinvolto, promuove, consente o non fa nulla per evitare o fermare una violenza, è anch'egli responsabile della violenza e delle sue conseguenze.

Di fatto, il *Movimento Umanista* è un mezzo organizzato per lottare contro tutte le forme di violenza che prevalgono nella società. Di conseguenza, una delle prime cose che fa un nuovo membro è smettere di essere un testimone passivo della violenza e cominciare a trasformare le condizioni violente attraverso la nonviolenza attiva.

Di seguito sono sviluppati alcuni brevi temi formativi rispetto alla violenza, un possibile modo di affrontare il loro studio ed esercizio è:

a) Leggere a voce alta e lentamente; b) Fare commenti su ogni punto (per esempio chiedersi perché o come mai succede quanto si è detto). c) Conversare e dibattere ogni punto con un altro membro; d) Individuare casi di violenza in qualsiasi rivista, giornale, film, libro, ecc.; e) Citare casi di violenza nella vita quotidiana, nella storia, ecc.; f) Fare proposte per opporre resistenza alla violenza con la nonviolenza attiva.

Che cos'è la violenza?

In termini molto semplici, la violenza è tutto quello che danneggia le persone. C'è una nozione ingenua generalizzata secondo la quale la violenza è solo fisica. La violenza è percepita nella sua cruda espressione fisica, ignorando le altre forme di violenza che esistono nella società.

Però si esercita violenza anche quando si negano la libertà, le intenzioni e le scelte delle persone. Questo succede quando le persone sono trattate come oggetti, come cose che non hanno alcuna intenzione propria e sono usate a beneficio di altri, convertendole in strumenti del loro interesse.

Nel *Movimento Umanista* distinguiamo le diverse forme di violenza e cerchiamo di comprenderle alla radice.

La disumanizzazione è presente in tutto il mondo e ha molte espressioni. La violenza è una delle manifestazioni essenziali della disumanizzazione. Per lottare per l'umanizzazione in modo non violento, per superare la disumanizzazione, è importante imparare a riconoscere le diverse forme di violenza che esistono intorno a noi. La nostra posizione è quella di usare ogni forma di nonviolenza per affrontare e superare la disumanizzazione.

La violenza può essere divisa in violenza esterna e violenza interna. La violenza esterna è sociale e interpersonale; comprende le varie forme di violenza che qualsiasi individuo soffre o esercita su altri; la violenza all'interno di gruppi umani o tra gruppi umani. D'altra parte la violenza interna è la violenza che qualsiasi individuo soffre come esperienza personale ed emotiva.

Le varie forme di violenza sono: fisica, economica, razziale, psicologica, religiosa, morale e interna.

Le esamineremo una alla volta nelle riunioni periodiche.

Violenza Economica

La violenza economica è una delle molte forme di violenza che si manifestano nei gruppi umani (violenza sociale) e tra individui (violenza interpersonale).

Chi faccia qualcosa che provochi danno ad altri nei loro legittimi diritti economici, esercita violenza economica. In altri termini, quando si attenta contro il sostentamento e le condizioni di vita minime di altri, quando li si spoglia delle loro legittime entrate o proprietà, ecc.

Certamente il danno economico può anche essere accompagnato da altri tipi di danno, ossia fisico, psicologico, ecc. Però ora stiamo trattando l'aspetto economico della violenza sofferta o esercitata.

I seguenti sono esempi che possono essere visti principalmente come violenza economica, anche se accompagnati da altre forme di violenza: la monopolizzazione, lo sfruttamento, lo sfruttamento del lavoro garantito, le frodi, la corruzione, l'adulterazione di prodotti di consumo, il fissare prezzi eccessivi, il pagare retribuzioni inique, la speculazione, il furto, il peculato, il mercato nero, l'estorsione, l'usura, l'accaparramento speculatore, ecc.

Alcuni casi di violenza economica sono causati da colpevole incompetenza o negligenza o dovuti alla mancanza di disposizioni per prevenirli o alla deviazione verso altre aree di interesse di risorse atte alla prevenzione, ecc.

La Comunità si oppone all'uso della violenza come mezzo per conseguire qualsiasi fine. Si oppone alla violenza attraverso la nonviolenza attiva.

Violenza fisica

La violenza fisica è una delle molte forme di violenza che si manifestano nei gruppi umani (violenza sociale) e tra individui (violenza interpersonale).

Chi faccia qualcosa che provochi danno fisico, corporale ad altri, esercita violenza fisica. Quando si infligge dolore, si deteriorano funzioni vitali o, in ultima istanza, si provoca la morte.

Certamente il danno fisico potrebbe essere accompagnato anche da altri tipi di danno, come quello economico, psicologico, ecc. Però ora stiamo trattando l'aspetto fisico della violenza sofferta o esercitata.

I seguenti sono esempi che possono essere visti principalmente come violenza fisica, anche se possono essere accompagnati da altre forme di violenza: la guerra, il terrorismo, l'omicidio, l'aggressione fisica, la tortura, picchiare mogli o bimbi, la fame diffusa, le malattie endemiche, le malattie sociali, il suicidio, i disordini sociali, la contaminazione di risorse naturali, la commercializzazione deliberata di medicine pericolose, ecc.

Alcuni casi di violenza sono dovuti a colpevole incompetenza o negligenza o alla mancanza di disposizioni per prevenirli o alla deviazione verso altre aree di interesse di risorse atte alla prevenzione, ecc.

La Comunità si oppone all'uso della violenza come mezzo per conseguire qualsiasi fine. Si oppone alla violenza attraverso la nonviolenza attiva.

Violenza interna

La violenza interna (o personale) è la violenza che qualsiasi individuo soffre come esperienza mentale ed emotiva. È un'esperienza sgradevole composita, nella quale sorgono idee ed emozioni negative, tensioni fisiche e disturbi nella persona colpita.

È uno stato nel quale la persona soffre ogni tipo di squilibri (mentali, emotivi e fisici) e mancanza di armonia a vari livelli di intensità.

È il contrario di pace, tranquillità, stabilità, calma, equanimità, armonia, equilibrio, serenità, ecc. Inoltre, è l'assenza di un crescente senso di felicità e di libertà interna, di fede in se stessi, in altri e nel futuro. È il contrario di pace, forza interiore e allegria.

Sono diverse manifestazioni di casi di violenza interna: l'odio; la diffidenza; il pregiudizio; il risentimento; la frustrazione; i ricordi negativi; il disorientamento; l'insicurezza; l'indecisione; la chiusura; la mancanza di comunicazione; le paure (di perdere cose, della malattia, della vecchiaia, della morte, ecc.); il cinismo; il pessimismo; la negatività; la mancanza di fede in se stessi o in altri o nel futuro; la mancanza di un proposito nella vita; i falsi propositi di vita; le ossessioni; le compulsioni; il nichilismo; il disaccordo tra idee, sentimenti e azioni; le tensioni; le contraddizioni; ecc.

Tutto quanto detto precedentemente è chiamato genericamente sofferenza. Si soffre per quello che noi crediamo ci stia succedendo, per quello che crediamo ci sia successo o per quello che crediamo ci succederà. Pertanto, la violenza interna ha tre origini principali nell'individuo:

A) le frustrazioni passate, i risentimenti e le memorie negative con cui le persone non hanno potuto riconciliarsi;

B) il disorientamento attuale, le priorità e i valori poco chiari o confusi, la mancanza di affermazione, le difficoltà di comportamento, i problemi con l'immagine di sé o con i propri atteggiamenti, ecc.;

C) le incertezze e le paure rispetto al futuro.

Certamente, avere un proposito o un senso nella vita, gioca un ruolo cruciale nel generare o no violenza interna e nel modo in cui gli esseri umani trattano le proprie paure principali, ovvero la paura della morte, della vecchiaia, della povertà e della solitudine.

La violenza interna si manifesta principalmente in due modi: a) come disturbi fisici e malattie e b) come violenza esterna, vale a dire l'aggressione di altri.

La Comunità fornisce utili riferimenti per superare la violenza interna mentre, allo stesso tempo, lavora per superare la violenza esterna nella società.

Violenza interna ed esterna: interazione

Abbiamo già visto le forme interne ed esterne di violenza. Vediamo ora come interagiscono.

La violenza interna che soffriamo (o esercitiamo) è strettamente relazionata alle diverse forme di violenza esterna prevalenti nella società.

La violenza "personale" che soffriamo si ridurrebbe, o per lo meno sarebbe differente, se la nostra società fosse differente (per esempio giusta, sicura, educata o umanizzata).

Gli stessi problemi della nostra violenza personale sono grandemente od occasionalmente dovuti all'influsso di problemi esterni sociali, culturali, economici, ecc. Se questi ultimi fossero differenti o risolti, la violenza personale che soffriamo cambierebbe o scomparirebbe.

La nostra violenza personale non può essere compresa prescindendo dai fattori di condizionamento esterno, né può essere risolta isolatamente. La soluzione è quella di unire i propri sforzi a quelli di altri per far scomparire la violenza nella società, mentre lavoriamo per superare le radici interne della violenza, come la paura della morte, della malattia, della povertà e della solitudine.

In altre parole, stiamo dicendo che le varie forme di violenza che prevalgono nella società creano condizioni per le quali gli individui soffrono certe forme di violenza interna, personale. Questa è la ragione per la quale molti sentimenti di colpa, di fallimento o di inettitudine, diminuiscono o si proporzionano quando le persone si rendono conto del fatto che il loro non è un problema tanto

particolare, sofferto solamente da loro, ma che è anche un problema sociale condiviso con molti altri, sotto la pressione di una società che è costruita e funziona in un certo modo.

Molti si rendono conto del fatto che non soffrono certi problemi perché loro sono tanto speciali, particolari, strani o anomali; ma perché il sistema nel quale vivono si scontra con le loro legittime aspirazioni, valori, comportamenti, ecc. ed esercita una forte pressione su ogni individuo affinché si adegui allo stabilito o paghi moltissimo per il fatto di essersi ribellato o di non essere riuscito ad adattarsi al sistema. Pertanto, molte volte la chiave del problema sta in un sistema disumanizzante, e non nella persona che ne soffre la violenza, la quale, ad ogni modo, dovrà trovare una via d'uscita alla violenza personale che sperimenta.

Così succede che le persone che prendono coscienza di questo fatto, a volte scelgono la via del risentimento, dell'ipocrisia, del cinismo, dell'isolamento o della violenza per affrontare un sistema violento che percepiscono come la fonte della loro violenza interna. Queste sono tutte messe a fuoco equivoche che una persona può dare per affrontare il cambiamento personale o sociale, perché la sua situazione interna non le permette di scegliere liberamente la soluzione migliore. È come se la violenza interna scegliesse per quella persona.

Quanto detto finora ci mostra che cosa può succedere con la violenza che si soffre internamente: non rimane all'interno della persona ma si manifesta, si esprime esternamente in molti modi possibili, nel campo delle relazioni interpersonali quotidiane. La violenza interna che ha alcune radici nella società è reinmessa nella società come violenza interpersonale, contaminando così l'ambiente sociale.

Vi ritorna nelle forme che sperimentiamo nella vita di tutti i giorni, ossia cinismo; ipocrisia; disonestà; iniquità di trattamento; mancanza di comunicazione e solidarietà umana; insensibilità; egocentrismo, ecc., che si trovano in tutti i settori della società. "Farsi i fatti propri" e "Ognuno per sé" evidenziano posizioni di coprifuoco psicologico, ripiegamento e difesa, e non di forza psicologica.

Questi sono i modi di coloro che sono stati colpiti e sconfitti psicologicamente da un sistema violento e che, paradossalmente, condividendo le forme di quest'ultimo, ribattono con la violenza alla violenza. Non cambiano niente, non migliorano niente; né la società né loro stessi.

Senza dubbio, *La Comunità* sostiene che gli esseri umani hanno sempre la libertà di scegliere la loro posizione di fronte alle condizioni o pressioni esterne e non che si piegheranno sempre di fronte ad esse. Possono decidere di accettarle o negarle, piegarsi o ribellarsi. Ovviamente, se si decide di rifiutare tali condizioni, non vuol dire che necessariamente lo si farà con successo.

Allo stesso modo, l'intenzionalità umana può scegliere il modo nel quale la violenza interna sperimentata si manifesterà esteriormente.

Abbiamo spiegato brevemente come le forme esterne e interne di violenza non sono isolate, ma relazionate in una continua retroalimentazione.

La Comunità insegna come superare le radici personali della violenza mentre simultaneamente lavora per superare la violenza sociale.

Violenza morale

La violenza morale è una delle molte forme di violenza che si manifestano nei gruppi umani (violenza sociale) e tra gli individui (violenza interpersonale).

La violenza morale è una forma di violenza nella quale incorre chi sia complice di qualsiasi forma di violenza. Questo ha vari livelli ma chiunque, anche se non direttamente coinvolto che promuove, consente o non fa nulla per evitare o fermare la violenza, è anch'egli responsabile della violenza e delle sue conseguenze.

Alcuni casi di violenza morale sono dovuti da colpevole incompetenza o negligenza, o alla mancanza di disposizioni per prevenirli o alla deviazione verso altre aree di interesse di risorse atte alla prevenzione, ecc.

Occuparsi esclusivamente dei fatti propri, l'indifferenza, la chiusura mentale, l'insensibilità, la mancanza di comunicazione, l'egoismo, il fariseismo, ecc., sono condizioni psicologiche nelle quali la violenza morale può avere luogo.

D'altra parte, la solidarietà, il lavoro sociale, l'occuparsi di argomenti sociali o politici, la comunicazione, ecc. possono predisporre in un altro senso, quello della nonviolenza attiva per cambiare le condizioni violente.

Di fatto, *la Comunità* è un mezzo organizzato per lottare contro tutte le forme di violenza che prevalgono nella società. Di conseguenza, una delle prime cose che fa un nuovo membro è smettere di essere un testimone passivo della violenza e cominciare a trasformare le condizioni violente attraverso la nonviolenza attiva.

Violenza psicologica

La violenza psicologica è una delle molte forme di violenza che si manifestano nei gruppi umani (violenza sociale) e tra gli individui (violenza interpersonale).

Chi faccia qualcosa che provochi danno ad altri, psicologicamente, mentalmente, moralmente o emotivamente, esercita violenza psicologica. Vale a dire, chi pregiudica l'unità interna di altri, il loro equilibrio, la loro pace interiore, ecc.

Certamente un danno psicologico potrebbe essere accompagnato anche da altri tipi di danno, ossia economico, fisico, ecc. Però ora stiamo trattando l'aspetto psicologico della violenza sofferta o esercitata.

Quelli che seguono sono esempi che possono essere visti principalmente come violenza psicologica, anche se possono essere accompagnati da altre forme di violenza: le minacce, il provocare paura o odio, l'imposizione di ideologie, la propaganda falsa o negativa, la promozione di falsi valori di vita attraverso mezzi di comunicazione di massa, l'educazione al pregiudizio o tendenziosa, la censura di intere aree della conoscenza e della cultura, la disinformazione, il nichilismo, ecc.

La violenza psicologica è molto presente quando uno stile di vita, un credo, una occupazione, certi costumi, ecc., sono imposti ad altri. È l'imposizione del proprio modello ad altri mediante coercizione, ricatto, manipolazione o ignoranza (promossa o esistente). Spesso molte di queste cose succedono sotto l'apparenza di "educazione".

La Comunità si oppone all'uso della violenza come mezzo per conseguire qualsiasi fine. Si oppone alla violenza mediante la nonviolenza attiva.

Violenza razziale

La violenza razziale è una delle molte forme di violenza che si manifestano nei gruppi umani (violenza sociale) e tra gli individui (violenza interpersonale).

Chi faccia qualcosa che provochi danno ad altri per via della sua origine etnica, espressa attraverso caratteristiche fisiche, di costume, ecc., esercita violenza razziale. Questo succede quando un gruppo o una persona danneggiano altri perché questi ultimi hanno, per esempio, un aspetto fisico esterno che differisce dai primi.

Certamente il danno motivato razzialmente potrebbe anche essere accompagnato da altri tipi di danno, ossia economico, psicologico, fisico, ecc. Però ora stiamo trattando l'aspetto razzista della violenza sofferta o esercitata.

I seguenti sono esempi che possono essere visti principalmente come violenza razziale, anche se accompagnati da altre forme di violenza: la schiavitù, la discriminazione, la segregazione, l'apartheid, i pogrom, le teorie di supremazia o inferiorità razziale, ecc.

Altre forme di razzismo non sono tanto evidenti, come inviare per primi sul campo di battaglia alcuni "tipi razziali", o presentarli attraverso i mezzi di comunicazione di massa in modo sfavorevole (parziale, ridicolo, strano, ecc.), o applicando standard differenti a "razze" diverse, ecc.

La Comunità si oppone all'uso della violenza come mezzo per conseguire qualsiasi fine. Si oppone alla violenza mediante l'uso della nonviolenza attiva.

Violenza religiosa

La violenza religiosa è una delle molte forme di violenza che si manifestano nei gruppi umani (violenza sociale) e tra gli individui (violenza interpersonale).

Chi faccia qualcosa che provochi un danno ad altri per via del credo che professano, o perché non ne professano alcuno, esercita violenza religiosa. Questo succede quando le aggressioni si fondano sulla differenza delle credenze o pratiche religiose, o quando una fazione danneggia un'altra perché quest'ultima non accetta i mandati religiosi della prima, o semplicemente quando alcuni diventano il bersaglio di altri per il fatto di non avere nessuna credenza o pratica religiosa, ecc.

Certamente, il danno per motivi religiosi potrebbe anche essere accompagnato da altri tipi di danno, ossia, fisico, economico, psicologico, ecc. Però ora stiamo trattando l'aspetto religioso della violenza sofferta o esercitata.

I seguenti sono esempi che possono essere visti principalmente come violenza religiosa, anche se accompagnati da altre forme di violenza: l'intolleranza religiosa, l'oscurantismo, il fanatismo, la persecuzione, la diffamazione, l'intoccabilità, la discriminazione di caste, l'inquisizione, la scomunica, la censura, le guerre sante, l'imposizione di una religione ufficiale, il rogo delle vedove, ecc.

Ci sono molte altre forme di violenza religiosa che coartano la libertà, la felicità e lo sviluppo dell'essere umano, creando così divisioni tra le persone, bloccando percorsi positivi di ricerca scientifica e progresso sociale, giustificando (o non condannando) leggi e pratiche disumane, restringendo la libertà per sanzione "divina" attraverso varie minacce e violenze.

La Comunità si oppone all'uso della violenza come mezzo per conseguire qualsiasi fine. Si oppone alla violenza mediante l'uso della nonviolenza attiva.

La "Nonviolenza" come metodologia d'azione

La violenza non è parte integrante di una supposta natura immutabile dell'essere umano ma uno stadio primitivo del suo sviluppo sociale o individuale.

La violenza può essere superata mediante un lavoro di cambiamento intenzionale e simultaneo nel campo sociale e personale. A questo aspirano, e per ciò lavorano, il Movimento Umanista in generale e *La Comunità* (per lo sviluppo umano) in particolare.

Il Movimento Umanista afferma che non è possibile né desiderabile superare la violenza sociale e personale con una metodologia violenta. La violenza, che è congenita di un sistema

disumanizzante e della sua metodologia d'azione, genera altra violenza. Solo la nonviolenza è estranea al sistema violento, ed è l'unica soluzione possibile, desiderabile e degna dell'essere umano.

Il Movimento Umanista agisce secondo la metodologia della nonviolenza attiva per superare la violenza, favorendo così il cambiamento positivo della società e degli individui.

La metodologia della nonviolenza attiva ha radici molto antiche in diverse filosofie, religioni, codici etici, sistemi legali, ecc. Questo ha generato innumerevoli antecedenti di condotte e di lotte nonviolente in gruppi, movimenti, personalità, ecc.

Già in tempi più recenti vediamo risaltare gli esempi di Mohandas Karamchand (Mahatma) Gandhi e di Martin Luther King. Attualmente abbiamo nel pensiero di Silo e nella sua opera sociale l'espressione più completa.

Alla luce di questi esempi, non si deve confondere la nonviolenza attiva con semplici attitudini pacifiste, non belligeranti, di disgusto per la violenza. Queste semplicemente aspirano passivamente a che non ci sia violenza o cercano di non esercitarla, senza però portare avanti alcuna azione nonviolenta per offrire resistenza e cambiare le condizioni d'origine della violenza che si soffre.¹²

Al contrario, la metodologia della nonviolenza attiva implica un attivismo intenzionale nel quale si sviluppa un'azione destinata a superare la violenza nella sua ultima radice.

Implica il rifiuto di ogni forma di violenza e una azione coerente con tale rifiuto che tenda a modificare le condizioni di violenza esistenti. La nonviolenza attiva è la metodologia degli uomini e delle donne coraggiosi.

Come dice il *Documento del Movimento Umanista*: "Qualsiasi forma di violenza - fisica, economica, razziale, religiosa, sessuale, ideologica - attraverso cui il progresso umano è stato bloccato, ripugna agli umanisti. Qualsiasi forma di discriminazione - manifesta o larvata - costituisce per gli umanisti un motivo di denuncia.

Gli umanisti non sono violenti, ma soprattutto non sono codardi e non hanno paura di affrontare la violenza perché le loro azioni hanno un senso. Gli umanisti collegano la loro vita personale con quella sociale. Non propongono false antinomie e in ciò risiede la loro coerenza".

"Umanizzare la terra" è anche porre fine alla violenza, è anche nonviolenza attiva. La nonviolenza attiva è una "Azione Valida" per eccellenza.

Diamo qui l'inquadramento che offre Silo rispetto alla metodologia della nonviolenza, nel capitolo IX. La Violenza, tratto da "Il Paesaggio Umano", in *Umanizzare la Terra*:

1. Quando si parla di metodologia di azione riferita alla lotta politica e sociale si allude spesso al tema della violenza. Ma vi sono fattori precedenti, ai quali il tema suddetto non è estraneo.
2. Fino a quando l'essere umano non realizzerà pienamente una società umana, cioè una società nella quale il potere risieda nell'insieme sociale e non in una parte di esso (sottomettendo e rendendo oggetto l'insieme), la violenza sarà il segno sotto il quale si realizzerà ogni attività sociale. Perciò, quando si parla di violenza bisogna menzionare il mondo istituito, e se a questo mondo si oppone una lotta nonviolenta, si deve mettere in risalto in primo luogo che un atteggiamento nonviolento è tale perché non tollera la violenza. Quindi non è il caso di giustificare un determinato tipo di lotta, ma di definire le condizioni di violenza che impone questo sistema inumano.
3. D'altra parte, confondere nonviolenza con pacifismo porta ad innumerevoli errori. La nonviolenza non ha bisogno di giustificazione come metodologia di azione, mentre il pacifismo ha bisogno di stabilire valutazioni sui fatti che avvicinano o allontanano la pace, intendendo questa come uno stato di non belligeranza. È per questo che il pacifismo affronta temi come quelli del disarmo facendo di esso la priorità essenziale di una società, quando in realtà l'armamentismo è un caso di minaccia di violenza fisica che risponde al potere istituito da una minoranza che manipola lo Stato. Il tema del disarmo è d'importanza capitale e, sebbene il

pacifismo si appelli a questa urgenza, anche quando ha successo nelle proprie richieste non modificherà per questo il contesto della violenza e, ovviamente, non potrà estendersi, se non artificiosamente, alla proposta di modifica della struttura sociale. È chiaro che esistono anche differenti modelli di pacifismo e differenti basi teoriche all'interno di tale corrente, ma in tutti i casi non deriva da essa una proposta più ampia. Se, al contrario, la loro visione del mondo fosse più ampia, sicuramente saremmo in presenza di una dottrina che include il pacifismo. In questo caso dovremmo discutere i fondamenti di tale dottrina prima di aderire al pacifismo che da essa deriva o rifiutarlo.

Per la metodologia della nonviolenza non si tratta semplicemente di atteggiamenti volontaristici di individui o gruppi ma piuttosto di rafforzare e dare direzione a processi in dinamica. È inevitabile che la crisi generale del sistema sia accompagnata dal rafforzamento di movimenti a favore della pace e contro la violenza, in modo che a partire dalla pressione sociale essi comincino a determinare l'orientamento dei poteri stabiliti e degli insiemi, in direzione opposta a quella attuale.

In quanto alla partecipazione in tale corrente, ci sono due attività da tenere presenti: il chiarimento e la mobilitazione. Vale a dire, chiarirsi e chiarire altri sui problemi e, simultaneamente, mobilitare l'ambiente nel quale uno vive nella direzione della pace e della nonviolenza.

In questo contesto, acquisisce particolare importanza la creazione di coscienza sociale rispetto alle condizioni di violenza e alle proposte per superarle.

Molte e varie sono le forme o tattiche che può adottare la metodologia della nonviolenza. Basta rivedere la profusa storia della nonviolenza. Alcune di esse sono molto conosciute e altre non tanto. Come esempio possiamo citare tra le tante la denuncia pubblica della violenza; il vuoto ad ogni forma di violenza, lo sciopero, l'occupazione di stabilimenti, la non cooperazione, la disobbedienza civile, il boicottaggio, le proteste; il rifiuto di pagare le tasse; le marce e i sit-in. Tutto questo sotto il segno della nonviolenza e della giusta resistenza di fronte alla violenza nelle sue varie forme.

Le azioni esemplari nonviolente sono quelle che, al di là del loro esito immediato o del loro apparente fallimento, ispirano e incentivano nuove azioni, creano coscienza e danno riferimento rispetto ad un comportamento etico di fronte alla violenza.

Sicuramente i nuovi tempi imporranno nuove condizioni alla lotta nonviolenta, e questo darà luogo ad una grande creatività di nuove forme e tattiche che ne aumentino l'efficacia.

Così come gli umanisti sviluppano la metodologia della nonviolenza, imparano anche a disarmare la bomba di violenza che potrebbe annidarsi nelle loro teste e nei loro cuori, in modo che le loro azioni siano ispirate e spinte dal meglio di loro stessi.

La soluzione al problema delle differenti forme di violenza esiste e risiede nell'applicazione di una metodologia precisa: **la "Metodologia della Nonviolenza Attiva"**.

La nonviolenza è una metodologia d'azione che promuove una profonda trasformazione individuale e sociale.

La nonviolenza è una forza capace di modificare la direzione violenta e inumana degli avvenimenti attuali.

La nonviolenza promuove una nuova attitudine interna ed esterna di fronte alla vita, che ha come strumenti principali:

- Il rifiuto e il vuoto di fronte alle differenti forme di discriminazione e di violenza.
- La non-collaborazione con le pratiche violente.
- La denuncia di tutti i fatti di discriminazione e di violenza.
- La disobbedienza civile di fronte alla violenza istituzionalizzata
- L'organizzazione e la mobilitazione sociale, volontaria e solidale
- Lo sviluppo delle virtù personali e delle migliori e più profonde aspirazioni umane.

Questa metodologia non è semplicemente l'espressione di un'intenzione. Questa metodologia ha forme precise che definiscono chiaramente un modo di pensare, un modo di sentire e un modo di agire. La sua applicazione ha indicatori chiari che permettono ad ogni individuo e a ogni insieme di

misurare con precisione la sua efficacia in funzione del superamento dei problemi del dolore e della sofferenza ai quali si può essere sottomessi.

Qual'è la forma di agire e i parametri precisi che definiscono questa metodologia d'azione nella condotta personale e sociale?

1. Un modo di trattare gli altri basato sulla seguente regola di condotta di base: **“Tratto gli altri come vorrei essere trattato”**.
2. Una condotta interna ed esterna basata sulla coerenza: “Agisco sulla base di ciò che penso e sento essere il meglio per la vita di quelli che mi circondano”.
3. Il rifiuto, la denuncia e il vuoto alle differenti forme di violenza che si esprimono intorno a me.

Quali sono gli indicatori personali e sociali che mostrano la bontà e l'efficacia di questa condotta?

1. La crescita della felicità e della libertà in coloro che esercitano questa condotta e nel loro ambito di relazione immediata.
2. La diminuzione o il retrocedere dei fattori che generano sofferenza personale e violenza sociale.
3. Una società più giusta dove ci sia uguaglianza di opportunità e dove si rispetti e valorizzi la diversità.
4. La trasformazione della Democrazia Formale in una Democrazia Reale.

Nonviolenza e spiritualità

La metodologia della nonviolenza, secondo quanto si apprende dall'Umanesimo Universalista considera tre aspetti fondamentali:

- In primo luogo, nasce come profonda interiorità e necessità dell'essere umano e non come una semplice speculazione in ricerca di un risultato.
- In secondo luogo, la sua applicazione rifiuta per principio qualsiasi deviazione che per qualsiasi fattore trasformi questa azione in violenta o in complice della violenza.
- E in terzo luogo, l'azione nonviolenta si ispira ad un **“proposito maggiore”**, un **obiettivo chiaro di superamento delle condizioni che generano sofferenza umana**; cominciando dalle più necessarie, lasciando fuori da questo ogni azione che, anche se vuole essere chiamata nonviolenta ha come obiettivo il progresso di pochi, o la rivendicazione di valori opposti alla libertà e al progresso umano.

La nonviolenza ha, quindi, un profondo contenuto spirituale, intendendo questo come quel valore che unisce l'azione sociale e personale con le più profonde e valide intenzioni ed aspirazioni umane. “Spiritualità e Nonviolenza” sono concetti inseparabili e quando li si separa o si lascia da parte uno di essi, perdono il loro profondo significato trasformatore.

I progetti e le azioni esemplari di leader e guide come sono stati Tolstoj, Gandhi e Luther King, e come lo è attualmente Silo, sono modelli esemplari di quanto si è menzionato.

D. Temi sulla sofferenza

Felicità e sofferenza

Per noi, uno dei nostri obiettivi è quello di raggiungere una soddisfazione con se stessi. Questo è possibile nella misura in cui comprendiamo i fattori che si oppongono alla felicità crescente. La felicità è uno stato in cui non è presente la sofferenza. Può una persona superare progressivamente la sofferenza? È certo che può, anche se nella vita di tutti i giorni vediamo il contrario: vediamo, infatti, che con il passare degli anni la sofferenza di molte persone aumenta.

Come si fa a raggiungere uno stato di felicità crescente? Esiste un modo, ed esso consiste nel comprendere come si produce la sofferenza e nell'agire in modo differente per non provocarla.

Noi sappiamo come si produce la sofferenza e la maniera d'agire per evitarla. Tuttavia, dobbiamo metterci bene d'accordo sul significato della parola "sofferenza". Molte persone sono convinte di non soffrire, ma di avere semplicemente dei problemi di denaro, di sesso, di famiglia, di relazione, ecc.; sono convinte di vivere semplicemente con tensioni, angosce, insicurezze, timori, risentimenti e frustrazioni di ogni tipo.

Ma è appunto questo insieme di problemi che noi chiamiamo "sofferenza".

È importante distinguere la sofferenza dal dolore. Il dolore è fisico e su di esso il progresso della scienza e della società possono fare molto. La sofferenza, invece, è mentale. A volte il dolore porta alla sofferenza mentale e, viceversa, anche la sofferenza mentale può produrre il dolore fisico e la malattia.

Questa distinzione tra dolore e sofferenza è una delle prime cose che si comprendono durante il lavoro de La Comunità. In seguito si impara a cercare le vere radici della sofferenza e si scopre la necessità di cambiare il modo di agire che la produce.

Le tre vie della sofferenza

Ci sono due facoltà molto importanti che possiede l'essere umano: la memoria e l'immaginazione. Senza di esse è impossibile realizzare le attività di ogni giorno. Quando anche una sola di esse diminuisce di potenza o subisce una qualche alterazione, le attività quotidiane diventano difficili.

Memoria e immaginazione sono fondamentali per la vita; pertanto, quando invece di aiutarci a progredire ci chiudono nel cerchio della sofferenza, è necessario prendere provvedimenti adeguati per modificare la nostra situazione.

Può succedere che la memoria produca continuamente ricordi negativi e quindi non ci fornisca più l'aiuto di cui abbiamo bisogno. Altrettanto può accadere se l'immaginazione ci presenta continuamente timori, angosce e paura del futuro.

Possiamo considerare la sensazione (cioè quello che percepiamo in ogni istante) come l'altra facoltà decisiva per la vita. Grazie ad essa, vediamo, ascoltiamo, tocchiamo, vale a dire ci rendiamo conto di ciò che succede intorno a noi. Alcune delle cose che sentiamo ci piacciono, altre no. È chiaro che, se abbiamo fame, se riceviamo una percossa o se sentiamo troppo freddo o troppo caldo, registriamo dolore attraverso la sensazione. Ma, a differenze del dolore che è fisico, possiamo sperimentare la sofferenza che è mentale. Sperimentiamo sofferenza quando non ci piace ciò che vediamo nel mondo che ci circonda o quando ci sembra che esso non sia come dovrebbe essere.

In realtà, la memoria, l'immaginazione e la sensazione sono le tre vie necessarie alla vita. Tuttavia, esse si possono trasformare in nemiche della vita, se la loro attività produce sofferenza.

La memoria ci fa soffrire quando ricordiamo i fallimenti, le frustrazioni che abbiamo patito, o gli oggetti, le persone care, le opportunità che abbiamo perduto.

L'immaginazione ci fa soffrire quando proiettiamo cose negative nel futuro e questo fa sorgere in noi il timore: timore di perdere ciò che abbiamo, timore della solitudine, della malattia, della

vecchiaia e della morte. L'immaginazione, inoltre, ci fa soffrire quando pensiamo che ci sarà impossibile, in futuro, ottenere ciò che desideriamo per noi o per altre persone.

La sensazione ci fa soffrire quando ci rendiamo conto che la nostra situazione non è come dovrebbe essere, quando non siamo apprezzati nella famiglia o nella società, quando siamo danneggiati nel nostro lavoro, quando ci scontriamo con impedimenti che bloccano le cose che stiamo realizzando.

Quindi se le tre facoltà fondamentali tanto importanti per la vita funzionano male, si trasformano nelle tre vie della sofferenza. Dobbiamo anche riconoscere che le tre vie s'incrociano, per cui, quando qualcosa funziona male in una, anche le altre risultano influenzate da quel cattivo funzionamento. È indubbio infatti che esse abbiano molti punti in comune tra di loro.

Le esperienze de La Comunità agiscono proprio sulle tre vie, togliendo ciò che impedisce un loro corretto funzionamento, affinché la vita possa svilupparsi senza impedimenti.

Ma dobbiamo riconoscere che se siamo disorientati o se non abbiamo una finalità, un senso nella vita, finiamo per perderci nelle tre vie della sofferenza senza sapere come rimuovere gli ostacoli dal nostro cammino, perché non comprendiamo neppure dove stiamo andando. È certo che la scoperta di un senso nella vita è ciò che più ci aiuta a convertire le tre vie della sofferenza in tre vie positive per l'esistenza.

La sofferenza attraverso il ricordo

Il ricordo a volte genera sensazioni piacevoli e a volte sofferenza. Poiché si soffre per ciò che si è perso e per i fallimenti del passato, spesso si preferisce non ritornare con il ricordo su ciò che ci ha causato sofferenza. Ma, anche non volendolo, molte situazioni del presente ci fanno spesso ricordare scene sgradevoli del passato. Allora, per allontanare i ricordi dolorosi, si cerca di evitare le situazioni del presente che li evocano. Ma questo atteggiamento può limitare il campo in molte nostre attività.

A volte molte persone non comprendono che numerosi stati d'angoscia, di ansia, di timore, ecc., sono in rapporto con ricordi di situazioni negative o sgradevoli. Saper lavorare in maniera adeguata su questo tipo di ricordi permette di risolvere molti problemi. Con questo non intendiamo dire che bisogna ricordare continuamente cose negative, perché questo produce pessimismo nella vita. Si tratta piuttosto di fare su questi ricordi un lavoro adeguato, del tipo di quello che viene realizzato in alcune riunioni de La Comunità.

La sofferenza attraverso l'immaginazione

L'immaginazione è necessaria per la vita. Grazie a questa facoltà, l'essere umano pianifica il futuro, elabora progetti e giunge fino a modificare la realtà, realizzando ciò che proprio l'immaginazione aveva motivato. L'immaginazione possiede una forza enorme, ma i risultati dipendono da come essa viene direzionata: se viene canalizzata verso azioni negative, provoca scompensi di ogni tipo che finiscono per generare sofferenza.

Quando una persona teme di perdere ciò che ha o di non raggiungere ciò che cerca, soffre per immaginazione..Soffre per immaginazione anche la persona alla quale il futuro appare incerto o pieno di disgrazie. È tale la sofferenza che a volte si converte in dolore fisico e malattia; bisogna considerare, a questo proposito, che numerose malattie sono all'inizio solo immaginarie e che poi, con il tempo, divengono reali. L'immaginazione negativa produce tensione mentale e fa diminuire tutte le facoltà di una persona.

È possibile modificare questa capacità dell'immaginazione di farci agire male nel mondo e di influire negativamente sul corpo. Le esperienze guidate de La Comunità si basano su questa grande facoltà dell'essere umano.

E. Temi sull'azione in generale

Il cambiamento e la crisi¹³

In quest'epoca di grande cambiamento sono in crisi gli individui, le istituzioni e la società. Il cambiamento sarà ogni volta più rapido così come le crisi individuali, istituzionali e sociali. Gli sconvolgimenti che così si annunciano potrebbero non essere assimilati da vasti settori umani.

Le trasformazioni che si stanno verificando prendono direzioni inattese producendo un disorientamento generale riguardo al futuro e a ciò che si deve fare nel presente. In realtà non è il cambiamento in sé a inquietarci, poiché esso presenta molti aspetti positivi. Ciò che ci preoccupa è il non sapere quale direzione esso prenderà e quale orientamento dare alle nostre attività.

Il cambiamento si sta verificando nell'economia, nella tecnologia e nella società; soprattutto sta operando nelle nostre vite: nel nostro ambiente familiare e lavorativo, nelle nostre relazioni d'amicizia. Cambiano le nostre idee e ciò che credevamo del mondo, delle persone e di noi stessi. Molte cose ci stimolano ma altre ci confondono e ci paralizzano. Il comportamento degli altri e il nostro stesso ci risultano incoerenti, contraddittori e senza una direzione chiara, proprio come gli avvenimenti intorno a noi.

Pertanto è fondamentale dare direzione a questo cambiamento inevitabile e non c'è altro modo di farlo che cominciando da se stessi. È in noi stessi che dobbiamo dare direzione a questi cambiamenti disordinati di cui non conosciamo l'esito.

Dato che gli individui non esistono isolati, quando danno realmente una direzione alla propria vita modificano la relazione con gli altri in famiglia, sul lavoro e in qualsiasi altro ambiente agiscono. Non si tratta di un problema psicologico che si risolve all'interno della testa di individui isolati: questo problema si risolve cambiando, attraverso un comportamento coerente, la situazione nella quale viviamo insieme ad altri. Quando festeggiamo per i nostri successi o ci deprimiamo per i nostri fallimenti, quando facciamo progetti per il futuro o ci proponiamo di introdurre cambiamenti nella nostra vita, dimentichiamo qualcosa di fondamentale: siamo sempre in relazione con altri. Non possiamo spiegare quello che ci succede, né scegliere, senza rendere conto a certe persone e a certi ambiti sociali concreti. Quelle persone che per noi hanno una speciale importanza e quegli ambiti sociali nei quali viviamo, ci pongono in una situazione precisa, a partire dalla quale pensiamo, sentiamo e agiamo. Negare questo o non tenerne conto crea enormi difficoltà. La nostra libertà di scelta e di azione è limitata dalla situazione nella quale viviamo. Qualsiasi cambiamento che desideriamo operare non può essere pianificato in astratto ma piuttosto in riferimento alla situazione nella quale viviamo.

Il comportamento coerente

Se potessimo pensare, sentire e agire nella stessa direzione, se quello che facessimo non ci mettesse in contraddizione con quello che sentiamo, diremmo che la nostra vita è coerente. Allora ci considereremmo affidabili, anche se non necessariamente lo saremmo per l'ambiente in cui viviamo. Questa stessa coerenza dovremmo conquistarla nei rapporti con gli altri, trattandoli come vorremmo essere trattati. Certo, sappiamo che può esistere una specie di coerenza distruttiva, come quella dei razzisti, degli sfruttatori, dei fanatici e dei violenti; ma l'incoerenza che caratterizza i rapporti delle persone di questo tipo risulta immediatamente palese, visto che trattano gli altri in un modo molto diverso da quello che desiderano per se stessi.

L'unità tra pensiero sentimento e azione, l'unità tra il comportamento che si chiede e quello che si offre, sono ideali che non si realizzano nella vita di tutti i giorni. Questo è il punto. Si tratta di adeguare il nostro comportamento a questi propositi; si tratta di prendere in seria considerazione questi valori che danno direzione alla vita, indipendentemente dalle difficoltà che si possono incontrare nel metterli in pratica. Se ci poniamo in una prospettiva dinamica e non statica, comprenderemo che si tratta di una strategia che deve guadagnare terreno con il passare del tempo. Qui ciò che conta sono le intenzioni, anche se inizialmente le azioni non corrispondono ad esse; soprattutto se le intenzioni vengono mantenute, affinate e consolidate. Le immagini di ciò che si vuole conseguire costituiscono dei punti fermi che indicano la direzione da seguire in qualunque situazione. Non si tratta di un'idea complicata. Per esempio, non ci meraviglia che una persona possa indirizzare la propria vita verso il conseguimento di una grande fortuna, pur sapendo in anticipo che non raggiungerà il suo obiettivo. In ogni caso il suo ideale costituisce una motivazione, anche se non otterrà risultati rilevanti. Perché allora dovrebbe risultare difficile comprendere che questi ideali di vita possono dare direzione alle azioni umane, nonostante l'epoca attuale risulti avversa all'unità di pensiero, sentimento e azione?

Le due proposte

Pensare, sentire e agire nella stessa direzione e trattare gli altri come si vuole essere trattati, sono due proposte tanto semplici da poter essere considerate delle ingenuità da persone abituate alle complicazioni. Eppure, dietro l'apparente candore, c'è una nuova scala di valori in cui la coerenza si colloca al primo posto; una nuova morale per la quale non è indifferente il genere di azioni che si compiono; un'aspirazione del tutto nuova che implica essere conseguenti nello sforzo di dare direzione agli avvenimenti umani. Dietro l'apparente candore sono in gioco il senso della vita personale e sociale che potranno assumere una direzione veramente evolutiva o prendere la via della disintegrazione. Non possiamo più sperare che i vecchi valori diano coesione alla gente quando il tessuto sociale si deteriora ogni giorno di più con il crescere della sfiducia, dell'isolamento e dell'individualismo. La solidarietà che un tempo esisteva tra i membri di una classe, di un'associazione, di un'istituzione o di un gruppo, viene sostituita dalla competizione selvaggia a cui non sfuggono né la coppia né la famiglia. Mentre è in corso questo processo di demolizione, una nuova solidarietà non potrà crescere se avrà come base idee e comportamenti propri di un mondo che non esiste più. Una nuova solidarietà sarà possibile grazie al bisogno concreto di ogni individuo di dare direzione alla propria vita e questo implicherà la trasformazione dell'ambiente in cui ciascuno vive. Una tale trasformazione, se vera e profonda, non potrà avvenire con imposizioni né con leggi esterne o fanatismi di qualunque tipo, ma grazie al potere dell'opinione e dell'intercambio diretto di punti di vista tra le persone che fanno parte dell'ambiente nel quale si vive.

Arrivare a tutta la società partendo dall'ambiente a noi più vicino

Sappiamo che, se trasformiamo in senso positivo la nostra situazione, l'influenza da noi esercitata sul nostro ambiente indurrà altre persone a condividere il nostro punto di vista e questo permetterà la crescita di tutto un sistema di relazioni umane. Ma potremmo porci la domanda: perché dovremmo fare questo passo? Semplicemente per coerenza con la proposta di trattare gli altri come vorremmo essere trattati. O forse non renderemmo partecipi altri di qualcosa che è risultato fondamentale per la nostra vita? Se la nostra influenza aumenta è perché le nostre relazioni e, pertanto, i componenti del nostro ambiente, sono cresciuti. Questo è un argomento di cui dovremmo tenere conto fin dal principio perché, per quanto ridotto possa essere il punto d'applicazione iniziale della nostra attività, la nostra influenza potrà arrivare anche molto lontano. Non è strano pensare che altre persone possano decidere di unirsi a noi e prendere la nostra stessa direzione. Dopo tutto, i grandi movimenti storici hanno seguito lo stesso cammino: all'inizio erano piccoli, com'è logico che sia, poi sono cresciuti, e sono cresciuti quando le persone hanno sentito che interpretavano le loro necessità e le loro inquietudini.

Agire nell'ambiente che ci è più vicino ma con lo sguardo rivolto al progresso della società è coerente con quanto s'è detto. Altrimenti, se tutto termina in individui isolati per i quali gli altri non rivestono alcuna importanza, a che scopo fare riferimento ad una crisi globale da affrontare con risolutezza? La necessità spingerà la gente che vuol dare una nuova direzione alla propria vita e agli avvenimenti, a creare ambiti di discussione e di comunicazione diretta. In seguito, la diffusione portata avanti attraverso tutti i possibili mezzi di comunicazione, permetterà di ampliare la superficie di contatto. Altrettanto accadrà quando verranno creati organismi e istituzioni compatibili con questo progetto.

L'ambiente in cui si vive

Abbiamo già osservato che il cambiamento è così veloce ed inatteso che il suo impatto è vissuto come una crisi da intere società, istituzioni e individui. Per questo è indispensabile dare direzione agli avvenimenti. Ma come può farlo una persona che si trova sottomessa all'azione di eventi ben più grandi? È evidente che una persona può dare direzione solo agli aspetti più immediati della propria vita e non al funzionamento delle istituzioni o della società. D'altronde, pretendere di dare direzione alla propria vita non è una cosa facile, dato che ciascuno vive all'interno di una situazione: non vive isolato, vive in un ambiente. Possiamo considerare questo ambiente grande come l'Universo o come la Terra, o come un Paese, uno Stato, una provincia, ecc. In ogni caso, però, esisterà un ambiente a noi prossimo nel quale portiamo avanti le nostre attività. Si tratta dell'ambiente familiare, lavorativo, delle amicizie. Viviamo in una situazione in cui facciamo sempre riferimento ad altre persone e questo è il nostro mondo individuale, dal quale non possiamo prescindere. Esso agisce su di noi e noi su di esso in modo diretto. Se abbiamo una qualche influenza, è su questo ambiente a noi più vicino. Ma sia l'influenza che esercitiamo, sia quella che riceviamo risentono a loro volta di situazioni più generali, cioè della crisi e del disorientamento.

La coerenza come direzione di vita

Se si vuole dare una qualche direzione agli avvenimenti, si deve partire dalla propria vita e questo significa tenere conto dell'ambiente in cui si agisce. Ma a quale direzione dobbiamo aspirare? Indubbiamente a quella che ci dà coerenza e sostegno in un ambiente tanto mutevole e imprevedibile. Pensare, sentire ed agire nella stessa direzione è una proposta di coerenza nella vita. Ma non si tratta di una meta facile, dato che ci troviamo in una situazione che non abbiamo completamente scelto. Facciamo cose di cui abbiamo bisogno, anche se in gran disaccordo con quanto pensiamo e sentiamo. Ci troviamo inseriti in situazioni che non governiamo. Agire coerentemente, più che un fatto, è un'intenzione, una tendenza che dobbiamo tenere presente per far sì che la nostra vita si orienti verso un comportamento il più possibile coerente. È evidente che potremo cambiare parzialmente la nostra situazione solo esercitando una qualche influenza sul nostro ambiente. Questo implica dar direzione ai rapporti che ci legano ad altre persone, alcune delle quali finiranno per condividere il nostro comportamento. Se a questo si obietta che alcune persone cambiano spesso ambiente per ragioni di lavoro o per altri motivi, risponderemo che ciò non invalida minimamente quanto detto, dato che tali persone verranno a trovarsi comunque in una qualche situazione, in un ambiente determinato.

Se pretendiamo coerenza, il modo di trattare gli altri dovrà essere lo stesso che esigiamo per noi stessi. Allora, in queste due proposte troviamo gli elementi fondamentali che ci danno direzione fin dove le nostre forze ci permettono di agire. La coerenza aumenta quando il pensare, il sentire e l'agire hanno la stessa direzione. Un comportamento coerente deve necessariamente essere tale anche nei rapporti con gli altri e questo significa cominciare a trattare gli altri nel modo in cui

vorremmo essere trattati noi. Coerenza e solidarietà sono direzioni, aspirazioni di condotte che si desidera raggiungere.

La proporzione delle azioni come progresso verso la coerenza

Come avanzare nella direzione della coerenza? In primo luogo deve esserci una certa proporzione tra le attività che svolgiamo nella vita quotidiana. È necessario stabilire quali sono le questioni più importanti tra tutte quelle di cui dobbiamo occuparci. Affinché le cose funzionino, dobbiamo dare priorità a ciò che è fondamentale; solo dopo verrà ciò che è secondario, e così via. Probabilmente basterà occuparsi di due o tre questioni prioritarie per avere un sufficiente controllo della situazione. Le cose devono procedere insieme, non isolatamente; si deve evitare che alcune avanzino e che altre restino indietro. Spesso l'importanza che attribuiamo ad una certa attività ci abbaglia e questo finisce per sbilanciare tutto l'insieme... così, alla fine, non riusciremo a realizzare neppure ciò che consideravamo tanto importante perché la nostra situazione generale è ormai compromessa. È anche vero che a volte si presenta la necessità di affrontare faccende urgenti ma è evidente che non si può vivere rinviandone altre che risultano pregiudiziali nella situazione generale in cui si vive. Stabilire delle priorità e portare avanti le attività in maniera proporzionata costituisce un evidente progresso nella direzione della coerenza.

L'opportunità delle azioni come progresso verso la coerenza

Esiste una routine quotidiana determinata dagli orari, dalle faccende personali e dal funzionamento del nostro ambiente. Eppure, anche all'interno di questa routine, gli avvenimenti presentano una dinamica e una ricchezza che le persone superficiali non sanno apprezzare. Alcuni confondono la vita con la routine quotidiana; ma le cose non stanno assolutamente così perché essi stessi sono spesso costretti a fare delle scelte, anche se all'interno delle condizioni imposte dall'ambiente. Certo, viviamo in mezzo agli inconvenienti ed alle contraddizioni, ma è opportuno non confondere i due termini. Per "inconvenienti" intendiamo i fastidi e gli impedimenti che affrontiamo. Non si tratta di problemi molto gravi; è indubbio, però, che se sono numerosi e ripetuti, finiscono per far aumentare in noi irritazione e fatica. Siamo sicuramente in grado di superarli; non determinano la condizione della nostra vita, non ci impediscono di portare avanti un progetto; sono ostacoli posti lungo il cammino che vanno dalla piccola difficoltà fisica a problemi che rischiano di farci perdere la bussola. Gli inconvenienti, pur ammettendo un'ampia gamma di gradazioni, si mantengono sempre all'interno di un certo limite che non impedisce di progredire. Qualcosa di diverso succede quando abbiamo a che fare con ciò che chiamiamo "contraddizioni". Quando i nostri progetti non possono essere realizzati, quando ci troviamo in un circolo vizioso che non riusciamo a spezzare, quando non possiamo dare la minima direzione alla nostra vita, siamo prigionieri della contraddizione. La contraddizione è una specie di inversione della corrente della vita, che ci riporta indietro senza speranza. Certo, qui stiamo descrivendo il caso in cui l'incoerenza si presenta con maggior crudezza. In una situazione di contraddizione, ciò che pensiamo, ciò che sentiamo e ciò che facciamo si trovano in opposizione. Malgrado tutto, però, esiste sempre la possibilità di dare direzione alla vita: il punto sta nel sapere quando farlo.

L'opportunità delle azioni è qualcosa di cui non teniamo conto nella routine quotidiana, perché molte cose sono già codificate. Quando però abbiamo a che fare con inconvenienti gravi o con contraddizioni, non possiamo rischiare di prendere delle decisioni che potrebbero avere un esito catastrofico. In termini generali, dobbiamo retrocedere davanti ad una grande forza ed avanzare con risolutezza quando essa si indebolisce. C'è una grande differenza tra la persona timorosa che retrocede o si blocca davanti a qualsiasi inconveniente e quella che agisce passando sopra alle difficoltà, perché sa che, proprio avanzando, potrà eluderle. A volte non è possibile avanzare perché sorge un problema superiore alle nostre forze e scagliarsi contro senza riflettere ci condurrebbe al disastro. Ma anche un grande problema sarà soggetto ad una dinamica: il rapporto di forze tra noi e lui prima o poi cambierà, o perché la nostra influenza aumenterà o perché

diminuirà la sua. Quando il rapporto di forze cambia è il momento di avanzare con risolutezza, poiché un'indecisione o un rinvio potrebbero nuovamente modificare i fattori in gioco. Fare azioni opportune costituisce lo strumento migliore per effettuare un cambiamento di direzione.

L'adattamento crescente come progresso verso la coerenza

Soffermiamoci sul tema della direzione, della coerenza che desideriamo raggiungere. L'adattamento a determinate situazioni è in rapporto con questo tema, perché adattarci a cose che ci portano in direzione opposta alla coerenza costituisce una grande incoerenza. Gli opportunisti dimostrano di soffrire di una grave miopia a questo riguardo. Essi credono che il modo migliore di vivere consista nell'accettare tutto, nell'adattarsi a tutto; pensano che accettare sempre tutto, purché provenga da chi ha il potere, costituisca un buon adattamento; ma per noi è chiaro che delle vite così dipendenti risultano molto lontane da ciò che intendiamo per coerenza.

Distinguiamo tra il disadattamento, che ci impedisce di ampliare la nostra influenza; l'adattamento decrescente, che ci obbliga ad accettare le condizioni stabilite e l'adattamento crescente, che fa aumentare la nostra influenza nella direzione indicata dalle proposte di cui abbiamo parlato. L'adattamento, se è crescente, aumenta la nostra influenza nell'ambiente in una direzione coerente.

Condotta esterna ed esperienza interna

Quando nella vita di tutti i giorni seguiamo una condotta senza contraddizioni, la sofferenza diminuisce in noi e in quelli che ci sono vicini.

Ma, al di là della condotta che si porta nel mondo delle relazioni, c'è l'esperienza interna, individuale, che ognuno riconosce a volte come frustrante e priva di senso, a volte come quella ideale che stimola e dà allegria.

Così come è possibile orientare la condotta in base ai principi di azione valida, allo stesso modo è possibile effettuare un'esperienza personale interna di pace, allegria e forza. Un'esperienza che dia senso alla vita.

È ragionevole, quindi, istruirsi su questi due pilastri della vita piena: l'azione valida e l'esperienza interna. La condotta esterna deve coincidere con l'esperienza interna. Normalmente questo non succede: al contrario, l'essere umano vive una vita contraddittoria, "diviso" tra ciò che fa e ciò che dice; tra ciò che pensa e ciò che sente, ecc. Pensare in una direzione, sentire in un'altra ed agire in un'altra ancora: questa è l'esperienza normale dell'essere umano e a questa contraddizione non possiamo dare alcuna soluzione se non riceviamo un insegnamento adeguato e non lavoriamo sull'esperienza interna e sull'azione valida.

I Principi, o regole di azione valida, debbono servirci nella vita di tutti i giorni allo stesso modo in cui le esperienze che realizziamo nella Comunità ci servono per il nostro perfezionamento interno.

Unità e contraddizione

Quasi tutte le azioni che realizziamo nella vita di ogni giorno hanno un carattere di routine e poggiano su abitudini acquisite per ripetizione durante molto tempo.

Ma oltre a queste azioni, che in genere per la loro ripetitività ci lasciano indifferenti, esistono azioni il cui compimento ci lascia o una sensazione di pienezza o una sensazione di malessere.

Vi sono poi azioni che ci danno una buona sensazione e che, quando le ricordiamo, ci fanno sorgere il desiderio di ripeterle. Esse, inoltre, non solo non ci producono fastidio quando le compiamo, ma ci danno la sensazione di migliorare, di crescere internamente. Mangiare un piatto gustoso ci dà sul momento una sensazione piacevole; se però mangiamo oltre un certo limite,

finiamo per stancarci. Quando in un momento in cui abbiamo fame ricordiamo quel piatto appetitoso, ci succede di desiderare di mangiarlo di nuovo; se lo facciamo, otteniamo una sensazione di sazietà, ma non di miglioramento personale né di crescita interna.

Un altro tipo di azioni ci lascia, nel momento in cui le compiamo, una sensazione piacevole; però quando le ricordiamo, esse ci provocano malessere. Se per esempio per scaricare le nostre tensioni momentanee, aggrediamo qualcuno, sul momento sperimentiamo una sensazione di liberazione interna; quando però, in seguito, riflettiamo su quell'azione, sorge in noi una specie di pentimento e comprendiamo che non è bene ripeterla, in quanto non ci fa crescere internamente, non ci migliora.

Gli atti che danno unità interna possiedono sempre le seguenti qualità: 1° danno un buon registro quando vengono compiuti; 2° li si vorrebbe ripetere; 3° vengono sentiti come un miglioramento personale. Se manca uno di questi tre requisiti, significa che siamo in presenza o di azioni abituali necessarie alla vita, ma di tipo neutro, o di azioni solo momentaneamente piacevoli o, infine, di azioni contraddittorie.

Sia gli atti unitivi che quelli contraddittori, oltre ad essere sentiti nel momento in cui vengono compiuti, vengono ricordati in modo particolare e pongono le basi dei comportamenti futuri. Pertanto, è estremamente importante evitare le contraddizioni e rinforzare gli atti di unità interna. La disposizione verso una vita unitiva segna l'inizio di un vero senso e di un nuovo orientamento nel comportamento quotidiano. L'osservazione dei principi di cui si parla nel capitolo XIII de *Lo Sguardo Interno*, ci porta direttamente a realizzare azioni valide che danno unità interna e ci allontanano dalla contraddizione.

Pensare, sentire ed agire nella stessa direzione

Spesso scopriamo che siamo divisi fra ciò che pensiamo, sentiamo e facciamo. Quando invece riusciamo a fare qualcosa in accordo con le nostre idee e i nostri sentimenti, sperimentiamo una sensazione interna di unità nella quale vorremmo vivere sempre.

Ma le situazioni e gli impegni che dobbiamo affrontare nella vita di tutti i giorni sono tanto diversi e contraddittori, che ci risulta difficile mantenere una sensazione di unità interna.

È questa mancanza di unità che ci crea sofferenza.

È facile dire: "È necessario vivere con unità". Però come si ottiene tale cosa?

Cominceremo ad esaminare le nostre attività ordinarie fino a comprendere la profonda divisione che esiste in noi tra il pensare, il sentire e l'agire. Per il solo fatto di renderci conto di questa divisione, presente in ogni passo che facciamo, sorgerà in noi la risposta. Ma non dovrà essere una risposta teorica, del tipo di quelle che potremmo dare ora, ma una risposta che sia la conseguenza di una necessità provata.

Potremmo sintetizzare quanto detto così: ogni persona che si preoccupa di esaminare nella propria vita quotidiana le contraddizioni tra ciò che pensa, sente e fa, riconosce la necessità di un cambiamento della propria situazione; ed è grazie a questo riconoscimento che dalla propria esperienza ottiene la risposta adeguata.

La vera solidarietà

Consideriamo le idee espresse in questa frase: "Quando posso fare qualcosa per alleviare la sofferenza, prendo l'iniziativa. Quando non posso far nulla, continuo ad andare avanti allegramente".

Queste idee anche se sembrano avere un'utilità pratica, ci lasciano la sensazione di una mancanza di solidarietà. Come è possibile, infatti, andare avanti allegramente lasciandosi dietro le spalle la sofferenza? Come è possibile disinteressarsi delle afflizioni degli altri?

Vediamo un esempio che chiarisca queste idee. In mezzo alla strada un uomo cade in preda a violente convulsioni. I passanti gli si affollano intorno, dando istruzioni contraddittorie e creando un cerchio asfissiante per il malato. Molti, poi, si preoccupano dell'accaduto ma non fanno nulla. È chiaro che i più saggi sono quelli che chiamano urgentemente un medico o che tengono lontani i

curiosi per evitare l'affollamento. In una situazione simile, io posso comportarmi in questo o in un altro modo positivo. Ma, se per dimostrare la mia solidarietà, creo confusione, oppure ostacolo coloro che possono fare qualcosa di appropriato, non solo non aiuto, ma nuoccio.

La prima parte della frase diventa a questo punto comprensibile; ma che cosa vuol dire la seconda: "Quando non posso fare nulla continuo ad andare avanti allegramente"? Essa non significa che io sia molto contento di quanto è accaduto; significa piuttosto che il mio cammino non deve essere rallentato da ciò che è inevitabile, che non devo aggiungere problemi ai problemi, che devo render positivo il futuro, perché, se agisco in maniera diversa, non farò bene né a me né agli altri.

Ci sono persone che, per una malintesa solidarietà, danneggiano sia coloro che vogliono aiutare che se stesse. In questo modo si sottrae, non si apporta solidarietà, perché l'energia persa avrebbe potuto essere applicata in un'altra direzione, ad altre persone, in altre situazioni in cui si sarebbero potuti ottenere degli effettivi risultati pratici. Quando parliamo di risultati pratici, non ci riferiamo soltanto a cose materiali, perché persino un sorriso o una parola di incoraggiamento in certe occasioni possono essere di grande aiuto.

F. Temi sull’Azione Valida

Questo paragrafo tratta i dodici Principi dell’Azione Valida. Ognuno dei temi è accompagnato da una breve storia, favola o leggenda, con l’intenzione di illustrare in forma narrativa il principio che serve da base al tema formativo.

I principi sono presi da “Lo Sguardo Interno”, in *Umanizzare la Terra*. Le storie che li accompagnano sono state estratte da testi anonimi e popolari (in alcuni casi modificati in modo sostanziale), provenienti da diverse culture.

1° Il Principio di adattamento: “Andare contro l’evoluzione delle cose è andare contro se stessi”.

Questo Principio spiega che, quando si sa in anticipo l’epilogo di un avvenimento, l’atteggiamento corretto da assumere di fronte ad esso, è quello di accettarlo nel modo più profondo possibile, cercando di trarre vantaggio anche dai suoi aspetti sfavorevoli. L’esame dei vari momenti della nostra vita nei quali abbiamo agito in modo contrario a questo Principio perché non lo conoscevamo, ci permette di comprendere meglio il suo significato. Ma è ancora importante riflettere sul momento che stiamo vivendo e studiare in che modo la non osservanza di questo Principio produca sofferenza in noi e nelle persone che ci sono vicine.

Stiamo dicendo che le cose alle quali non dobbiamo opporci sono quelle che hanno un carattere di inevitabilità. Osserviamo, a proposito di questo, che se l’essere umano avesse creduto inevitabili le malattie, la scienza medica non sarebbe mai progredita. È proprio grazie alla necessità e alla possibilità di risolvere i problemi che l’umanità avanza.

Se una persona rimane sola nel deserto, è inevitabile che muoia? Non necessariamente. Se infatti questa persona fa tutti gli sforzi possibili per trovare una soluzione alla sua situazione, cercando un’oasi o utilizzando tutte le risorse di cui dispone per farsi vedere da lontano, forse potrà effettivamente trovare un rifugio o essere avvistata dai soccorritori.

In sintesi questo Principio, per essere applicato correttamente, deve essere riferito ad una situazione inevitabile.

La favola che lo illustra può essere raccontata così:

In una laguna viveva una tartaruga chiamata “Torcicollo”, che aveva per amiche due anatre selvatiche. In quel tempo venne una siccità di dodici anni; allora le anatre si dissero:

“Questa laguna si seccerà, cerchiamo un’altra pozza d’acqua; peccato però che dobbiamo separarci dalla nostra amica Torcicollo.”

Ma quando andarono a salutarla, la tartaruga disse:

“Io ho sempre abitato in questi luoghi e potrò sempre trovare abbastanza acqua; ma per voi l’acqua non sarà sufficiente: capisco perciò la vostra partenza. Ma senza di voi la vita sarà noiosa: dobbiamo partire insieme.”

“Non siamo capaci di portarti con noi, perché sei una creatura senza ali.”

“Però – continuò la tartaruga – c’è una possibilità. Prendete un pezzo di legno.”

Le anatre lo portarono; allora la tartaruga si attaccò con i denti alla metà del pezzo di legno e disse:

“Ora tenetelo ben stretto con i becchi alle estremità, una per parte; alzatevi in volo e volate in alto normalmente, fino a quando scopriremo un altro posto accogliente dove potremo vivere tutte e tre.”

Ma le anatre replicarono:

“Il tuo piano è buono, ma ci sono due ostacoli. Primo, tu non hai bisogno di cambiare posto, mentre per noi è questione di vita o di morte. Il pezzo di legno ed il tuo peso metteranno in pericolo il nostro volo e te stessa. Per di più, se comincerai a parlare, com’è tuo solito, perderai la vita.”

“Oh! – disse la tartaruga – voi avete bisogno di acqua e io di compagnia: siamo nella stessa situazione. In quanto alla mia abitudine di chiacchierare, da questo momento faccio voto di silenzio. Starò zitta per tutto il tempo che voleremo.”

Le amiche accettarono; però, mentre trasportavano faticosamente la tartaruga sopra una città vicina, la gente le vide e cominciò a chiacchierare e a chiedersi:

“Che cosa stanno portando in aria quei due uccelli? Sembra un carro, sarà un marajà o un altro essere potente.”

La tartaruga, che si ricordava dei sassi che i bambini le tiravano quando viveva nella laguna, volle mostrare che ora volava; allora, piena di orgoglio gridò:

“Sono io, Torcicollo!”

Appena parlò, la poveretta perse il sostegno e cadde al suolo. E la gente, a cui piaceva la carne di tartaruga, la fece a pezzi e la mangiò.

2° Il Principio di azione e reazione: “Quando forzi qualcosa verso un fine, produci il contrario”.

Questo Principio fa notare che le persone e le cose hanno determinati comportamenti e funzionamenti che possono ostacolare i nostri progetti oppure facilitarli se agiamo adeguatamente. Quando, spinti da impulsi irrazionali, forziamo il modo di funzionare di una cosa o il comportamento di una persona, la persona o la cosa potranno anche cedere momentaneamente alle nostre esigenze, però gli effetti a breve o a lungo termine della forzatura risulteranno diversi da quelli che desideravamo ottenere.

L'essere umano è creatore di avvenimenti: dà direzione alle cose, tende a pianificare e a realizzare progetti; in sintesi si dirige verso determinati fini. Ma la domanda è: In che modo va verso i suoi fini? In che modo far capire ad un'altra persona la soluzione di un problema presente: gli fai violenza o la persuadi? Se gli fa violenza, presto o tardi, subirà una reazione alla sua azione; se lo persuade, invece, prima o poi le forze di entrambi si sommeranno.

Molte persone pensano che “il fine giustifica i mezzi” e pertanto forzano tutto ciò che trovano intorno a loro; sul momento possono anche ottenere risultati soddisfacenti, ma sicuramente in seguito incontreranno difficoltà, perché il fine raggiunto non potrà essere mantenuto per molto tempo.

Il Principio che stiamo commentando può riferirsi a due situazioni diverse. In una il fine cercato viene raggiunto, ma le conseguenze sono opposte a quelle che si sperava di ottenere. Nell'altra, per aver forzato qualcosa, si ottiene immediatamente una reazione sfavorevole. Trattiamo i due casi con una leggenda e con un insegnamento.

Vediamo il primo esempio.

Il vecchio Sileno era un satiro (un essere mezzo capro e mezzo uomo), saggio consigliere di Dioniso (il dio del vino).

Nonostante avesse un'apparenza grottesca, il suo spirito era profondo e saggio. A causa del suo aspetto, un giorno fu catturato da alcuni contadini mentre dormiva. I contadini, orgogliosi della loro preda, portarono Sileno, carico di catene, davanti a Mida, re di quella terra.

Mida, riconosciuta la vera natura del satiro, lo liberò e organizzò in suo onore grandi feste e cerimonie; inoltre lo pregò di perdonare i contadini per l'errore commesso. Il saggio Sileno lo fece e per di più volle ricompensare lo spirito pietoso del re.

“Chiedimi quello che vuoi e te lo concederò – disse Sileno – però, sii ragionevole, perché non potrò più toglierti ciò che ti avrò dato.”

Allora Mida chiese al satiro ciò che aveva desiderato per tutta la vita. Chiese di poter trasformare in oro tutto quello che toccava; spiegò il suo desiderio in questo modo:

“Il mio regno è povero, ma la sua gente è buona e unita. Se io fossi ricco, la felicità coronerebbe gli sforzi e le privazioni del mio popolo. Tutto il regno sarebbe beneficiato dai doni del suo amato re.”

Sileno lo accontentò e sparì.

Immediatamente i vestiti che erano a contatto con il corpo del re si trasformarono in oro. Allora Mida cominciò a percorrere i suoi domini convertendo in oro le case dei contadini, i pozzi, le coltivazioni, gli animali, fra lo stupore e la contentezza generale.

Ma ritornato al palazzo, la notte stessa, un clamore pieno di lamenti giunse fino a lui... I sudditi arrivavano con lagnanze sempre più grandi.

“Non posso mungere le mie capre d’oro – disse uno – e la mia famiglia rimarrà senza latte e senza carne.”

“Le piante dei campi non danno frutti! – gridavano altri.

E così arrivò al re ogni tipo di lamento.

Mida, meditando su come risolvere il problema, si versò del vino e portò alla bocca del cibo e della frutta. Tutto diventò subito d’oro, e non c’era liquido né alimento che potesse inghiottire.

In quella situazione la moglie andò a confortarlo e lo accarezzò, ma immediatamente si trasformò nella più bella statua d’oro.

Mida fece penitenza invocando Dioniso perché rompesse il sortilegio di Sileno. E il buon dio fece ritornare tutte le cose come erano al principio.

L’oro svanì, le capre tornarono ad essere capre, i pozzi tornarono a contenere acqua; le piante dei campi tornarono ad agitarsi al vento e la moglie del re uscì dal suo sogno d’oro. Allora Mida poté mangiare e bere e, insieme al suo popolo, ringraziò il dio per avergli concesso la povertà.

Vediamo ora l’insegnamento che si riferisce alla reazione sfavorevole.

Budda disse: “ad un uomo che mi fa danno, darò in cambio il mio affetto; quanto più grande sarà il danno che mi farà, tanto più grande sarà la bontà che partirà da me; così il profumo della bontà sempre arriverà a me e l’aria triste del male sempre andrà verso di lui.”

Un uomo insensato insultò Budda e questi gli domandò: “Se un uomo rifiuta il regalo che gli viene offerto, a chi apparterrà il regalo?” e l’altro rispose: “In questo caso apparterrà a chi l’ha offerto”.

“Bene – rispose Budda – tu mi hai insultato, ma io rifiuto il regalo e ti prego di tenerlo per te; non sarà questo per te origine di miseria?”

Il malvagio non rispose e Budda continuò: “Un uomo perverso che offende un uomo virtuoso è come colui che sputa verso il cielo: la saliva non sporca il cielo ma ritorna e macchia colui che ha sputato. Il calunniatore è come colui che tira terra contro un altro quando il vento gli soffia contro; la terra non fa altro che tornare a colui che l’ha lanciata”.

3° Il Principio di opportunità dell’azione: “Non ti opporre ad una grande forza, retrocedi finché essa si indebolisce, quindi avanza con risoluzione”.

Questo Principio non raccomanda di retrocedere davanti ai piccoli inconvenienti o ai piccoli problemi che si incontrano nella vita di tutti i giorni. È opportuno retrocedere, spiega il Principio, solo davanti alle forze irresistibili, a quelle, cioè, che riusciranno sicuramente a sopraffarci se le affronteremo. Retrocedere di fronte a piccole difficoltà debilita le persone, le rende pusillanimi e timorose. Non retrocedere dinanzi a grandi forze, al contrario, le predispone a tutti i tipi di fallimenti e di incidenti.

Ma il problema sorge quando la persona non sa in anticipo se è più o meno forte della difficoltà da affrontare.

Questo problema si risolve facendo piccole prove, cercando piccoli confronti che non compromettano completamente la situazione e che lascino aperta la possibilità di cambiare un atteggiamento che risultasse insostenibile.

L’idea di “prudenza” di cui si parlava nell’antichità è assai vicina a quella che stiamo spiegando.

Ma c’è un’altra domanda da porsi: quando avanzare? Come riconoscere il momento in cui la forza dell’ostacolo si è ridotta o meglio, il momento in cui la nostra forza è aumentata? Anche in questo caso vale la stessa idea di prima, e cioè prendere dei “campioni” della situazione, facendo dei piccoli tentativi non definitivi.

Quando il bilancio delle forze è in nostro favore e l’inconveniente si è debilitato, l’avanzamento deve essere totale. Infatti, avere riserve in un tale momento, non avanzare con tutta l’energia disponibile significa compromettere la vittoria.

Ecco la leggenda che corrisponde al Principio:

C’era una volta un vecchio pescatore, padre di tre figli, che era molto povero.

Aveva l’abitudine di lanciare le reti solo quattro volte al giorno. Un giorno fra i giorni, dopo aver lanciato invano la rete due volte, provò una grande allegria, sentendo che essa, la terza volta, pesava tanto che quasi non si poteva tirarla su.

Ma la sua disillusione non ebbe limiti quando vide che tutta la sua pesca consisteva in un asino morto, che qualche vicino malvagio aveva buttato in acqua. Si lamentò a voce alta della sua disgrazia e, mentre si disponeva a lanciare la rete per la quarta volta, disse: “La bontà di Allah è infinita. Forse ora avrò fortuna!”. Quando tirò su la rete, notò una seconda volta che pesava molto; l'aprì e trovò una grande coppa chiusa con un coperchio di metallo. Tolsse il coperchio, vuotò la coppa che era piena di fango, la guardò da tutti i lati; pensava ormai di portarsela a casa per venderla a un fonditore, quando dalla coppa cominciò ad uscire una colonna di fumo che diventò grande e fitta fino ad assumere la forma di un genio di proporzioni gigantesche: la sua fronte era alta come una cupola, le sue mani grandi come i fianchi di una montagna, la sua bocca nera come una caverna, i suoi occhi brillanti come torce e le sue gambe alte come alberi.

Alla vista di quel mostro, il pescatore tremando di paura cercò di fuggire ma la voce del mostro, potente come un tuono, lo immobilizzò.

“Non c'è altro dio al di fuori di Allah e Salomone è il profeta di Allah! – esclamò il genio. E in seguito aggiunse: “E tu, o grande Salomone!, profeta di Allah, comandami, disponi di me ed io ti obbedirò puntualmente.”

“O genio potente! – replicò il pescatore – Che stai dicendo? Forse non sai che è giunto Maometto, il profeta di Allah. Vuoi burlarti di me o sei matto?”

“Se sono matto? Per Allah, ti giuro che se mi offendi ancora ti ucciderò!”

“Saresti capace di farlo, o genio, dopo che ti ho liberato dalla prigione in cui stavi?!”

“Ascolta la mia storia, pescatore – disse il genio – e comprenderai che la mia minaccia non è vana:”

“Devi sapere che sono un genio ribelle. Il mio nome è Shar il Genio. Tutti i geni della mia specie prestarono obbedienza a Salomone, meno io, perché fuggii per non sottomettermi a lui; ma un visir che egli aveva mandato ad inseguirmi, mi catturò e mi condusse in catene in sua presenza. Quando fui davanti a lui mi chiese di accettare la sua religione; io mi rifiutai ed egli ordinò di mettermi nella coppa in cui mi hai trovato; poi la sigillò con il suo sigillo e dispose che fosse buttata in mare.”

“Dentro la mia stretta prigione promisi, nel primo secolo di prigionia, di rendere immortale l'uomo che mi avesse liberato. Ma nessuno mi liberò. Durante il secondo secolo, pensai di rendere padrone dei più ricchi tesori chi fosse arrivato in mio aiuto. E nessuno arrivò. Nel terzo secolo promisi che, chi mi avesse liberato, avrebbe avuto il mio potere, la mia forza e la mia sapienza. Ma anche questo invano. Allora, dando via libera a tutta la mia collera, giurai di uccidere l'uomo che mi avesse restituito la libertà. Quest'uomo sei tu e nessuno ti libererà dalla mia vendetta”.

“Ma se mi uccidi, o genio – rispose il pescatore – commetterai un'ingiustizia che Allah non ti perdonerà mai, giacché paghi con un crimine il bene che ti ho fatto ponendoti in libertà. Pensa inoltre che sono sposato e ho tre figli che ancora non si possono mantenere da soli...”

Pareva che niente potesse intenerire il gigante, anzi la sua faccia diventava sempre più feroce. Il pescatore comprese che la sua sorte dipendeva dal suo ingegno, e siccome non era stupido inventò uno stratagemma, a cui si attaccò come un naufrago si attacca ad una tavola che vede passare vicina sulla cresta di un'onda.

“Sei veramente deciso ad uccidermi?”, domandò il pescatore.

“Certamente”, rispose il mostro.

“Bene; però, prima di commettere quest'ingiustizia, toglimi un dubbio.

“Parla svelto, perché stiamo perdendo molto tempo.”

“Tu dici che stavi dentro questa coppa ma sembra difficile. Come puoi tu entrare in una coppa dove entra appena una mano? Ci credo solo se lo vedo.”

“Ah, questo significa che non ti fidi di me, eh? Bene, dopo ti ucciderò con più gusto, pescatore incredulo e senza fiducia.”

Allora il genio cominciò a dissolversi in fumo fino al punto che di lui rimase solo una specie di spirale che entrò nella coppa e, poi, sparì totalmente.

Dentro si sentì una voce che diceva:

“Ti convinci ora, o pescatore senza fiducia?”

La risposta del pescatore fu di mettere rapidamente sulla coppa il coperchio che aveva tolto. Il genio, vedendosi di nuovo imprigionato, prima gridò e minacciò, poi supplicò; ma il pescatore non fece caso né alle suppliche né alle minacce e, prendendo la coppa, fece finta di buttarla in acqua.

In questo modo strappò al genio un nuovo giuramento, che questi fu obbligato a mantenere dopo aver riacquisito la libertà.

4° Il Principio di proporzione: “Le cose stanno bene quando vanno insieme, non quando vanno isolate”.

Questo Principio spiega che se creiamo scompiglio in tutta la nostra vita per raggiungere un obiettivo verso il quale ci sentiamo spinti, l'ottenimento del risultato cercato ci espone a numerosi incidenti e inoltre che, quando esso viene effettivamente raggiunto in questo modo, le conseguenze saranno amare.

Se per ottenere denaro o prestigio mettiamo a repentaglio la nostra salute, sacrifichiamo le persone che amiamo, non ci preoccupiamo di altri valori, ecc., è possibile che ci accadano vari incidenti e che non otteniamo il risultato cercato. In altri casi può succedere che, pur ottenendolo, non avremo né la salute per goderlo, né altre persone con cui dividerlo, né altri valori che ci diano senso.

“Le cose stanno bene quando vanno insieme”: è proprio così, perché la nostra vita è un insieme che richiede un equilibrio e uno sviluppo globali e non parziali. Dato che esistono cose più importanti di altre, ogni persona deve possedere una sua scala di valori in modo da portare a compimento, con proporzione, ciò che secondo la sua valutazione è primario, secondario o terziario. Tutte le cose vanno avanti veramente insieme quando a ciascuna viene applicata una forza proporzionale all'importanza che le è stata attribuita.

Illustriamo quanto è stato spiegato con una leggenda, nella quale le azioni sproporzionate producono effetti disastrosi:

Quattro maghi vivevano in amicizia. Tre di essi avevano raggiunto una grande istruzione, ma mancavano di giudizio. L'altro aboriva l'istruzione, ma il suo modo di ragionare era eccellente.

Uno dei maghi disse:

“A che serve il giudizio senza l'istruzione? Chi lo possiede è in grado di sapere che cos'è buono e che cos'è cattivo, ma non sa fare né una cosa né l'altra.”

Per illustrare ciò che il primo aveva detto, il più giovane aggiunse:

“Domani dobbiamo essere a Persepoli, che si trova a grande distanza; in un giorno i nostri cammelli non potranno farcela, però con la nostra istruzione ce la faremo.”

Allora chiesero al mago giudizioso di condurre lì vicino uno dei cammelli; quindi un altro mago gli stirò le gambe fino all'altezza di una Casa del Silenzio, un altro ancora gli allargò la groppa in modo che tutti e quattro potessero sedere su altrettante gobbe, e l'ultimo si preoccupò di dargli un collo tanto lungo che l'animale potesse vedere in lontananza qualunque cosa interessante.

Il mattino seguente montarono solo in tre, perché il mago giudizioso disse:

“Meglio tre che quattro, quando i problemi si sommano.”

E i tre maghi montarono in sella, ridendo del suo timore.

Cominciarono la corsa a grande velocità, ma ben presto si accorsero che mai avrebbero trovato tanta acqua da saziare la sete di un animale simile. Per colmo di sventura i forti venti di sabbia colpivano la testa altissima dell'enorme mostro, che invece di tenerla dritta, era costretto a darle la forma di un serpente che va veloce dietro la preda.

Così il cammello, indebolito e squilibrato dall'anormale posizione del collo, finì per cadere come una torre alla quale non reggono le fondamenta.

Triste fu il ritorno dei maghi; ma fortunatamente il mago giudizioso li aspettava per confortarli.

Ad ogni modo non arrivarono in tempo alla meta e perdettero l'affare.

Un altro giorno tutti e quattro trovarono un animale morto; i tre maghi istruiti allora vollero dimostrare a quello giudizioso il valore dell'istruzione e dissero:

“Su, facciamo qualcosa per questo povero leone morto. Ma questa volta metiamoci d'accordo fra di noi in modo che tutte le parti stiano attaccate bene e formino un insieme ragionevole, perché in quella storia del cammello ciascuno di noi mise separatamente la sua arte e non tutti e tre insieme.”

Il primo disse allora:

“Io so come unire lo scheletro.”

Il secondo disse:

Libro de La Comunità

“Io posso dargli la pelle, la carne e il sangue.”

Il terzo disse:

“Io posso dargli la vita.”

Così il primo unì lo scheletro, il secondo fornì la pelle, la carne e il sangue. E, mentre il terzo cercava di dargli la vita, il mago giudizioso gli consigliò di non farlo e osservò:

“Questo è un leone. Se tu gli dai la vita ci ucciderà tutti.”

“Sempliciotto! – disse l’altro – Sarò io a dimostrare che il tuo giudizio non vale nulla.”

“In questo caso – fu la risposta – aspetta un momento che mi arrampico su quest’albero che fa proprio al caso mio.”

Quando il mago giudizioso si fu arrampicato, l’altro diede vita al leone, che si alzò e li uccise tutti e tre; quando il leone si fu allontanato, il mago giudizioso scese dall’albero e se ne andò a casa.

5° Il Principio di conciliazione: “Se per te stanno bene il giorno e la notte, l’estate e l’inverno, hai superato le contraddizioni”.

Questo Principio, usando un linguaggio figurato, fa risaltare situazioni di opposizione. Tuttavia esso spiega che l’opposizione può essere conciliata se viene modificato il punto di vista sul problema in cui essa compare.

In estate il caldo eccessivo fa pensare, per compensazione, al freddo dell’inverno e viceversa. Tutte le situazioni difficili fanno evocare o immaginare le situazioni opposte; ma quando ci troviamo in queste ultime sorge di nuovo la discordanza. Dunque la compensazione ci riporta sempre al suo opposto. Quando appare la sofferenza, immediatamente scatta il meccanismo di compensazione ma non per questo la sofferenza viene vinta.

Quando una persona è orientata da un preciso senso della vita, il suo punto di vista sulle difficoltà e il suo comportamento di fronte ad esse sono molto diversi da quelli che ora abbiamo descritto. Infatti, se una persona crede che la sua vita abbia un senso e che tutto ciò che le succede serva per apprendere e per perfezionarsi in quella direzione, non eluderà in modo compensatorio i problemi che le si presentano, ma li accetterà, scoprendo anche in essi un qualche aspetto utile; trarrà profitto sia dal freddo dell’inverno che dal caldo dell’estate; allora, quando le si presenterà una di queste due cose, dirà: “dov’è l’opposizione fra le stagioni, se entrambe mi servono?”.

Ecco una storia che illustra alla perfezione questo modo di pensare e di agire:

Ci fu un uomo chiamato Giobbe, retto e timoroso di Jehovah; la sua prole e la sua ricchezza erano grandi ed era in tutto sottomesso alla volontà di Dio.

Un giorno vennero i figli di Dio a presentarsi davanti a Jehovah; tra loro venne anche Satana, il maligno. E disse Jehovah a Satana: “Da dove vieni?”. E Satana disse in risposta: “Ho fatto il giro della terra ed ho camminato su di essa”. Jehovah disse a Satana: “E Giobbe? Hai considerato che non c’è un uomo più giusto di lui sulla terra”. A questo Satana rispose: “Il lavoro delle sue mani hai benedetto e la sua fattoria ed i suoi figli sono cresciuti. Ma allunga ora la tua mano, e tocca tutto ciò che possiede e vedrai che bestemmierà il tuo volto”. Jehovah permise allora che il maligno mettesse la sua mano su ogni possesso di Giobbe, ma non sulla sua persona.

Allora i figli di Giobbe furono uccisi dai briganti, il fuoco bruciò le sue pecore, i Caldei rubarono i suoi cammelli e un grande vento distrusse la sua casa.

Saputo tutto ciò, Giobbe fece penitenza e prostratosi a terra disse: “Nudo sono uscito dal ventre di mia madre e nudo vi tornerò: Jehovah mi diede e Jehovah mi tolse, benedetta sia la sua volontà”.

Allora Satana chiese permesso a Dio di toccare Giobbe e Jehovah glielo diede a condizione che non prendesse la sua vita.

Fu Giobbe colpito dalla rogna, dalla pianta dei piedi fino alla punta della testa. E prendeva una tegola per grattarsi, seduto in mezzo alla cenere.

Così, per anni, l’afflizione e la malattia caddero sulla testa di Giobbe e sua moglie da lontano gli gridava: “Ancora mantieni la tua semplicità? Benedici Dio e muori!” E Giobbe le rispondeva: “Abbiamo ricevuto il bene da Dio, perché non dovremmo ricevere anche il suo male? Santi sono il Suo nome e la Sua volontà”.

Anche i suoi amici ed i suoi conoscenti si allontanarono e furono molti quelli che, pur essendo stati confortati da lui nel momento del bisogno, gli dissero: “I mali ed i beni vengono ripartiti nella vita,

ma chi se non un peccatore o un ipocrita può ricevere tanto male? Perché ci sono i cattivi che godono benefici così come ci sono anche i buoni. Tanto i cattivi che i buoni ricevono l'ira di Dio sulle loro teste, ma non ci sono persone che soffrono dal cielo tanto male in cambio delle benedizioni, o è Jehovah ingiusto?". A questo Giobbe rispose: "Non sono io colui che può giudicare i disegni di Jehovah. Egli mi diede, Egli mi tolse, benedetta sia la Sua volontà".

Allora Jehovah si prese cura di Giobbe e aumentò del doppio tutte le cose che erano state sue.

E vennero a lui tutti i suoi fratelli e tutte le sue sorelle e tutti coloro che lo avevano conosciuto e mangiarono il pane con lui nella sua casa e si consolarono per lui, e lo consolarono per tutto il male che su di lui Jehovah aveva tratto; e ognuno di loro diede a Giobbe una moneta e un orecchino d'oro.

E benedisse Jehovah gli ultimi tempi di Giobbe più che il suo inizio; perché ebbe quattordicimila pecore e seimila cammelli e mille coppie di buoi e mille di asini.

Ed ebbe sette figlie e tre figli.

E non si trovavano in tutta la terra donne belle come le figlie di Giobbe.

E dopo questo visse Giobbe cento e quaranta anni e vide i suoi figli e le figlie dei suoi figli, fino alla quarta generazione.

E Giobbe disse allora: "Jehovah mi tolse, Jehovah mi diede, benedetta sia la Sua volontà".

6° Il Principio del piacere: "Se inseguì il piacere, ti incateni alla sofferenza. Ma se non pregiudichi la tua salute, godi senza inibizioni quando l'opportunità si presenta".

A prima vista questo Principio può risultare scioccante perché viene da pensare che esso stia affermando: "Godi, anche se danneggi gli altri, giacché l'unico freno è dato dalla tua salute personale". Ma il Principio non sta affatto affermando questo. In realtà esso non solo spiega che è assurdo danneggiare la propria salute con piaceri esagerati oppure decisamente nocivi, ma fa anche notare che la negazione pregiudiziale del piacere produce sofferenza, ed inoltre che l'esercizio del piacere con problemi di coscienza è anch'esso dannoso. In sintesi, l'idea principale è quella di non perseguire il piacere, ma di esercitarlo semplicemente quando si presenta, giacché la ricerca dell'oggetto piacevole quando esso non è presente o la sua negazione, quando esso appare, sono sempre accompagnate da sofferenza.

Questo Principio, come tutti gli altri, non deve essere considerato separatamente dall'insieme, né essere interpretato in opposizione agli altri. Infatti, c'è un altro Principio che dice: "Quando tratti gli altri come vuoi essere trattato, ti liberi". È chiaro allora che il senso cambia quando viene praticato l'insieme dei Principi e non un Principio isolato.

Nella seguente leggenda si descrivono le posizioni sbagliate e quelle giuste nei confronti di un oggetto piacevole:

Il maestro regalò all'assemblea dei discepoli un dolce magico che si poteva mangiare a volontà senza che diminuiva; però il dolce non diminuiva solo se lo si mangiava un'unica volta al giorno.

Il maestro fece questo regalo alla vigilia di un lungo viaggio; pensava così di evitare alla comunità dei monaci alcuni piccoli problemi.

Un primo discepolo assaggiò il dolce e rimase meravigliato del suo squisito sapore. Ma appena fu sazio, cominciò ad immaginare la porzione del giorno successivo. Così, di giorno in giorno, la sua ossessione andava crescendo. La situazione si fece tanto intollerabile che, alla fine, il discepolo decise di porvi termine, mangiando una porzione tale da soddisfare il desiderio fino alla razione successiva. Ma tutto finì con una indigestione così grande che quasi morì.

Per ricordare il fatto, sulla facciata del monastero fu collocata una epigrafe con la seguente iscrizione: "Soffre colui che cerca e colui che desidera conservare".

Un secondo discepolo, considerando quanto era successo, non volle assaggiare per niente il dolce, anche se moriva dalla voglia di farlo. Era stato detto che il piacere portava al dolore e che, perciò, per non soffrire bisognava non godere. Una cosa conduceva all'altra, come provava l'esperienza. Tuttavia accadde che, giorno dopo giorno, l'asceta immaginava montagne di dolci senza poterne assaggiare neanche un boccone. A volte, mentre dormiva, dolci enormi popolavano i suoi sogni ed egli si svegliava di soprassalto come se l'avesse morso una di quelle grandi

formiche chiamate "solitarie". Un giorno, per evitare che la sofferenza crescesse sempre di più, assaggiò il meraviglioso alimento, ma con questo tradì le sue convinzioni e fece aumentare la sua ossessione.

Sulla facciata del monastero venne collocata una seconda epigrafe che diceva: "Il peccato non si trova nel dolce e neanche nella pancia, ma in quello che si sogna e si pensa più in alto di essa".

Alla fine, un terzo discepolo si chiese quali erano i compiti che il maestro aveva raccomandato prima della partenza. Si accorse che il monastero, l'orto e gli animali erano rimasti senza cura, e che le diverse opinioni sul dolce avevano diviso la comunità. Allora cominciò a lavorare per rimettere tutto in ordine prima che il maestro tornasse. Mentre era occupato in una delle stanze, trovò il motivo dello scandalo. Si fermò un attimo, ne tagliò un bel pezzo e lo assaggiò lentamente. Poi se ne scordò per tutto il lavoro che aveva da fare nel monastero.

Quando il maestro ritornò, trovò le due lastre nell'ingresso della casa e chiese spiegazioni. La storia che gli raccontarono lo spinse a disfarsi del dolce. Poi il maestro disse: "È stata commessa una grande ingiustizia. Ponete una terza lastra che proclami: L'eccesso di uno stupido forte e l'ascetismo di un debole dotto portano allo stesso risultato. Per il santo è un pezzo di dolce, per l'ingordo un grande problema".

7° Il Principio dell'azione immediata: "Se insegui un fine ti incateni. Se tutto ciò che fai, lo fai come un fine in se stesso, ti liberi".

Questo Principio insegna ad ottenere un beneficio da ogni situazione intermedia che ci porta verso il raggiungimento di un obiettivo. Esso non ci dice che non debbano esistere fini, giacché la pianificazione di una qualunque attività implica un fine. Il Principio spiega che, dato un fine qualsiasi, tutti i passi che conducono ad esso debbono essere considerati nel modo più positivo possibile. In caso contrario, qualunque attività precedente all'ottenimento del fine produce sofferenza; ed allora il fine, anche se raggiunto, perde il suo significato per il costo vitale rappresentato dalla sofferenza investita nei passi intermedi.

La seguente leggenda descrive i problemi che si presentano quando non si tiene conto della situazione immediata in cui si vive, ma si considerano solo gli obiettivi lontani da essa:

Una lattaia portava sulla testa una grossa brocca di latte. La portava a vendere al mercato del paese.

"Ecco, porto una brocca piena di latte; - disse tra sé - se viene una carestia guadagnerò cento rupie. Con quella somma potrò comprare due capre. Ogni sei mesi esse faranno altre due capre. Dopo le capre, verranno le mucche; quando le mucche partoriranno, venderò i vitelli. Dopo comprerò i bufali; dopo le cavalle. Le cavalle mi daranno molti cavalli. La vendita di questi significa oro in abbondanza; l'oro mi farà comprare una grande casa con un cortile. Allora verrà a casa mia una persona che si presenterà con una dote adeguata alla mia posizione, e ci sposeremo. Avremo un figlio che chiameremo Signor Luna.

Quando sarà più grande, correndo verso di me si avvicinerà troppo ai cavalli. Allora mi arrabbierò e chiamerò il padre per mandarli via, ma siccome lui se ne starà per i fatti suoi, non lo farà. Allora io mi avvicinerò ai cavalli e li catterò via a calci".

La lattaia era tanto preoccupata del suo sogno ad occhi aperti, che fece un passo falso ed inciampò su una pietra che non aveva visto. E la brocca le cadde dalla testa e si ruppe e tutto il contenuto si versò per terra.

8° Il Principio di comprensione dell'azione: "Farai sparire i tuoi conflitti quando li comprenderai nella loro ultima radice e non quando li vorrai risolvere".

Questo Principio invita ad evitare l'improvvisazione mossa da impulsi irrazionali. Esso non dice che, quando si presenta un problema, non bisogna fare nulla ma piuttosto che, mentre si agisce, bisogna anche comprendere. Quasi tutte le persone, quando si trovano in presenza di un conflitto, vengono prese dall'ansia e si lanciano a risolverlo senza cercare di comprenderlo nella sua radice.

Se si agisce in questo modo il problema finisce per complicarsi e dare origine ad un altro, in una catena interminabile.

Esaminiamo un esempio di quanto detto nella seguente leggenda:

Un giovane pastore, per colpa della coperta che era troppo corta, anche se ben tessuta e di buona qualità, passava male le notti fredde.

Il pastore di solito parlava a se stesso in questo modo: “Fin da piccolo questa coperta mi ha protetto dai venti, dalle gelate e dalla neve; adesso però ci passa il freddo. Certo, a forza di adoperarla qua e là si è logorata. Però se mi è servita quando ero piccolo, dovrà servirmi anche adesso; basta che le faccia i rammendi giusti”.

Così si mise all'opera e la coperta fu nuovamente in buone condizioni.

Quando arrivò la notte, si accorse che i piedi, che restavano scoperti, erano sul punto di congelarsi. Allora prese la coperta e la spostò verso i piedi, lasciando scoperto un bel pezzo del petto, perché la coperta era troppo corta.

Coprendo i piedi, scopriva il petto e viceversa, e così passò la notte.

La notte successiva rifletté in questo modo: “Se questa coperta mi ha accompagnato nell'infanzia e a quel tempo mi ha protetto e riscaldato bene, anche adesso dovrà servirmi, perché è come nuova dopo che l'ho aggiustata. Debbo raggomitolarli bene quando dormo perché sembra che sia cresciuto troppo”.

L'alba successiva trovò il giovane insonne e con il corpo tutto indolenzito perché aveva dormito raggomitolato.

Allora decise: “La coperta non è cresciuta in tutto questo tempo ed io non posso rimpicciolirmi, dunque non possiamo continuare a stare insieme”.

9° Il Principio di libertà: “Quando danneggi gli altri resti incatenato. Ma se non danneggi nessuno, puoi fare quello che vuoi in libertà”.

Questo Principio spiega, in primo luogo, che se creiamo dei problemi agli altri, ne verrà come conseguenza che gli altri creeranno problemi a noi. E, in secondo luogo, esso dice che non c'è motivo di smettere di fare ciò che ci piace, se nessuno viene danneggiato dalle nostre azioni.

Ecco alcuni insegnamenti sulla giusta libertà di azione:

Gesù disse: “Non giudicate per non essere voi stessi giudicati. Perché con il giudizio con cui giudicate, sarete giudicati e con la stessa misura con cui misurate, sarete misurati”.

E con questo dimostrava che il male fatto agli altri è anche male per colui che lo fa.

E accadde che, mentre Gesù era seduto ad una tavola, si sedettero al suo fianco molti pubblicani e peccatori, perché ce n'erano molti e lo seguivano.

E i suoi nemici, vedendolo mangiare con i pubblicani e i peccatori, dissero ai suoi discepoli: “Com'è possibile che il vostro maestro mangi e beva con i pubblicani e i peccatori?”.

E Gesù, udendoli, disse loro: “Non i sani hanno bisogno del medico, ma coloro che stanno male”.

E accadde che, passando per i campi di grano, di sabato, i discepoli cominciarono a raccogliere le spighe. Allora i suoi nemici dissero loro: “Perché fate di sabato quello che non è lecito?”.

Ed egli disse loro: “Non l'uomo è stato fatto per il sabato, ma il sabato per l'uomo”.

E molte cose spiegava dicendo: “Andate, ma prima imparate che cosa vuol dire: misericordia voglio, e non sacrificio”.

10° Il Principio di solidarietà: “Quando tratti gli altri come vuoi essere trattato, ti liberi”.

Questo Principio ha grandi conseguenze perché porta verso un'apertura, una comunicazione positiva con gli altri esseri umani. Sappiamo che la chiusura in se stessi genera problemi più o meno gravi. Ciò che viene chiamato “egoismo” può essere ridotto proprio ad un problema di chiusura e di mancanza di comunicazione. Il Principio attribuisce importanza al fatto di indirizzarsi in modo positivo verso gli altri e pertanto è complementare al Principio precedente che raccomanda di “non danneggiare gli altri”. In ogni modo la differenza tra i due Principi è grande.

L'insegnamento sull'azione solidale è uno dei più antichi dell'umanità. Vediamo il seguente esempio:

Un discepolo domandò a Confucio: "Qual è l'uomo buono?".

Il maestro rispose: "Puoi chiamare buono l'uomo che conosci dalle sue azioni buone. Se un governante fa ogni sforzo per il suo popolo e vive solo per esso, puoi chiamarlo buono. Ma più che buono è santo colui che prima si fortifica nella conoscenza e poi la dà agli altri; colui che consegue benefici e poi li dà agli altri; colui che fa agli altri ciò che vorrebbe che gli altri facessero a lui. Pertanto, senza essere governante, qualunque suddito può essere santo nella sua misura e ciò non dipende né dal suo rango né dalle sue ricchezze".

11° Il Principio di negazione degli opposti: "Non importa da che parte ti abbiano messo gli avvenimenti, ciò che importa è che tu comprenda che non hai scelto nessuna parte".

Qui non si spiega che bisogna abbandonare ogni parte. Qui si suggerisce di considerare che la parte nella quale uno si trova, è il risultato di fattori che non dipendono dalla nostra scelta: fattori educativi, ambientali, ecc. Questo atteggiamento fa retrocedere il fanatismo e nello stesso tempo permette di comprendere le posizioni, le "parti", che le altre persone assumono. È evidente che questo modo di considerare il problema contribuisce alla libertà della mente e permette di tendere un ponte fraterno verso le altre persone, anche se le loro idee non coincidono con le nostre o sembrano addirittura opposte.

Questo Principio, mentre da un lato riconosce la mancanza di libertà nelle situazioni che la persona non ha costruito, dall'altro afferma la libertà di negare le opposizioni quando esse sono parte di situazioni non scelte. In altre parole: io non ho scelto di essere né alto né basso, né grasso né magro; allora se la mia condizione si trova in opposizione a quella degli altri, che come me, non hanno scelto la loro, ho la libertà di negare questa opposizione. Io non ho inventato né gli alti, né i bassi, né i grassi, né i magri e pertanto nego ogni tipo di opposizione responsabile.

Vediamo un antico insegnamento su questo tema:

I nemici di Gesù decisero di metterlo in difficoltà; gli presentarono allora la scelta fra due alternative, sapendo che, qualunque delle due avesse scelto, si sarebbe trovato in contraddizione. Si avvicinarono a lui e dissero: "Maestro, sappiamo che sei amante della verità, che insegni con verità il cammino di Dio e che non ti pieghi di fronte a nessuno perché non hai preferenza per persona d'uomo. Dicci allora: che ti sembra? È lecito dare il tributo a Cesare o il tributo deve essere per il culto religioso?".

Ma Gesù, intesa la loro malizia, disse loro: "Perché mi tentate, ipocriti? Mostratemi la moneta del tributo".

Ed essi gli mostrarono un denaro.

Allora disse loro: "Di chi è questa effigie?".

Gli dissero: "Di Cesare".

Ed egli disse loro: "Allora pagate a Cesare quel che è di Cesare e a Dio quel che è di Dio".

Ascoltando questo i suoi nemici si confusero e, lasciandolo, si allontanarono.

12° Il Principio di accumulazione delle azioni: "Sia gli atti contraddittori che quelli unitivi si accumulano in te. Se ripeti i tuoi atti di unità interna, niente ti potrà fermare".

Con questo Principio si intende dire che ogni atto realizzato rimane impresso nella memoria, a partire dalla quale influisce nelle altre due vie, cioè sulla sensazione e sull'immaginazione. Pertanto sia la ripetizione di atti che danno unità interna, che quella di atti che generano contraddizione, conformano un comportamento che a sua volta indirizza le azioni future o nel senso dell'unità o in quello della contraddizione. Ripetere gli atti di unità interna significa esercitare i Principi nella vita di tutti i giorni. Con questo non s'intende dire che si tratta solo di ripetere un atto (o un Principio) isolato, ma piuttosto di ripetere un insieme di atti di unità interna.

È certo che, se pratichiamo tutti i Principi, ci troviamo ad applicare una disciplina integrale, capace di trasformare la nostra condizione sofferente, in una nuova forma di vita, caratterizzata da una unità interna crescente e, quindi, da una crescente felicità.

Talvolta succede che una persona o un insieme umano costruiscano la loro vita sommando atti contraddittori; una vita di questo tipo può dare anche, per un certo tempo, dei grossi successi. Però, presto o tardi, si produrrà una catastrofe, perché la base su cui essa si regge è falsa. Molta gente vede solo gli aneddoti di successo, di una vita costruita sulle contraddizioni, ma non comprende il processo della propria vita, né la fine assurda a cui essa va incontro.

Vediamo ora una leggenda che illustra come si accumulano gli atti contraddittori:

Un principe orgoglioso decise di costruire una torre enorme, che arrivasse in alto fino al cielo. Allora riunì un terzo dei suoi uomini e gli affidò il lavoro.

Ad eccezione dei saggi, il popolo era ormai corrotto come il suo principe. Era, quel regno, rapace con i suoi vicini e vanitoso delle sue ricchezze.

Passarono gli anni e la costruzione continuò a salire, arrivando fino alle nuvole. Però, man mano che si alzava, i problemi crescevano. Le forze del regno dovevano ogni volta procurarsi nuovi mezzi, nuovi animali e schiavi.

Allora, mentre il terzo iniziale della popolazione continuava a lavorare sulla torre, fu necessario impiegare un altro terzo per la guerra e un altro terzo ancora per il trasporto, l'equipaggiamento, l'amministrazione e l'artigianato.

Mentre gli anni passavano, tutto continuava ad accumularsi. Come lo sforzo si somma allo sforzo, così le pietre si sommano alle pietre.

E la torre continuava a portare verso l'alto tutta la ricchezza, tutto il potere, tutta la sofferenza. Ed il regno intristiva; era come la terra quando è colpita dalla siccità perché le acque del mare che evaporano e salgono verso l'alto non tornano più ad essa con la pioggia.

Allora i saggi si riunirono e domandarono alle ombre: "Che cosa unisce il popolo?". E le ombre risposero: "Il suo orgoglio".

E nuovamente domandarono: "Che cosa divide questo popolo?". Le ombre dissero un'altra volta: "Il suo orgoglio".

Fu allora che i saggi, calcolando bene le conseguenze delle loro azioni, si sparsero fra i costruttori dicendo: "Questa torre che ci procurerà il rispetto e la sottomissione di tutte le nazioni, richiede che i suoi costruttori siano all'altezza di tanto merito. Perciò gli ingegneri, gli architetti, i maestri tagliatori e i capomastri debbono dare gli ordini gerarchicamente e dall'altezza della torre che corrisponde alla loro dignità".

Accadde allora che tutti vollero dirigere la costruzione dall'ultimo tratto della rampa; ma erano tanto lontani dalla terra che le loro grida, giù in basso, venivano intese male. Peggio ancora, gli ordini degli uni contraddicevano gli ordini degli altri.

Fu così che alcuni operai cominciarono a far salire i mortai dove dovevano arrivare le leve, mentre altri riparavano attrezzi che nessuno poi trasportava.

Alla fine la costruzione cominciò a diventare irregolare; le corde si spezzavano negli spigoli dei muri, le pulegge ed i cesti cadevano. In alcuni punti la malta era troppa e in altri mancava; e così, in mezzo a quel caos, la torre era ormai una somma di errori e cominciava a inclinarsi pericolosamente.

La follia dei costruttori fu tale che essi continuarono a caricare la torre fino al punto che le fondamenta non ressero, ed essa crollò, trascinando giù i suoi artefici, dal punto più alto nel cielo fino a quello più basso sulla terra.

Allora i saggi si riunirono nuovamente e dissero: "Serviamoci di questo materiale per fare qualcosa di utile. Facciamo in modo che ne derivi qualche beneficio per il nostro popolo".

E così le acque furono incanalate e portate nei campi lontani, le case del popolo riparate, le mura della città estese per la difesa e non per l'attacco.

Tutto questo andò a beneficio del popolo e il popolo lavorò vivendo in pace con se stesso e in amicizia con i suoi vicini.

CAPITOLO IV - Esperienze Guidate

Esperienze Guidate, tratte dal Libro "Esperienze Guidate", Silo, Opere Complete, Vol. I

Introduzione¹⁴

Le esperienze guidate sono, essenzialmente, lavori con immagini.

C'è chi sostiene che, come accade nei sogni e nelle fantasie, non succede niente di speciale con le immagini, visto che non hanno nessuna relazione con la vita quotidiana.

Alcune religioni accusano le altre di idolatria dichiarando che immaginare visivamente Dio o esporre le sue diverse rappresentazioni artistiche è una empietà. È chiaro che anche gli accusatori elevano orazioni, si immaginano suoni e collocano il corpo in determinate direzioni, senza sapere che anche in questi casi operano con immagini, solo che queste non sono visive.

Molti pensano che si dovrebbero proibire certe immagini in TV perché lì si trovano le cause della violenza attuale. Altri opinano che grazie alle immagini i leader conservano e ampliano il loro potere e le imprese migliorano le proprie vendite.

Infine, la superstizione in questi campi è straordinaria e uno può trovare la posizione che più si confà ai suoi interessi o alle sue particolari credenze.

Esistono diverse immagini che corrispondono ai sensi esterni (visive, auditive, olfattive, gustative e tattili) e anche immagini che corrispondono ai sensi interni (cenestesiche, proprie dell'intracampo; chinestesiche, proprie del movimento e della posizione del corpo; termiche, proprie della temperatura esterna e molte altre che corrispondono a recettori di pressione, di acidità, di alcalinità, ecc.).

Da parte nostra, consideriamo le immagini come un appoggio interessante per variare il punto di vista, per rendere più agile la dinamica mentale e l'ingegno, per riscattare emozioni, per ricordare fatti della vita, per disegnare progetti. Le nostre esperienze guidate tendono a positivizzare l'esistenza, a rafforzare il contatto con se stessi, a favorire la ricerca del senso della vita.

Le esperienze guidate consistono in una serie di frasi mediante le quali si descrive la scenografia mentale nella quale il praticante deve ubicarsi, producendo climi affettivi che permettano il sorgere dei particolari contenuti di chi sta realizzando l'esperienza.

Le frasi sono separate da punti, che indicano a chi legge i tempi appropriati affinché ogni persona collochi mentalmente i personaggi e gli oggetti che gli sembrano più adeguati; gli asterischi (*), invece, segnalano silenzi un po' più prolungati.

Questa originalità fa sì che coloro che ascoltano, invece di seguire passivamente tutto lo sviluppo, partecipino attivamente all'esperienza riempiendo le scene con i propri contenuti mentali. In tal modo, anche se l'argomento è uguale per tutti, la stessa esperienza risulta totalmente differente per ogni persona, cosa che si può comprovare successivamente al momento dell'interscambio e della discussione sul lavoro svolto.

In generale nelle esperienze troviamo la seguente struttura:

- Entrata nel tema
- Tensione (nodo)
- Risoluzione
- Uscita con un clima positivo.

L'intenzione è che nel processo questo sistema di immagine si vada integrando nello psichismo del soggetto fino ad influire in un modo positivo sulla sua condotta giornaliera.

In sintesi diremo che:

È importante stabilire relazioni tra quello che succede nel proprio psichismo e quello che a uno succede nella vita quotidiana. Ci interessa anche relazionare le difficoltà che si hanno con le esperienze guidate e quelle che si hanno nella vita.

Sono importanti le modifiche che si producono, fondamentalmente, nella condotta.

Si comincia a crescere realmente quando nella propria condotta sorgono risposte generatrici, cioè quando ci si dirige verso gli altri e si spinge affinché gli altri facciano altrettanto.

Raccomandazioni

- Durante il lavoro con esperienze guidate conviene che l'ambiente sia in silenzio e ci sia una illuminazione tenue. È raccomandabile che l'esercizio si realizzi con le palpebre chiuse.

- Le esperienze guidate servono da cornice affinché sia il praticante a riempire le scene con se stesso e le sue proprie immagini, diventando il "protagonista" della narrazione. Per questo parliamo di "modelli di meditazione dinamica, il cui oggetto è la vita di chi medita e la cui intenzione è individuare e superare i conflitti".

- Il personaggio è l'osservatore, agente e paziente di azioni ed emozioni.

- Chiamiamo resistenze le difficoltà che si hanno nel seguire le rappresentazioni suggerite nell'esperienza (potrebbe essere molto interessante prendere nota delle stesse).

- La rilevazione delle resistenze è molto importante e si invita ad osservare il riflesso delle stesse nella vita quotidiana e nella propria condotta. Allo stesso modo, a comprovare i cambiamenti quando le resistenze sono state vinte.

- L'interscambio tra i partecipanti, successivo all'esperienza realizzata, serve per ampliare e cambiare il punto di vista sulla propria esperienza. Questo interscambio è orientato, basilamente, al rilevamento delle resistenze e al loro superamento, e riferito esclusivamente all'esperienza realizzata in quella riunione.

CHIARIMENTI

Chiarimenti sulle esperienze di riconciliazione con il passato

IL BAMBINO: Questa esperienza punta alla riconciliazione con un'ingiustizia vissuta. L'intenzione è quella di liberarsi di sentimenti negativi che, per autocompassione, limitano il comportamento nel mondo delle relazioni.

L'ANIMALE: Si propone di ricostruire una scena del passato legata ad una "fobia" o timore irrazionale con l'obiettivo di toglierle la carica oppressiva.

IL NEMICO: Questa esperienza punta alla riconciliazione con qualche persona che ci genera o ci ha generato perturbazione. È importante riconciliarsi internamente con ciò che crediamo ci abbia pregiudicato o con la persona con la quale siamo risentiti. La riconciliazione non solo apporta beneficio nel comportamento esterno ma permette anche di integrare e superare contenuti mentali opprimenti.

IL GRANDE ERRORE: Propone di rifocalizzare l'apparente "grande errore" della propria vita e arrivare ad un nuovo punto di vista. Questo permette di riconciliarsi con se stessi e aiuta ad ottenere coerenza nella vita.

LA NOSTALGIA: Questa esperienza mira a comprendere le relazioni affettive della propria vita. Contribuisce a superare frustrazioni e risentimenti predisponendo ad un atteggiamento costruttivo nel presente e per il futuro.

LA COPPIA IDEALE: Questa esperienza propone una revisione delle relazioni affettive. Le ricerche, le rotture, gli incontri e le fantasie sono legati ad un nucleo di coppia ideale che non si avverte quotidianamente ma che senza dubbio agisce e orienta in determinate direzioni.

IL RISENTIMENTO: Ogni nemico e ogni risentimento dentro di noi limitano il presente e chiudono il futuro. La riconciliazione con il passato libera cariche e favorisce lo sviluppo personale.

LO SPAZZACAMINO: Ha come finalità raggiungere un immediato sollievo delle tensioni interne motivate da conflitti non risolti o negati.

Chiarimenti sulle esperienze di ubicazione nel momento attuale

LA PROTETTRICE DELLA VITA: La riconciliazione con il proprio corpo è un'esperienza raccomandabile a tutte le persone. Qui si propone di prendere contatto con i problemi del corpo e accettarlo così com'è come primo passo per avanzare nel criterio di realtà.

IL MINATORE: Permette di comprendere la relazione che esiste tra i pensieri e le tensioni viscerali o interne del corpo. Evidenzia anche il fenomeno inverso, nel quale le tensioni o le irritazioni corporee profonde danno luogo a immagini e stati di animo. Oltre a permettere distensioni profonde, permette di porre l'attenzione sulle immagini negative che tanto frequentemente producono conseguenze psicosomatiche.

LA GUIDA INTERNA: Esiste un meccanismo utile, proprio dell'immaginazione: il meccanismo della Guida Interna. Questa esperienza propone di configurarne l'immagine.

Qualunque persona può rendersi conto che esistono determinate guide interne per le quali ha una particolare preferenza. Riconoscere la o le guide che servono da riferimento è molto interessante, però qui si propone di trovare un'immagine che abbia tre requisiti: 1- saggezza, 2- bontà e 3- forza. Se manca qualcuno di questi tre attributi, la relazione con l'immagine della guida non è costruttiva. Nei momenti di solitudine o di confusione, è un grande aiuto potersi mettere in contatto con la guida interna, perché essa ci offre risposte e compagnia.

In base al meccanismo della Guida Interna, esistono esperienze brevi per situazioni puntuali: il disorientamento, l'oppressione e l'indecisione.

Chiarimenti sulle esperienze di proponimenti per il futuro

L'AZIONE CHE SALVA: Introduce il tema delle "buone azioni" per pianificare idee di solidarietà e aiuto verso gli altri. L'Esperienza spinge all'apertura e alla comunicazione con altre persone e allo stesso tempo propone di rafforzare atteggiamenti solidali.

LE FALSE SPERANZE: Mira a risolvere problemi con il futuro, chiarendo progetti. Questo permette di muoversi nella vita quotidiana senza le confusioni o le perdite di tempo prodotte dalle false speranze.

Chiarimenti sulle esperienze sul senso della vita

LA RIPETIZIONE: Questa esperienza propone di esaminare la direzione della vita dal passato al momento attuale. La riflessione permette un cambiamento di direzione anche quando il nuovo obiettivo non appaia del tutto chiaro ed è capace di produrre cambiamenti profondi e positivi nella semplice meccanica di vita portata avanti fino al momento attuale.

IL VIAGGIO: Mira a prendere contatto con le sensazioni che accompagnano le grandi scoperte. Si tratta di un esperimento che permette di riconoscere o produrre importanti registri interni.

IL FESTIVAL: Propone immagini insolite. Con questo modo singolare di vedere le cose si possono scoprire un mondo nuovo e un nuovo senso anche nel contatto con gli oggetti quotidiani. Questa esperienza non cerca di incorporare nella vita quotidiana un'inutile visione contemplativa della realtà, quanto piuttosto di aiutare a comprendere che dietro la piattezza dell'abituale, c'è una dimensione della mente carica di senso.

LA MORTE: Questa esperienza indirizza il praticante verso un presentimento della trascendenza, appoggiandosi su immagini e registri che qualsiasi persona, anche se scettica, può sperimentare.

Chiarimenti sulle esperienze di abilitazione delle immagini

LA SLITTA: Lavora sugli spostamenti. Essi riflettono la condotta che si ha nel mondo.

LA DISCESA: Le difficoltà nella discesa possono riflettere problemi respiratori (fisici); possono essere legate ad incidenti sofferti in seguito a chiusure, asfissie, affogamenti, ecc. Al di là di questo le resistenze nella discesa rivelano timori nella ricostruzione del proprio passato. Possono mettere in evidenza anche impulsi fuori controllo quali idee o sentimenti ossessivi e atteggiamenti compulsivi.

LA SALITA: Le difficoltà nell'esercizio di salita sono relazionate con il timore di cadere. Possono essere dovute a problemi fisici, a incidenti sofferti in alcune salite o possono essere il riflesso della situazione "instabile" che uno si sta vivendo nel momento attuale. L'angoscia per il mancato raggiungimento di un obiettivo e l'ansietà per il futuro incerto, si confermano con problemi nelle salite. Riuscire a muovere le immagini aiuta a fare in modo che la condotta si orienti nella stessa direzione.

LE MASCHERE: propone di migliorare la relazione che si ha con altre persone permettendo un maggior controllo dell'immagine di sé. Si tratta di lavorare su blocchi o immobilizzazioni della propria immagine che si esprimono spesso come timidezza, eccesso di suscettibilità, occultamento del corpo, fuga dalle situazioni, ecc.

LE NUVOLE: Dà elementi per esercitarsi con le immagini di libertà del movimento fisico e con il riconoscimento di sensazioni gratificanti. Fornisce la possibilità di rilassare tensioni mentali e osservare i problemi quotidiani da una prospettiva ampia e calma, permettendo da quello stato di trovare una soluzione migliore.

AVANZAMENTI E RETROCESSIONI: Questo esercizio punta a produrre cambiamenti di condotta nell'agire quotidiano. I movimenti molto veloci mostrano la stessa impulsività e mancanza di controllo che si hanno nella vita di tutti i giorni. I "tagli" nelle sequenze, coincidono con l'interrompere o il non portare a termine le azioni quotidiane. Il disordine nelle sequenze riproduce il disordine nell'azione.

ESPERIENZE GUIDATE

I. IL BAMBINO¹⁵

Cammino in aperta campagna. E' mattina molto presto. A mano a mano che procedo mi sento sempre più sicuro e lieto.

Arrivo ad individuare una costruzione dall'aria antica. Sembrerebbe fatta di pietra. Anche il tetto a due spioventi sembra di pietra. Grandi colonne di marmo si stagliano sulla facciata. Giungo davanti all'edificio e vedo una porta in metallo che si direbbe piuttosto pesante. Ad un tratto, escono da un lato due animali feroci che mi si scagliano contro. Fortunatamente, sono trattenuti da catene ben tirate, a brevissima distanza da me. Non ho modo di raggiungere la porta senza che questi animali mi attacchino e così getto loro un cartoccio con della roba da mangiare. Le bestie la trangugiano e si addormentano.

Mi avvicino alla porta. La esamino. Non scorgo una serratura né un altro elemento atto ad aprirla. Comunque, spingo dolcemente e il battente si apre con un rumore metallico di secoli. Appare un ambiente molto lungo e debolmente illuminato. Non riesco a vederne il fondo. A destra ed a sinistra ci sono dei quadri che arrivano fino a terra. Sono grandi come persone. Ciascuno rappresenta una scena diversa. Nel primo alla mia sinistra si vede un uomo seduto a un tavolo, sul quale sono sparsi carte, dadi ed altri oggetti per il gioco. Resto ad osservare lo strano cappello che copre il capo del giocatore. Allora cerco di accarezzare il dipinto sulla parte del cappello, ma non avverto alcuna resistenza al tatto, mentre il mio braccio entra nel quadro. Introduco una gamba e poi tutto il corpo all'interno del quadro. Il giocatore solleva una mano ed esclama: "Un momento, non può entrare se non paga l'ingresso!". Mi frugo addosso, tiro fuori una pallina di vetro e gliela porgo. Il giocatore fa un cenno d'assenso ed io passo di fianco a lui.

Mi trovo in un luna-park. E' sera. Dappertutto vi sono giochi meccanici pieni di luce e movimento... però non c'è nessuno. Poi scorgo accanto a me un ragazzino di una decina di anni. Mi volge le spalle. Mi avvicino e, quando si volta a guardarmi, mi accorgo che sono io stesso quando ero bambino. (*)

Gli domando che cosa faccia lì e mi dice qualcosa che ha a che vedere con un'ingiustizia che gli hanno fatto. Scoppia a piangere ed io lo consolo, promettendogli di portarlo sulle giostre. Insiste a parlarmi di quell'ingiustizia. Allora, per riuscire a capirlo, provo a ricordare quale fu l'ingiustizia da me subita a quell'età. (*)

Ora ricordo e, per qualche ragione, mi rendo conto che somiglia a quella che subisco attualmente. Rimango lì a pensare, ma il piccolo continua a piangere. (*)

Allora gli dico: "Va bene, sistemerò questa ingiustizia che mi sembra di patire. E perciò comincerò a comportarmi in modo amichevole con le persone che mi creano questa situazione." (*)

Vedo che il bambino ride. L'accarezzo e gli dico che ci rivedremo ancora. Mi saluta e se ne va tutto contento. Esco dal parco, passando accanto al giocatore che mi guarda di sbieco. Mentre passo gli tocco il cappello e lui mi strizza scherzoso l'occhio. Emergo dal quadro e mi trovo nell'ambiente lungo di prima. Allora, camminando a passi lenti, esco dalla porta. Fuori gli animali dormono. Passo in mezzo a loro senza provare timore.

Il giorno splendente mi accoglie. Ritorno attraverso i campi, con la sensazione di aver compreso una strana situazione le cui radici affondano in un tempo lontano. (*)

II. IL NEMICO¹⁶

Mi trovo nel centro della città, nell'ora di punta. Gente e veicoli si muovono frenetici. Anch'io mi muovo frettolosamente.

All'improvviso tutto resta paralizzato. Io soltanto rimango in movimento. Allora mi metto a esaminare le persone. Mi soffermo a contemplare una donna e quindi un uomo. Giro loro intorno e li studio da vicino. Poi salgo sul tetto di un'auto e da lì mi guardo attorno, accorgendomi, tra l'altro, che vi è un silenzio totale. Rifletto un istante e mi rendo conto che persone, veicoli ed ogni genere di oggetti sono a mia totale disposizione. Immediatamente mi metto a fare tutto quello che mi passa per la testa, in modo così frenetico che di lì a poco mi sento estenuato. Mentre riposo mi vengono in mente altre attività, per cui mi rimetto a fare quello che mi pare senza la minima remora.

Ma chi non ti vedo! Niente meno che la persona con cui ho diversi conti in sospeso. Credo in effetti che sia quella che più mi ha danneggiato in tutta la vita... Poiché le cose non possono rimanere così, provo a dare una toccatina al mio nemico e vedo che riacquista qualche movimento. Mi guarda con orrore e capisce al volo la situazione ma è paralizzato e indifeso. Comincio a dirgli tutto quello che voglio, minacciando di prendermi subito la rivincita. So che sente tutto, ma non può rispondere, così comincio a ricordargli tutte le occasioni in cui mi ha fatto tanto soffrire. (*)

Mentre sono impegnato con il mio nemico, compaiono varie persone. Si fermano davanti a noi e cominciano ad infierire con domande sul malcapitato. Questi risponde fra le lacrime, dice di essere pentito per ciò che ha fatto. Chiede perdono e si inginocchia, mentre i nuovi arrivati continuano ad interrogarlo. (*)

Dopo un po' dichiarano che una persona tanto infame non può continuare a vivere e lo condannano a morte. Stanno per linciare, mentre la vittima chiede clemenza. Allora io lo perdono. Tutti rispettano la mia decisione. Poi il gruppo si allontana in modo ordinato e noi restiamo di nuovo soli. Approfitto della situazione per completare la mia rivincita, di fronte alla sua crescente disperazione. Così finisco col dire e fare tutto quello che mi sembra giusto. (*)

Il cielo si oscura improvvisamente e comincia a piovere forte. Mentre cerco riparo dietro una vetrina, vedo che la città riprende la vita normale. I pedoni corrono, i veicoli procedono con cautela tra cortine d'acqua e raffiche di vento da uragano. Continui lampi carichi di elettricità e forti tuoni avvolgono la scena, mentre continuo a guardare attraverso i vetri. Mi sento del tutto rilassato, vuoto dentro, mentre guardo quasi senza pensare.

In quell'istante compare il mio nemico in cerca di un riparo dal temporale. Si avvicina e mi dice: "Che fortuna trovarsi insieme in una situazione come questa!". Mi guarda timidamente. Lo riconforto con un colpetto sulla schiena, mentre si stringe nelle spalle. (*)

Comincio a passare in rassegna dentro di me i problemi dell'altro. Vedo le sue difficoltà, i fallimenti della sua vita, le sue enormi frustrazioni, la sua fragilità. (*)

Sento la solitudine di quell'essere umano che mi si rannicchia accanto tutto bagnato e tremante. Lo vedo sporco, in uno stato di patetico abbandono. (*)

Allora in un impeto di solidarietà gli dico che lo aiuterò. Lui non pronuncia una parola. Abbassa la testa guardandosi le mani. Mi accorgo che gli occhi gli si inumidiscono. (*)

La pioggia è cessata. Esco in strada e aspiro profondamente l'aria pulita. Poi mi allontanano subito da quel luogo.

III. IL GRANDE ERRORE¹⁷

Sono in piedi davanti ad una specie di tribunale. La sala, gremita di pubblico, è immersa nel silenzio. Vedo dovunque volti severi. Rompendo la tremenda tensione che si è accumulata tra i presenti, il Segretario, aggiustandosi gli occhiali, prende un foglio di carta e annuncia solennemente: "Questo tribunale condanna l'imputato alla pena di morte". Subito si leva uno schiamazzo. Chi applaude, chi disapprova. Riesco a vedere una donna che cade svenuta. Poi un funzionario riesce a imporre il silenzio.

Il Segretario mi fissa torvo, mentre mi domanda: "Ha qualcosa da dire?". Gli rispondo di sì. Allora tutti si rimettono a sedere. Subito dopo chiedo un bicchiere d'acqua e, passata una certa agitazione nella sala, qualcuno me lo porge. Lo porto alle labbra e bevo un sorso. Concludo l'azione con un sonoro e prolungato gargarismo. Poi dico: "Ecco fatto!". Uno del tribunale mi redarguisce aspramente: "Come sarebbe a dire, ecco fatto?". Gli rispondo che è così, ecco fatto. In ogni modo, per farlo contento, gli dico che l'acqua del luogo è molto buona, chi l'avrebbe mai detto, e due o tre cosette gentili di questo tipo...

Il Segretario finisce di leggere il foglio di carta con queste parole: "... Di conseguenza, la sentenza verrà eseguita oggi stesso, lasciandolo in pieno deserto senza cibo né acqua. Soprattutto senza acqua. Ho detto!". Gli rispondo con forza: "Come sarebbe a dire, ho detto?". Inarcando le sopracciglia, il Segretario afferma: "Quello che ho detto ho detto!".

Di lì a poco mi ritrovo nel deserto su un mezzo di trasporto, scortato da due pompieri. A un certo punto ci fermiamo ed uno di loro mi fa: "Scenda!". Io scendo. Il mezzo gira e ritorna da dove era venuto. Lo vedo rimpicciolirsi sempre di più, a mano a mano che si allontana tra le dune.

Il sole sta tramontando, ma è sempre forte. Comincio ad avere una gran sete. Mi levo la camicia e me la metto sulla testa. Mi guardo attorno. Vedo nelle vicinanze un avvallamento accanto a delle dune. Mi dirigo da quella parte e mi metto a sedere nell'angusto spazio d'ombra proiettato dal pendio. L'aria è presa da un moto impetuoso e solleva una nube di sabbia che oscura il sole. Esco dall'avvallamento nel timore di venire seppellito se il fenomeno si accentuasse. I granelli di sabbia mi colpiscono la schiena nuda come raffiche vetrose di mitraglia. In breve tempo la violenza del vento mi butta a terra.

La tempesta è passata, il sole è tramontato. Nel crepuscolo scorgo davanti a me un emisfero biancastro, grande come un edificio di vari piani. Pur pensando che possa trattarsi di un miraggio, mi alzo e mi dirigo da quella parte. A brevissima distanza mi accorgo che la struttura è fatta di materiale chiaro, come una plastica rilucente, forse piena di aria compressa.

Mi riceve un tale vestito secondo l'usanza beduina. Entriamo in un tubo rivestito di tappeti. Scorre un pannello metallico ed allo stesso tempo mi investe un'aria fresca. Siamo all'interno della struttura. Vedo che tutto è alla rovescia. Si direbbe che il soffitto sia un pavimento piano, dal quale pendono diversi oggetti: tavoli rotondi con le zampe all'aria, acqua che cadendo in zampilli si incurva e risale e forme umane sedute in alto. Accorgendosi del mio stupore il beduino mi porge un paio di occhiali e mi dice: "Se li metta!". Obbedisco e si ristabilisce la normalità. Di fronte a me vedo una grande fontana che emette getti d'acqua verticali. Ci sono dei tavoli e vari oggetti, squisitamente combinati tra loro nei colori e nelle forme.

Il Segretario mi si accosta camminando a quattro zampe. Dice di sentirsi orribilmente male di stomaco. Gli spiego che sta vedendo la realtà alla rovescia e che deve togliersi gli occhiali. Se li toglie, si alza in piedi sospirando e dice: "Effettivamente ora è tutto a posto, solo che ho la vista corta". Poi aggiunge che mi stava cercando per spiegarmi che non sono la persona che doveva essere giudicata, che c'è stata una deplorabile confusione. Quindi, tutto a un tratto, esce da una porta laterale.

Faccio alcuni passi e trovo un gruppo di persone sedute in cerchio su grossi cuscini. Sono anziani di ambo i sessi, con caratteristiche razziali ed indumenti diversi. Hanno tutti dei bei visi. Ogni volta che uno di loro apre la bocca, ne escono suoni che sembrano di ingranaggi lontani, di macchine gigantesche, di immensi orologi. Ma posso anche sentire il rombo di tuoni intermittenti, lo scricchiolio dei massi, il distacco dei blocchi di ghiaccio, il ritmico ruggito dei vulcani, il breve impatto della pioggia gentile, il sordo agitarsi dei cuori; il motore, il muscolo, la vita... ma tutto questo armonico e perfetto, come se lo suonasse una orchestra di magistrale talento.

Il beduino mi porge degli auricolari dicendo: "Se li metta. C'è la traduzione". Io me li metto e sento con chiarezza una voce umana. Mi rendo conto che si tratta della stessa sinfonia di uno di quei vecchi, tradotta per il mio maldestro udito. Adesso, mentre lui apre la bocca, io posso ascoltare: "Siamo le ore, siamo i minuti, siamo i secondi, siamo le diverse forme del tempo. Poiché con te è stato commesso un errore, ti daremo l'opportunità di ricominciare di nuovo la tua vita. Da dove vuoi ricominciarla? Forse dal momento della nascita... forse da un istante prima del tuo primo fallimento. Pensaci su".(*)

Ho cercato di ricordare il momento in cui ho perduto il controllo della mia vita. Lo spiego al vecchio. (*)

"Benissimo,"- mi dice -"e come farai, se ritorni indietro a quel momento, a prendere una direzione differente? Pensa che non ricorderai quello che viene dopo". "Ma esiste un'altra alternativa,"- soggiunge -"puoi tornare al momento del più grande errore della tua vita e, senza cambiare i fatti, puoi cambiarne i significati. In questo modo puoi rifarti una vita".

Nel momento stesso in cui il vecchio tace, vedo che tutt'intorno a me si invertono luci e colori, come se si trattasse del negativo di una pellicola... finché tutto ritorna normale. Ma mi trovo nel momento del grande errore della mia vita. (*)

Sono lì, spinto a commettere l'errore. E perché sono costretto a farlo? (*)

Non ci saranno altri fattori che influiscono e che io non voglio vedere? A che cosa si deve l'errore fondamentale? Cosa dovrei fare, invece? Se non commetto quell'errore, cambierà l'impianto della mia vita e questa sarà migliore o peggiore? (*)

Cerco di convincermi che le circostanze che agiscono non possono essere modificate ed accetto tutto come un evento naturale: come un terremoto od un fiume che, straripando dal suo letto, distrugga il lavoro e le case degli abitanti. (*)

Mi sforzo di accettare il fatto che nelle calamità non ci sono colpevoli. Né la mia debolezza né i miei eccessi né le intenzioni altrui possono essere modificati in questo caso. (*)

So che se adesso non arrivo a una riconciliazione, la frustrazione continuerà a trascinarsi nella mia vita futura. Allora, con tutto il mio essere, perdono e mi perdono. Ammetto che quello che è successo sfugge al controllo mio e di chiunque altro. (*)

La scena comincia a deformarsi, mentre si invertono i chiaroscuri come in un negativo fotografico. Nello stesso tempo sento la voce che mi dice: "Se puoi riconciliarti con il tuo più grande errore, la tua frustrazione morirà ed avrai cambiato il tuo Destino".

Sono in piedi in mezzo al deserto. Vedo avvicinarsi un'auto. Grido: "Taxi!". Subito dopo sono comodamente seduto sul sedile posteriore. Guardo l'autista che è vestito da pompiere e gli dico: "Mi porti a casa... senza fretta, così avrò il tempo di cambiarmi d'abito". Penso: "Chi non ha subito qualche incidente nella vita?".

IV. LA NOSTALGIA

Le luci colorate scintillano al ritmo della musica. Ho davanti a me la persona che è stata il mio grande amore. Balliamo lentamente ed ogni flash mi rivela un dettaglio del suo viso o del suo corpo. (*)

Che cosa non ha funzionato tra noi? Forse il denaro. (*)

Forse quelle altre relazioni. (*)

Forse aspirazioni diverse. (*)

Forse il destino, o qualcosa di troppo difficile da definire allora. (*)

Ballo lentamente, ma adesso con la persona che è stata un altro mio grande amore. Ogni flash mi rivela un dettaglio del suo viso o del suo corpo. (*)

Che cosa non ha funzionato tra noi? Forse il denaro. (*)

Forse quelle altre relazioni. (*)

Forse aspirazioni diverse. (*)

Forse il destino, o qualcosa di troppo difficile da definire allora. (*)

Io ti perdono e mi perdono, perché se il mondo balla intorno a noi e noi balliamo, che possiamo fare per le ferree promesse che erano farfalle dai colori cangianti?

Riscatto il buono ed il bello dello ieri con te. (*)

Ed anche con te. (*)

E con tutti coloro con i quali mi abbagliai gli occhi. (*)

Ah, certo! Il dolore, il sospetto, l'abbandono, l'infinita tristezza e le ferite dell'orgoglio sono il pretesto. Come sono piccoli vicino ad un fragile sguardo! Perché i grandi mali che ricordo sono errori di danza e non la danza stessa.

Di te ringrazio il lieve sorriso. Di te il sussurro. E di tutti ringrazio la speranza di un amore eterno. Rimango in pace con il passato presente in me. Il mio cuore è aperto ai ricordi dei bei momenti. (*)

V. LA COPPIA IDEALE¹⁸

Camminando in uno spazio aperto, destinato a esposizioni industriali, vedo capannoni e macchinari. Ci sono molti bambini ai quali sono destinati giocattoli meccanici di alta tecnologia.

Mi avvicino a un gigante fatto di materiale solido. Sta in piedi. Ha una grossa testa dipinta a colori vivaci. Una scala arriva fino alla sua bocca. Sulla scala si arrampicano i piccoli fino all'enorme cavità e, quando uno entra, questa si chiude dolcemente. Di lì a poco il bambino viene espulso dalla parte posteriore del gigante e scivola lungo un ottovolante che termina sulla sabbia. A uno a uno entrano ed escono, accompagnati dalla musica che sgorga dal gigante:

“Gargantua inghiotte i bambini con molta cautela, senza fargli male, oplà, oplà, con molta cautela, senza fargli male!”.

Mi decido a salire per la scala ed entrando nell'enorme bocca trovo un portiere che mi dice: “I bambini scendono con l'ottovolante ed i grandi con l'ascensore”.

L'uomo continua a dare spiegazioni mentre scendiamo lungo un tubo trasparente. Ad un certo punto gli dico che dovremmo già essere a livello del suolo. Lui risponde che siamo appena nell'esofago, perché il resto del corpo si trova sottoterra, a differenza del gigante infantile che è tutto in superficie. “Proprio così, ci sono due Gargantua in uno”, mi informa. “Quello dei bambini e quello dei grandi. Siamo a molti metri sotto il suolo... Abbiamo già passato il diaframma, presto arriveremo in un luogo molto simpatico. Guardi, ora si apre la porta del nostro ascensore, ci si presenta lo stomaco... vuole scendere qui? Come vede, è un ristorante moderno, dove vengono serviti piatti di ogni parte del mondo”.

Dico al portiere che mi incuriosisce il resto del corpo. Allora continuiamo a scendere. “Siamo già nel basso ventre” - annuncia il mio interlocutore aprendo la porta - “Ha una decorazione molto originale. Le pareti a colori cangianti sono delle caverne delicatamente tappezzate. Il fuoco centrale, nel mezzo del salone, è il generatore che fornisce energia a tutto il gigante. I sedili sono lì per dare riposo al visitatore. Le colonne, disseminate in punti diversi, consentono di giocare a nascondino... si può comparire e scomparire dietro di esse. E' più bello se i visitatori che partecipano sono molti. Bene, la lascio qui se così desidera. Basterà che si accosti all'ascensore perché la porta si apra e possa ritornare alla superficie. Tutto è automatico... una meraviglia, non le pare?”

Si chiude la porta e rimango solo in quel luogo.

Ho l'impressione di trovarmi nel mare. Un grosso pesce passa attraverso di me per cui comprendo che i coralli, le alghe e le varie specie vive sono proiezioni tridimensionali che producono un incredibile effetto realistico. Mi siedo e resto a guardare senza fretta questo spettacolo rilassante. All'improvviso, vedo che dal fuoco centrale esce una figura umana con il viso coperto. Mi si avvicina lentamente. Fermandosi a breve distanza, dice: “Buongiorno, sono un ologramma. Gli uomini e le donne cercano di trovare in me la loro coppia ideale. Sono programmato per assumere l'aspetto che lei cerca, ma qual è questo aspetto? Io non posso fare niente senza un piccolo sforzo da parte sua. Ma se ci prova, le sue onde encefaliche saranno decodificate, amplificate, trasmesse e ricodificate di nuovo nel computer centrale, il quale le ricomporrà permettendomi così di tracciare la mia identità”.

“Allora, che devo fare?” - domando.

“Le raccomando - spiega - di procedere nel seguente ordine. Pensi a quali tratti comuni hanno le persone con le quali si è legato affettivamente. Non faccia riferimento soltanto al corpo ed alla faccia, ma anche al carattere. Per esempio: erano del tipo protettivo o, al contrario, ispiravano in lei il bisogno di dare loro protezione?” (*)

“Erano ardite, timide, ambiziose, menzognere, sognatrici o magari crudeli?” (*)

“E adesso qual è la cosa ugualmente sgradevole o riprovevole o negativa che avevano in comune?” (*)

“Quali erano i loro tratti positivi?” (*)

“In che cosa sono stati simili gli inizi di tutte queste relazioni?” (*)

“In che cosa è stata simile la loro fine?” (*)

“Cerchi di ricordare con quali persone ha desiderato avere rapporti, senza che però le cose andassero a buon fine e perché non hanno funzionato”. (*)

“Ora, attenzione, comincerò ad assumere le forme che lei vuole. Mi dia delle indicazioni ed io le eseguirò alla perfezione. Siamo pronti, dunque pensi: come devo camminare? Che vestiti indosso? Che cosa faccio esattamente? Come parlo? Dove siamo e che cosa facciamo?”

“Guarda il mio volto, così com'è!” (*)

“Guarda nella profondità dei miei occhi, perché ormai non sono più una proiezione, ma sono qualcosa di reale... Guarda in fondo agli occhi e dimmi dolcemente che cosa vedi in essi”. (*)

Mi alzo per toccare la figura ma essa mi evita, scomparendo dietro una colonna. Quando ci arrivo, mi rendo conto che si è dileguata. Però sento una mano che si appoggia dolcemente sulla spalla, mentre qualcuno dice: “Non guardare indietro. Ti deve bastare sapere che siamo molto vicini, tu ed io e che, grazie a ciò, le tue ricerche si chiariranno”. Appena la frase termina mi volto per vedere chi mi sta accanto, ma riesco a scorgere soltanto un'ombra che fugge. In quell'istante il fuoco centrale crepita ed aumenta il suo fulgore fino ad abbagliarmi. Mi rendo conto che la scenografia e la proiezione hanno creato l'ambiente propizio perché sorgesse l'immagine ideale. Questa immagine che è in me e che è arrivata a sfiorarmi, ma che per un moto incomprensibile di impazienza mi è scivolata tra le dita. So che mi è stata accanto e questo mi basta. So anche che il computer centrale non ha potuto proiettare un'immagine tattile come quella che ho sentito sulla spalla...

Raggiungo l'ascensore. La porta si apre ed in quel momento sento un canto infantile: “Gargantua inghiotte i grandi con molta cautela, senza fargli male, oplà, oplà, con molta cautela, senza fargli male!”.

VI. IL RISENTIMENTO¹⁹

E' sera. Mi trovo in una antica città solcata da canali che passano sotto i ponti. Appoggiato a una balaustra guardo in giù il lento movimento di una massa liquida e torbida. Nonostante la nebbia, riesco a scorgere su un altro ponte un gruppo di persone. A malapena riesco ad ascoltare gli strumenti musicali che accompagnano voci tristemente stonate. Lontani rintocchi di campana arrivano fino a me, come ondate appiccicose di lamento.

Il gruppo se n'è andato, le campane tacciono.

In una strada trasversale luci malsane dai colori fluorescenti illuminano appena la notte.

Mi metto in cammino, addentrandomi nella nebbia. Dopo aver vagato tra viuzze e ponti, sbocco in uno spazio aperto. E' una piazza quadrata, all'apparenza vuota. Seguendo la pavimentazione a mattonelle arrivo ad un'estremità della piazza ricoperta da acque immobili.

La barca, simile a una carrozza, mi sta aspettando lì davanti. Ma prima devo passare in mezzo a due lunghe file di donne. Vestite di tuniche nere e tenendo in mano delle torce, dicono in coro al mio passaggio: "Oh, Morte, il cui illimitato impero raggiunge ovunque quelli che vivono. Da te il termine concesso alla nostra età dipende. Il tuo sonno perenne annienta le moltitudini, giacché nessuno elude il tuo impulso possente. Tu sola possiedi il giudizio che assolve, non v'è arte che possa imporsi al tuo furore né supplica che il tuo disegno revochi".

Salgo in carrozza aiutato dal barcaiolo, che poi rimane in piedi dietro di me. Mi accomodo su un sedile spazioso. Sento che ci solleviamo fino a restare leggermente staccati dall'acqua. Allora cominciamo a spostarci, sospesi su un mare aperto ed immobile come uno specchio infinito che riflette la luna.

Siamo arrivati all'isola. La luce notturna consente di vedere un lungo viale bordato di cipressi. La barca si posa sull'acqua, dondolandosi un poco. Io scendo, mentre il barcaiolo resta impassibile.

Avanzo diritto tra gli alberi che sibilano al vento. So di essere osservato. Ho la sensazione che ci sia qualcosa o qualcuno nascosto più avanti. Mi fermo. Dietro l'albero l'ombra mi chiama con gesti lenti. Vado verso di essa e, quasi al momento di raggiungerla, un alito pesante, un sospiro di morte mi si incolla al viso: "Aiutami!" - mormora - "So che sei venuto a liberarmi da questa confusa prigionia. Tu solo puoi farlo... aiutami!".

L'ombra dice di essere la persona con la quale sono profondamente risentito. (*)

E, quasi indovinando il mio pensiero, aggiunge: "Non ha importanza che colui al quale sei legato dal risentimento più profondo sia vivo o morto, perché il dominio dell'oscuro ricordo non rispetta frontiere".

Quindi continua: "Ed è anche indifferente che l'odio e il desiderio di vendetta siano annodati nel tuo cuore fin dall'infanzia o solo da un recente passato. Il nostro tempo è immobile, per cui stiamo sempre in agguato, per sorgere deformati come paure di ogni tipo quando l'occasione si presenta. E quei timori sono la nostra vendetta per il veleno che ogni volta siamo costretti ad ingoiare".

Mentre gli chiedo che cosa devo fare, un raggio di luna illumina debolmente la sua testa ricoperta da un manto. Poi lo spettro si lascia vedere con chiarezza ed in esso riconosco i lineamenti di colui che aprì la mia ferita più grande. (*)

Gli dico cose di cui non avrei mai parlato con nessuno; mi rivolgo a lui con la massima franchezza di cui sono capace. (*)

Mi chiede di riconsiderare il problema e di spiegargli i dettagli più importanti senza remore, anche se le mie parole dovessero essere offensive. Mi esorta a non tralasciare di evocare qualsiasi rancore io possa provare, altrimenti rimarrà per sempre prigioniero. Allora procedo secondo le sue istruzioni. (*)

Subito mi mostra una robusta catena che lo lega ad un cipresso. Senza esitare la spezzo con un secco strattone. Allora il manto scivola a terra vuoto e rimane lì disteso, mentre la sagoma svanisce nell'aria e la voce si allontana verso le alture, ripetendo parole che già conosco: "Addio, dunque! Il fuoco della lucciola si fa più scialbo, l'alba è prossima. Addio, addio, addio, ricordati di me".

Comprendo che presto sarà mattino, giro su me stesso per far ritorno alla barca, ma prima raccolgo il manto che è ancora lì ai miei piedi. Me lo getto sulle spalle e affretto il passo. Mentre mi avvicino alla costa, varie ombre furtive mi chiedono se un giorno ritornerò a liberare altri risentimenti.

Ormai vicino al mare, vedo un gruppo di donne vestite di bianche tuniche; ognuna di esse tiene in alto una torcia. Giunto alla carrozza, porgo il manto al barcaiolo. Questi, a sua volta, lo consegna alle donne. Una di esse gli dà fuoco. Il manto brucia e si consuma rapidamente, senza lasciare cenere. In quell'istante provo un gran sollievo, come se avessi sinceramente perdonato un'enorme offesa. (*)

Salgo sulla barca, che ora ha l'aspetto di un moderno motoscafo sportivo. Mentre ci allontaniamo dalla costa senza avere ancora acceso il motore, sento il coro delle donne che dice: "Tu hai il potere di destare l'addormentato unendo il cuore alla testa, liberando la mente dal vuoto, allontanando tenebre ed oblio dall'interno sguardo. Va, fortunata potestà. Memoria vera, che indirizzi la vita verso il senso retto."

Il motore si mette in moto nel momento in cui il sole sorge all'orizzonte marino. Guardo il giovane marinaio dal volto forte ed aperto, mentre accelera sorridente verso il mare.

Ora ci avviciniamo a gran velocità, rimbalzando sulle onde leggere. I raggi del sole indorano le superbe cupole della città, mentre tutt'intorno le colombe volteggiano in allegri stormi.

VII. LA PROTETTRICE DELLA VITA²⁰

Sto a galla sul dorso nelle acque di un lago. La temperatura è assai piacevole. Posso guardare senza sforzo da entrambi i lati del mio corpo; l'acqua è così cristallina che posso vedere il fondo.

Il cielo è di un azzurro luminoso. Lì vicino c'è una spiaggia di morbida sabbia quasi bianca. E' una baia senza onde, lambita dalle acque del mare.

Sento il mio corpo galleggiare dolcemente e rilassarsi sempre di più, procurandomi una straordinaria sensazione di benessere.

Ad un certo punto mi giro e comincio a nuotare in maniera armoniosa fino alla riva; poi esco dall'acqua camminando lentamente.

E' un paesaggio tropicale. Vedo palme ed alberi di cocco, mentre avverto sulla pelle il contatto del sole e della brezza.

Improvvisamente, alla mia destra, scorgo una grotta. Lì accanto scorre l'acqua trasparente di un ruscello. Mi avvicino, quando vedo all'interno della grotta una figura di donna. Ha il capo circondato da una corona di fiori. Riesco a vederne i bellissimi occhi, ma non so definire la sua età. In ogni caso, dietro quel volto che irradia amabilità e comprensione, intuisco una grande saggezza. Rimango lì a contemplarla, mentre la natura intorno tace.

"Sono la protettrice della vita", mi dice. Le rispondo timidamente che non capisco bene il significato delle sue parole. In quell'istante vedo un cerbiatto che le lecca la mano. Mi invita a entrare nella grotta, indicandomi poi di sedere sulla sabbia davanti a una liscia parete di roccia. Ora non riesco più a vederla, ma sento che dice: "Respira tranquillamente e dimmi cosa vedi". Comincio a respirare lentamente e profondamente. Ad un tratto compare sulla roccia una chiara immagine del mare. Inspiro, e le onde raggiungono la spiaggia. Espiro e si ritirano. Mi dice: "Tutto nel tuo corpo è ritmo e bellezza. Tante volte hai rinnegato il tuo corpo, senza capire di quale meraviglioso strumento disponi per esprimerti nel mondo". In quell'istante appaiono sulla roccia diverse scene della mia vita in cui provo vergogna, timore ed orrore per vari aspetti del mio corpo. Le immagini si succedono. (*)

Provo un certo disagio perché so che lei sta vedendo quelle scene, ma subito mi tranquillizzo. Poi aggiunge: "Persino nella malattia e nella vecchiaia il corpo sarà il cane fedele che ti accompagnerà fino all'ultimo momento. Non rinnegarlo se non potrà rispondere alle tue voglie. Nel frattempo rendilo forte e sano. Curalo perché sia al tuo servizio e segui soltanto il parere dei saggi. Io che sono passata per tutte le epoche so bene che l'idea stessa di bellezza cambia. Se non consideri il tuo corpo come l'amico più vicino, esso intristisce e si ammala. Quindi dovrai accettarlo completamente. E' lo strumento di cui disponi per esprimerti nel mondo... E adesso voglio che tu veda quale parte di esso è più debole e meno sana". A questo punto appare l'immagine di quella parte del mio corpo. (*)

Allora la donna posa la mano su quel punto ed io sento un calore vivificante. Sperimento ondate di energia che si espandono da quel punto e provo una profonda accettazione del mio corpo così com'è. (*)

"Cura il tuo corpo, seguendo solo il parere dei saggi, e non mortificarlo con malesseri che esistono soltanto nella tua fantasia. Ed adesso vai, pieno di vitalità ed in pace".

Mi sento confortato e sano e, uscendo dalla grotta, bevo l'acqua cristallina del ruscello che tonifica tutto il mio corpo.

Il sole e la brezza baciano la mia pelle. Cammino sulla sabbia bianca verso il lago e, quando vi giungo, vedo per un attimo la figura della protettrice della vita che si riflette amabilmente nel fondo. Entro nelle acque. Il mio corpo è un lago senza limiti. (*)

VIII. L'AZIONE CHE SALVA²¹

Percorriamo velocemente una grande strada. Accanto a me, guida una persona che non ho mai visto prima. Sui sedili posteriori, due donne e un uomo, anche loro sconosciuti. L'auto corre circondata da altri veicoli che procedono senza alcuna prudenza, come se i loro autisti fossero ubriachi o pazzi. Non sono sicuro se stia facendo giorno o se stia per calare la sera.

Domando al mio compagno che cosa stia succedendo. Mi guarda furtivamente e risponde in una strana lingua: "Rex voluntas!". Accendo la radio che gracchia emettendo forti rumori di interferenze elettriche. Riesco comunque a sentire una voce debole e metallica che ripete con monotonia: "... rex voluntas... rex voluntas... rex voluntas...".

Mentre la corsa dei veicoli rallenta, scorgo ai margini della strada un gran numero di auto ribaltate ed un incendio che si sta propagando in mezzo ad esse. Ci fermiamo, abbandoniamo tutti la macchina, correndo verso i campi fra un mare di gente che si spinge impaurita.

Guardo indietro e vedo in mezzo al fumo ed alle fiamme molti poveretti rimasti prigionieri in quella trappola mortale, ma sono costretto a correre da quella valanga umana che mi sospinge trascinandomi via. In questo delirio tento inutilmente di raggiungere una donna che protegge il suo bambino, mentre la folla le passa sopra e molti cadono a terra.

Mentre il disordine e la violenza sono ormai generali, decido di muovermi in una direzione leggermente in diagonale, che mi permetta di separarmi dalla massa. Punto verso un luogo più in alto, che costringa quegli esseri impazziti a frenare la loro corsa. Molti, prossimi a svenire, mi si attaccano ai vestiti riducendoli a brandelli. Vedo che la densità della gente diminuisce.

Sono riuscito a liberarmi ed adesso continuo a salire, ormai quasi senza più fiato. Mi fermo un istante e vedo che la moltitudine segue una direzione opposta alla mia; sicuramente pensano che, prendendo una via in discesa, potranno più facilmente uscire da quella situazione. Mi accorgo con orrore che il cammino seguito dalla folla finisce in un precipizio. Grido con tutte le mie forze per avvertire, almeno quelli che mi sono più vicini, dell'imminente catastrofe. Allora, un uomo si stacca dalla massa e viene di corsa verso di me. Ha gli abiti stracciati ed è coperto di ferite. Provo grande gioia all'idea che potrebbe mettersi in salvo. Quando mi raggiunge, mi afferra per un braccio e, gridando come un pazzo, indica giù in basso. Non capisco la sua lingua ma credo che voglia il mio aiuto per salvare qualcuno. Gli dico di aspettare, perché in questo momento è impossibile... So che non mi capisce. La sua disperazione mi sconvolge. L'uomo cerca allora di tornare indietro ma io, con uno spintone, lo faccio cadere in avanti. Rimane a terra, gemendo amaramente. Capisco di avergli salvato la vita ed anche la coscienza, perché lui aveva cercato di salvare qualcuno ma glielo avevano impedito.

Salgo un poco più su ed arrivo ad un campo coltivato. La terra è molle e solcata dal recente passaggio di un trattore. Sento in lontananza colpi di armi da fuoco e credo di capire cosa stia succedendo. Mi allontano in fretta da quel luogo. Dopo un certo tempo mi fermo. Tutto tace. Guardo verso la città e vedo un bagliore sinistro.

Comincio a sentire che la terra oscilla sotto i miei piedi ed un boato che sale dalle profondità della terra mi avverte dell'imminenza di un terremoto. Poco dopo perdo l'equilibrio. Resto a terra raggomitolato su un fianco ma con lo sguardo rivolto verso il cielo, in preda a una forte nausea.

Le scosse sono cessate. In cielo c'è una luna enorme, che sembra coperta di sangue.

Fa un caldo insopportabile e respiro un'aria acre. Intanto continuo a non capire se stia iniziando il giorno o stia calando la sera...

Mi metto seduto e sento un boato sempre più forte. Subito dopo, oscurando il cielo, passano centinaia di aerei, simili ad insetti mortiferi che si perdono verso un ignoto destino.

Scorgo accanto a me un grosso cane che, guardando la luna, si mette ad ululare, alla maniera di un lupo. Lo chiamo. L'animale mi si avvicina timidamente. Mi viene accanto. Gli accarezzo a lungo il pelo irto. Noto che il suo corpo è scosso da un tremore intermittente. Il cane si scosta da me e si allontana. Mi alzo in piedi e lo seguo. Percorriamo così un tratto sassoso fino ad arrivare a un ruscello. L'animale, assetato, si lancia in avanti e comincia a bere con avidità, ma di lì a poco indietreggia e cade. Mi avvicino, lo tocco e mi accorgo che è morto.

Avverto un nuovo movimento sismico che minaccia di travolgermi, ma si tratta di una scossa passeggera. Mi giro e vedo nel cielo, in lontananza, quattro formazioni di nubi che avanzano con un sordo rimbombare di tuoni. La prima è bianca, la seconda è rossa, la terza nera e la quarta gialla. E queste nubi somigliano a quattro cavalieri armati che, montati su cavalcature di tempesta, percorrano i cieli distruggendo ogni segno di vita sulla terra.

Corro nel tentativo di sfuggire alle nubi. Mi rendo conto che se la pioggia mi raggiungerà rimarrò contaminato. Continuo a correre ma, all'improvviso, si erge davanti a me una figura colossale. E' un gigante che mi sbarra la via. Agita minaccioso una spada di fuoco. Gli grido che debbo andare avanti perché le nubi radioattive si stanno avvicinando. Risponde che è un robot messo lì apposta per impedire il passaggio alle persone distruttive. Aggiunge che è armato di raggi e mi intima di non avvicinarmi. Vedo che il colosso separa nettamente due spazi: quello da cui provengo, sassoso e morente, da un altro pieno di vegetazione e di vita. Allora grido: "Devi farmi passare perché ho compiuto una buona azione!".

- "Che cos'è una buona azione?", domanda il robot.

- "E' un'azione che costruisce, che collabora con la vita".

- "E dunque" - soggiunge - "che hai fatto di buono?".

- "Ho salvato un essere umano da morte sicura e, per di più, ho salvato la sua coscienza".

Subito il gigante si fa da parte ed io salto su quel terreno protetto, proprio mentre cominciano a cadere le prime gocce di pioggia.

Davanti a me c'è una tenuta agricola. Vicino, la casa dei contadini. Dalle finestre esce una luce calda. Adesso comprendo che sta cominciando un nuovo giorno.

Raggiungo la casa dove un uomo rude, dall'aria buona, mi invita a entrare. Dentro c'è una famiglia numerosa che si sta preparando per le attività del giorno. Mi fanno sedere al tavolo dove è pronta una colazione semplice e salutare. Bevo subito acqua pura di sorgente. Alcuni bambini mi scorrazzano intorno.

"Stavolta" - dice il mio ospite - "ce l'ha fatta a scappare. Ma quando dovrà nuovamente varcare il confine della morte, quale coerenza potrà esibire?".

Gli chiedo di spiegarsi meglio, perché le sue parole mi risultano oscure. Lui mi dice: "Provi a ricordare quelle che potremmo definire le 'buone azioni' (tanto per dargli un nome) compiute da lei. E' chiaro che non sto parlando delle cosiddette 'buone azioni' che la gente compie sperando in qualche ricompensa. Deve ricordare soltanto quelle che hanno lasciato in lei la sensazione che ciò che è stato fatto era proprio il meglio per gli altri... tutto qui. Ha tre minuti per rivedere tutta la sua vita e rendersi conto di quanta povertà interiore ci sia in lei, mio buon amico. Ed un'ultima raccomandazione: se ha figli o persone comunque a lei molto care, non confonda ciò che desidera per loro con quello che è meglio per loro". Detto questo, esce di casa con tutti i suoi. Rimango solo a meditare su quanto mi ha suggerito il contadino. (*)

Dopo un po' l'uomo rientra e mi dice: "Vede dunque come è vuoto dentro e, se non è vuoto, è perché è confuso. Il che significa che, in ogni caso, lei è vuoto. Mi consenta una

raccomandazione, e l'accetti perché è l'unica cosa che le servirà d'ora innanzi. A cominciare da oggi, non lasci passare neanche un solo giorno senza riempire la sua vita".

Ci salutiamo. Di lontano sento che mi grida: "Dica alla gente quello che ora lei sa!". Lascio la tenuta e mi avvio verso la mia città.

Questo ho appreso oggi: quando l'essere umano pensa solo ai propri interessi ed ai propri problemi personali, porta la morte nell'anima e tutto ciò che tocca muore con lui.

IX. LE FALSE SPERANZE²²

Sono giunto nel luogo che mi hanno consigliato. Mi trovo davanti alla casa del dottore. Una piccola targa avverte: "Lascia ogni speranza, tu che entri".

Suono, la porta si apre e un'infermiera mi fa entrare. Indica una sedia su cui siedo. Lei si sistema dietro un tavolo, davanti a me. Prende un foglio e, dopo averlo infilato nella macchina da scrivere, chiede: "Nome?", ed io rispondo. "Età?...", professione?..., stato civile?..., gruppo sanguigno?...". La donna continua a riempire la scheda con i dati relativi alle malattie della mia famiglia. (*)

Poi rispondo ricostruendo la storia delle mie malattie. (*)

Immediatamente rievoco tutti gli incidenti che ho subito, a cominciare dall'infanzia. (*)

Guardandomi fisso, domanda con lentezza: "Precedenti penali?". Rispondo con una certa inquietudine. Quando mi dice "Quali sono le sue speranze?", metto da parte il mio modo rispettoso di rispondere e le domando spiegazioni. Impassibile, guardandomi come se fossi un insetto, mi dice: "Le speranze sono speranze! Su, cominci a raccontare e faccia presto, perché ho un appuntamento con il mio fidanzato". Mi alzo dalla sedia e con uno strattone sfilo il foglio dalla macchina. Quindi lo faccio a pezzetti, che getto in un cestino. Mi giro e vado verso la porta da cui sono entrato. Mi accorgo che non riesco ad aprirla. Chiaramente contrariato, grido all'infermiera di aprirmela. Non mi risponde. Mi volto e vedo che la stanza è vuota!

A grandi passi raggiungo l'altra porta, immaginando che al di là ci sia l'ambulatorio. Mi dico che lì deve esserci il dottore, al quale presenterò le mie rimostranze. Mi dico che da lì deve essere scappata quella simpaticona dell'infermiera. Apro e riesco a fermarmi appena in tempo a pochi centimetri da un muro. "Dietro la porta un muro, che bella idea!...". Corro verso la prima porta, che ora si apre, e vado a urtare di nuovo contro un muro che mi sbarrava il passo.

Sento una voce maschile che, attraverso un altoparlante, mi dice: "Quali sono le sue speranze?". Ricomponendomi, faccio presente al dottore che siamo persone adulte e che logicamente la mia maggiore speranza è quella di uscire da una situazione così ridicola. La voce dice: "La targa all'ingresso avverte il visitatore di lasciare ogni speranza". La situazione mi appare come uno scherzo grottesco e così mi rimetto a sedere, aspettando che si risolva in qualche modo.

"Ricominciamo da capo" dice la voce. "Lei ricorda di aver nutrito nell'infanzia molte speranze. Col tempo si è reso conto che esse non si sarebbero mai realizzate. Quindi ha abbandonato quei bei progetti... Cerchi di ricordare". (*)

"Più avanti" - continua la voce - "è accaduto lo stesso e si è dovuto rassegnare al fatto che i suoi desideri non si realizzassero... Ricordi". (*)

"Infine, lei in questo momento ha molte speranze. Non mi riferisco alla speranza di uscire da questa stanza, poiché questo trucco di ambientazione è sparito. Sto parlando d'altro. Sto parlando di quali sono le sue speranze per il futuro". (*)

"E quali di esse segretamente lei sa che non si realizzeranno mai? Vediamo, ci pensi con sincerità". (*)

"Senza speranze non possiamo vivere. Ma quando sappiamo che sono false non possiamo conservarle all'infinito, poiché prima o poi tutto andrà a sfociare in una crisi da fallimento. Se riuscisse a guardare in profondità dentro di sé, arrivando alle speranze che riconosce che non si realizzeranno e se, inoltre, facesse lo sforzo di lasciarle qui per sempre, il suo senso della realtà ne guadagnerebbe. Cioè, analizziamo di nuovo il problema... Cerchi le speranze più profonde. Quelle che sente che non si realizzeranno mai. Attento a non sbagliare! Vi sono cose che le

paiono possibili, quelle non deve toccarle. Prenda solo quelle che non si realizzeranno. Su, le cerchi con assoluta sincerità, anche se sarà un po' doloroso". (*)

"Nell'uscire dalla stanza, si proponga di lasciarle qui per sempre". (*)

"E adesso completiamo l'opera. Esamini, viceversa, tutte le altre speranze importanti che considera possibili. L'aiuterò. Diriga la sua vita solo verso ciò che ritiene possibile o che, realmente, sente che si compirà. Non importa se poi le cose non funzioneranno perché, in definitiva, ciò avrà dato direzione alle sue azioni". (*)

"Ecco, abbiamo finito. Ora esca da dove è entrato e faccia presto, perché devo vedermi con la mia segretaria".

X. LA RIPETIZIONE²³

E' notte. Sto camminando in un luogo debolmente illuminato. E' un vicolo stretto. Non vedo nessuno. La nebbia diffonde comunque una luce lontana. I miei passi producono un'eco che impaurisce. Affretto il passo per raggiungere il lampione più vicino.

Appena ci arrivo, scorgo una sagoma umana. La figura è a due o tre metri di distanza. E' una vecchia con il viso coperto a metà. Improvvisamente, con voce stentata, mi chiede l'ora. Guardo l'orologio e rispondo: "Sono le tre di notte".

Mi allontanano rapidamente, immergendomi di nuovo nella nebbia e nel buio, con il desiderio di arrivare al prossimo lampione che scorgo in lontananza.

Lì, di nuovo, trovo la donna. Guardo l'orologio, segna le due e mezza. Mi metto a correre verso il lampione successivo e, mentre corro, mi giro indietro. In effetti mi sto allontanando dalla figura che rimane ferma laggiù. Arrivo di corsa al lampione e lì percepisco l'ombra che mi aspetta. Guardo l'orologio, sono le due.

Ormai corro senza controllo, oltrepassando lampioni e vecchie, fino a che, sfinito, mi fermo a metà strada. Guardo l'orologio e vedo nel vetro il volto della donna. Capisco che la fine è arrivata...

Nonostante tutto, cerco di comprendere la situazione e mi chiedo ripetutamente: "Da che cosa sto fuggendo?... da che cosa sto fuggendo?". La voce stentata mi risponde: "Sono dietro di te e davanti a te. Ciò che è stato, sarà. Ma sei molto fortunato perché ti sei potuto fermare un momento a pensare. Se comprendi questo, potrai uscire dalla trappola che tu stesso hai costruito". (*)

Mi sento stordito e stanco. Nonostante tutto, penso che dev'esserci una via d'uscita. Qualcosa mi fa ricordare varie situazioni di fallimento della mia vita. Ecco, ora rievoco i primi fallimenti della mia infanzia. (*)

Poi, i fallimenti della gioventù. (*)

Ed anche i fallimenti più recenti. (*)

Mi rendo conto che in futuro continueranno a ripetersi, fallimento dopo fallimento. (*)

In tutte le mie sconfitte c'è stato qualcosa di comune: le cose che volevo fare non erano ordinate, si trattava sempre di desideri confusi che finivano per opporsi l'uno all'altro. (*)

Persino ora scopro che molte cose che desidero ottenere in futuro sono contraddittorie. (*)

Non so cosa fare della mia vita e, tuttavia, desidero molte cose in modo confuso. Sì, ho timore del futuro e non vorrei che si ripetessero i fallimenti passati. La mia vita è paralizzata in questo vicolo pieno di nebbia, tra fulgori di morte.

Inaspettatamente, a una finestra si accende una luce e da lì qualcuno mi grida: "Ha bisogno di qualcosa?".

- "Sì" - gli rispondo - "ho bisogno di uscire da qui".

- "Ah, no!... Da soli non si può uscire".

- "Allora mi spieghi cosa devo fare".

- “Non posso. E poi, se continuiamo a gridare, finiremo per svegliare tutto il vicinato. Con il sonno dei vicini non si scherza! Buonanotte”.

La luce si spegne. Allora sorge in me il desiderio più forte: uscire da quella situazione. Sento che la mia vita cambierà soltanto se troverò una via d'uscita. Il vicolo apparentemente ha un senso, però esso non è nient'altro che una ripetizione, dalla nascita fino alla morte. Un falso senso. Di lampione in lampione, fino a quando, ad un certo punto, le mie forze finiranno per sempre.

Scorgo alla mia sinistra un cartello indicatore con frecce e scritte. La freccia del vicolo ne indica il nome: “Ripetizione della vita”. Un'altra indica: “Annullamento della vita”; una terza: “Costruzione della vita”. Rimango a riflettere per un attimo. (*)

Prendo la direzione indicata dalla terza freccia. Mentre esco dal vicolo per imboccare un viale ampio e luminoso, provo la sensazione di essere sul punto di scoprire qualcosa di decisivo. (*)

XI. IL VIAGGIO²⁴

Continuo a salire lungo il sentiero di montagna. Mi fermo un istante e guardo indietro. In lontananza vedo la linea di un fiume e qualcosa che potrebbe essere una distesa di alberi. Ancora più lontano, un deserto rossastro che si perde nella foschia dell'imbrunire. Avanzo ancora, mentre il sentiero si restringe fino a scomparire del tutto. So che manca un ultimo tratto, il più difficile, per arrivare all'altipiano. La neve intralcia appena il mio cammino e così continuo a salire.

Sono arrivato alla parete di roccia. La studio accuratamente e scorgo nella sua struttura una fenditura per la quale potrei arrampicarmi. Comincio a salire puntando gli scarponi sulle sporgenze. Appoggio la schiena ad un lato della fenditura, mentre faccio leva con un gomito e con l'altro braccio. Salgo. La fenditura si è ristretta. Guardo in alto ed in basso. Sono a metà strada. Impossibile muovermi nell'uno o nell'altro senso. Cambio posizione, restando appoggiato col petto alla superficie sdruciolevole. Punto i piedi e, molto lentamente, allungo un braccio verso l'alto. La roccia mi restituisce l'ansimare umido del mio respiro. Tasto con la mano senza sapere se riuscirò a trovare una piccola fessura. Allungo piano l'altro braccio. Mi sento vacillare. La testa comincia ad allontanarsi lentamente dalla pietra. Poi, tutto il corpo. Sto per cadere all'indietro... ma trovo una piccola rientranza e mi ci aggrappo con le dita. Stabilizzo la mia posizione e riprendo a salire, con slancio e senza difficoltà, nell'assalto finale.

Finalmente arrivo in cima. Mi tiro su e davanti a me appare una prateria infinita. Avanzo di qualche passo. Poi, mi giro. Dalla parte dell'abisso è notte; dalla parte della pianura, gli ultimi raggi di sole sfumano in infinite tonalità. Sto confrontando i due spazi, quando sento un suono acuto. Guardando in alto, vedo sospeso un disco luminoso che poi, descrivendo dei cerchi intorno a me, comincia a discendere.

Si è posato a brevissima distanza. Spinto da un richiamo interiore, mi avvicino senza cautele. Penetro all'interno con la sensazione di passare attraverso una cortina di aria tiepida. Intanto sento il mio corpo alleggerirsi. Sono dentro a una bolla trasparente, schiacciata alla base.

Come se fossimo lanciati da un grande elastico, partiamo in linea retta. Credo che stiamo andando in direzione di Beta Hydris o magari verso NGC 3621.

Riesco a vedere, fugacemente, il crepuscolo sulla prateria. Saliamo a velocità ancora maggiore, mentre il cielo si oscura e la Terra si allontana. Sento aumentare la velocità. Le stelle luminose cambiano colore, fino a scomparire nel buio totale.

Di fronte, vedo un unico punto di luce dorata che si ingrandisce. Andiamo nella sua direzione. Ora appare un grande anello che continua in un lunghissimo corridoio trasparente. Di colpo ci fermiamo. Siamo scesi in un luogo aperto. Attraverso la cortina di aria tiepida ed esco dall'oggetto.

Mi trovo fra pareti trasparenti che producono musicali mutamenti di colore mentre vengono attraversate. Avanzo fino ad arrivare ad un piano al cui centro scorgo un grande oggetto mobile, impossibile da catturare con lo sguardo perché, seguendo una direzione qualunque sulla sua superficie, questa finisce avvolta nell'interno del corpo. Mi sento venir meno e distolgo lo sguardo.

Incontro una figura, umana a quel che sembra. Non posso vederne il volto. Mi tende una mano nella quale vedo una sfera splendente. Mi avvicino e, con gesto di piena accettazione, prendo la sfera e me la appoggio sulla fronte. (*)

Allora, in un silenzio totale, percepisco che qualcosa di nuovo incomincia a vivere in me. Ondulazioni che si susseguono ed una forza crescente inondano il mio corpo, mentre nasce nel mio essere una profonda allegria. (*)

So che la figura mi sta dicendo, senza parole: "Ritorna nel mondo con la fronte e le mani luminose". (*)

Così accetto il mio destino. Poi, la bolla e l'anello e le stelle e la prateria e la parete di roccia. (*)

Infine il sentiero ed io, umile pellegrino che ritorna tra la sua gente. (*)

Io, che ritorno luminoso alle ore, al giorno ripetitivo, al dolore dell'uomo, alla sua semplice allegria.
Io, che do con le mie mani ciò che posso; che ricevo l'offesa ed il saluto fraterno, innalzo un canto
al cuore che dall'oscuro abisso rinasce alla luce dell'anelato Senso.

XII. IL FESTIVAL²⁵

Disteso su un letto, mi sembra di essere in una stanza di ospedale. Sento appena il gocciolio di un rubinetto chiuso male. Provo a muovere le membra e la testa, ma non mi rispondono. A fatica riesco a tenere gli occhi aperti.

Mi pare che qualcuno accanto a me abbia detto che fortunatamente sono fuori pericolo... che adesso è solo questione di riposo. Inspiegabilmente, quelle parole confuse mi danno un grande sollievo. Sento il corpo intorpidito e pesante, sempre più fiacco.

Il soffitto è bianco e liscio, ma ogni goccia d'acqua che sento cadere scintilla sulla sua superficie come uno schizzo di luce. Una goccia, una riga. Poi, un'altra. E poi, molte linee. Quindi, ondulazioni. Il soffitto si sta trasformando, seguendo il ritmo del mio cuore. Può darsi che sia un effetto delle arterie degli occhi prodotto dal pulsare del sangue. Il ritmo disegna il volto di una persona giovane.

- "Ehi, tu!" - mi dice - "perché non vieni?".

- "Certo" - penso - "perché no?".

... Lì davanti si svolge il festival musicale ed il suono degli strumenti inonda di luce un enorme spazio tappezzato d'erba verde e di fiori.

Sono disteso sul prato e guardo lo scenario. Intorno a me c'è tantissima gente, ma mi fa piacere constatare che non c'è affollamento perché lo spazio è grande. In lontananza scorgo vecchi amici d'infanzia. Sento che stanno davvero a loro agio.

Concentro l'attenzione su un fiore, attaccato al suo ramo da un sottile stelo di pellicola trasparente al cui interno si fa più intenso il verde rilucente. Allungo la mano, sfiorando delicatamente con un dito lo stelo lucente e fresco, appena interrotto da piccolissimi rigonfiamenti. Così, salendo tra foglie di smeraldo, raggiungo i petali che si aprono in una esplosione multicolore. Petali come vetrate di una solenne cattedrale, petali come rubini e come fuochi di legna destatisi in alta fiammata... Ed in questa danza di tonalità cromatiche sento il fiore vivere come se fosse parte di me. (*)

Ed il fiore, mosso dal mio contatto, lascia cadere una goccia di rugiada sonnolenta, appesa appena all'ultimo petalo. L'ovale della goccia vibra, poi si allunga e, ormai nel vuoto, si appiattisce per poi arrotondarsi di nuovo, cadendo in un tempo senza fine. Cadendo, cadendo nello spazio senza limite... Alla fine, urtando contro il cappello di un fungo, vi rotola sopra come pesante mercurio, per scivolare fino al bordo. Lì, in uno spasimo di libertà, si slancia verso una piccola pozza in cui solleva onde burrascose che bagnano un'isola di marmo. (*)

Alzo gli occhi per guardare un'ape dorata che si avvicina a succhiare il fiore. Ed in quella violenta spirale di vita contraggo la mia mano irrispettosa, allontanandola da quella abbagliante perfezione. La mia mano... La guardo attonito, come se la vedessi per la prima volta. Rigidandola, flettendo ed allungando le dita vedo i crocevia del palmo e, nelle loro linee, comprendo che tutte le strade del mondo convergono lì. Sento che la mia mano e le sue profonde linee non mi appartengono e ringrazio dentro di me per il fatto di non possedere il mio corpo.

Lì davanti si sta svolgendo il festival ed io so che la musica mi mette in comunicazione con quella ragazza che si guarda il vestito e con il giovane che, accarezzando un gatto azzurro, si appoggia all'albero. So di aver vissuto in precedenza la stessa cosa, di aver captato la sagoma rugosa dell'albero e le differenze di volume dei corpi. Già un'altra volta ho notato quelle nuvole ocre dalla forma morbida, che sembrano di cartone ritagliato nel celeste limpido del cielo. Ed ho anche vissuto questa sensazione senza tempo in cui i miei occhi paiono non esistere, perché vedono ogni cosa con trasparenza, come se non fossero gli occhi del guardare di tutti i giorni, quelli che

intorbidano la realtà. Sento che tutto vive e che tutto sta bene; che la musica e le cose non hanno nome e che davvero nulla le può designare veramente. (*)

Nelle farfalle di velluto che mi volano intorno riconosco la qualità delle labbra e la fragilità dei sogni felici. Il gatto azzurro mi viene vicino. Mi rendo conto di una cosa ovvia: si muove da sé, senza fili, senza telecomando. Lo fa da solo e la cosa mi lascia attonito. Nei suoi movimenti perfetti e dietro i begli occhi gialli so che pulsa una vita e che tutto il resto è travestimento, come la corteccia dell'albero, come le farfalle, come il fiore, come la goccia di mercurio, come le nuvole ritagliate, come la mano dalle strade convergenti. Per un attimo ho la sensazione di comunicare con qualcosa di universale. (*)

... Ma una dolce voce mi interrompe appena prima di passare a un altro stato di coscienza.

“Lei crede che le cose siano così?” - mi sussurra - “Le dirò che non sono né così né nell'altro modo. Lei tornerà presto al suo mondo grigio, senza profondità, senza allegria, senza volume. E crederà di aver perduto la libertà. Per ora lei non mi capisce, poiché non possiede la capacità di pensare come vuole. Il suo apparente stato di libertà non è che un prodotto della chimica. Succede a migliaia di persone, alle quali ogni volta do il mio consiglio. Buongiorno!”.

L'amabile signora è scomparsa. L'intero paesaggio comincia a girare in una spirale grigio chiaro, finché riappare il soffitto ondulato. Sento la goccia d'acqua del rubinetto. So di trovarmi in una camera, disteso. Mi accorgo che l'ottusità dei sensi diminuisce. Provo a muovere la testa e la testa risponde. Poi, gli arti. Mi stiro e verifico che sono in condizioni perfette. Salto giù dal letto riconfortato, come se avessi riposato per degli anni.

Vado verso la porta della camera. La apro. Trovo un corridoio. Cammino a passo svelto verso l'uscita dell'edificio. La raggiungo. Vedo una grande porta aperta, attraverso cui passa molta gente in entrambe le direzioni. Scendo qualche gradino ed arrivo in strada.

E' presto. Guardo l'ora su un orologio da muro e comprendo che devo affrettarmi. Un gatto spaventato attraversa fra pedoni e veicoli. Lo guardo correre e, senza sapere perché, dico a me stesso: “C'è un'altra realtà che i miei occhi non vedono tutti i giorni”.

XIII. L'ANIMALE

Mi trovo in un luogo completamente buio. Tastando con il piede, sento che il terreno è irregolare, cosparso di vegetazione e pietre. So che da qualche parte c'è un precipizio. Percepisco la stretta vicinanza di quell'animale che mi ha sempre provocato un'inconfondibile sensazione di ribrezzo e di terrore. Forse un animale soltanto, forse molti... quel che è certo è che qualcosa si sta avvicinando inesorabilmente. Un ronzio negli orecchi, a volte confuso con un vento lontano, contrasta con il silenzio totale. I miei occhi spalancati non vedono, il cuore batte convulsamente e mentre il respiro è sottile come un filo, un sapore amaro mi chiude la gola.

Qualcosa si avvicina... ma cosa c'è dietro di me che mi fa rizzare i capelli e mi gela la schiena come un blocco di ghiaccio?

Le gambe mi tremano e se quel qualcosa mi assale o mi salta alle spalle non avrò alcuna difesa. Rimango immobile... aspetto soltanto. Penso confusamente all'animale, a quella volta che me lo sono trovato vicino. Soprattutto a quel momento. Rivivo quel momento. (*)

Cosa mi accadeva in quel periodo? Cosa succedeva allora nella mia vita? Cerco di ricordare le frustrazioni ed i timori che mi accompagnavano quando il fatto è accaduto. (*)

Sì, mi trovavo a un bivio della mia vita e ciò ha coinciso con l'incidente riguardante l'animale. Ho assolutamente bisogno di trovare il legame tra le due cose. (*)

Mi rendo conto che posso riflettere con più calma. Ammetto che vi sono animali che suscitano una reazione sgradevole in quasi tutte le persone, ma so anche che non tutti perdono il controllo in loro presenza. Penso a questo. Metto a confronto l'aspetto di quell'essere pericoloso con la situazione che stavo vivendo quando il fatto è accaduto. (*)

Ora, già più calmo, cerco di sentire quale parte del mio corpo proteggerei dal pericoloso animale. Quindi metto in relazione questa parte con la difficile situazione che stavo attraversando quando si è verificato l'incidente, tempo addietro. (*)

L'animale provoca in me l'apparizione di quel momento della mia vita che non è risolto. Quel momento oscuro e doloroso, che a volte non ricordo, è il punto che devo chiarire. (*)

Vedo lassù in alto un limpido cielo notturno e di fronte il chiarore di una nuova alba. Molto rapidamente il giorno porta con sé la vita definitiva. Qui, in questa dolce prateria, cammino in libertà, su un tappeto d'erba cosparso di rugiada.

Un veicolo si avvicina velocemente. Si ferma accanto a me e ne escono due individui vestiti da infermieri. Mi salutano cordialmente e raccontano di avere catturato l'animale che mi provoca tanto spavento. Aggiungono che quando ricevono un messaggio di paura, escono a caccia e catturano l'animale che la provoca, per poi mostrarlo alla persona in questione affinché possa studiarlo ben bene. Subito dopo, mi mettono davanti l'animale, attentamente custodito. Si tratta di un esemplare indifeso. Ne approfitto per esaminarlo molto lentamente da tutte le distanze e da tutte le angolazioni. Gli uomini lo accarezzano dolcemente e la bestiola risponde amichevolmente. Poi mi invitano a fare altrettanto. Provo una grande apprensione ma, dopo il primo brivido che sento sulla pelle, faccio un nuovo tentativo, poi un altro ancora, finché alla fine riesco ad accarezzarlo. (*)

Lui risponde pacifico e con movimenti estremamente pigri. Poi comincia a rimpicciolirsi, sino a scomparire.

Mentre il veicolo riparte, cerco di ricordare di nuovo la situazione in cui vivevo quando (molto tempo fa) la presenza dell'animale mi aveva provocato terrore. (*)

Provo un forte impulso interno e mi metto a correre con ritmo da sportivo, approfittando dell'aria salubre del mattino. Mi muovo ritmicamente e senza fatica, respirando profondamente. Aumento la velocità e sento muscoli e cuore lavorare come macchine perfette. Correndo liberamente, ricordo la mia paura, ma sento che sono più forte e che presto la vincerò per sempre.

Mentre il sole splende alto nel cielo, mi avvicino velocemente alla mia città, respirando a pieni polmoni e con i muscoli che si muovono in perfetta sincronia. Sento che le parti del mio corpo in cui la paura aveva presa sono diventate forti ed inattaccabili. (*)

XIV. LA SLITTA

Mi trovo in una grande spianata coperta di neve. Intorno a me vi sono varie persone intente a praticare sport invernali. Dal vapore che esce dalla mia bocca mi rendo conto che fa freddo, nonostante splenda il sole. Sento, di tanto in tanto, raffiche gelide che mi sferzano la faccia... ma è un freddo che mi piace molto.

Si avvicinano vari amici, tirando una slitta. Mi fanno cenno di salirci e di guidarla. Spiegano che il meccanismo è perfetto ed è impossibile perderne il controllo. E così, dopo avervi preso posto, sistemo le cinture e le fibbie. Mi metto gli occhiali ed accendo le turbine che fischiano come piccoli jet. Premo leggermente l'acceleratore con il piede destro e la slitta comincia a muoversi. Allento la pressione del piede destro e premo il sinistro. La macchina si ferma docilmente. Poi manovro il volante a destra ed a sinistra senza alcuno sforzo. A questo punto, due o tre degli amici partono avanti a me sciando. "Andiamo!" gridano. E si lanciano dallo spiazzo zigzagando in discesa giù per lo stupendo pendio della montagna.

Premo l'acceleratore ed inizio a muovermi con perfetta scioltezza. Incomincio la discesa dietro agli sciatori. Vedo il bel paesaggio ricoperto di neve e di conifere. Più giù, alcune casette di legno e là, in lontananza, una valle luminosa.

Accelero senza timore e sorpasso uno sciatore, poi un altro e infine il terzo. Gli amici mi salutano chiassosamente. Mi dirigo verso i pini che compaiono lungo il percorso e li evito con manovre impeccabili. Allora mi dispongo a imprimere più velocità alla slitta. Spingo a fondo l'acceleratore e sento la tremenda potenza delle turbine. Vedo passarmi accanto i pini, come ombre confuse, mentre dietro di me la neve si solleva in una finissima nuvola bianca. Il vento gelido mi tira la pelle del viso e debbo sforzarmi per mantenere chiuse le labbra.

Scorgo un rifugio di legno le cui dimensioni crescono velocemente ed ai suoi lati alcuni trampolini per il salto sugli sci. Non esito, punto su quello di sinistra. In un attimo vi sono sopra ed allora tolgo il contatto dei motori, per evitare un eventuale incendio durante l'impatto...

Sono stato catapultato verso l'alto, in un volo stupendo. Sento soltanto l'urlo del vento mentre incomincio a cadere per centinaia di metri. Avvicinandomi alla neve, noto che il mio angolo di caduta coincide perfettamente con l'inclinazione del pendio e così tocco terra delicatamente. Riaccendo le turbine e continuo ad accelerare mentre mi avvicino alla valle. Ho iniziato a poco a poco a frenare. Sposto gli occhiali sulla fronte e mi dirigo lentamente verso il complesso alberghiero dal quale partono varie funivie che trasportano gli sportivi sui monti. Alla fine entro in uno spiazzo. Davanti e sulla destra vedo la bocca nera di quello che sembra un tunnel ferroviario. Mi dirigo lentamente verso di esso, superando pozzanghere di neve sciolta. Nel giungere all'imboccatura, mi rassicuro: non ci sono binari né tracce di veicoli. Penso però che di lì potrebbero passare grossi camion. Potrebbe anche trattarsi del deposito degli spazzaneve. Sia come sia, entro lentamente nel tunnel. E' illuminato debolmente. Accendo il faro anteriore e il suo forte fascio di luce mi consente di vedere una strada diritta per varie centinaia di metri. Accelero. Il rumore del jet rimbomba e gli echi si mescolano tra loro. Vedo che più avanti il tunnel fa una curva e, invece di frenare, accelero, cosicché, arrivato alla curva, scivolo lungo la parete senza alcun problema. Ora la strada discende e più avanti piega verso l'alto, descrivendo una spirale, come se si trattasse di una serpentina o di una fantastica molla.

Accelero... sto scendendo; poi prendo la salita; mi rendo conto che sto correndo lungo il soffitto, per discendere di nuovo e tornare su una linea retta. Freno dolcemente e mi appresto a lanciarmi in una caduta simile a quella delle montagne russe. Il pendio è assai ripido. Comincio la discesa ma contemporaneamente freno. La velocità diminuisce. Noto che sto percorrendo uno stretto ponte sospeso nel vuoto. Da entrambi i lati, una profonda oscurità. Freno ancora di più ed imbocco il ponte che ha l'esatta larghezza della slitta. Tuttavia mi sento sicuro. Il materiale è solido. Nel guardare lontano fin dove arriva la luce del faro, la via mi appare come un filo teso, che distanze abissali separano da qualunque sostegno, da qualunque punto di appoggio, da qualunque parete. (*)

Fermo il veicolo, per studiare meglio l'effetto che la situazione produce su di me. Incomincio a immaginare vari tipi di pericolo ma senza alcuno spavento: il ponte che si spezza e io che precipito nel vuoto. Poi, un immenso ragno che, scendendo lungo il suo grosso filo di seta... arriva fino a me, come se io fossi una piccola mosca. Infine, immagino un enorme burrone e lunghi tentacoli che salgono dalle oscure profondità. (*)

Benché la situazione favorisca lo spavento, mi rendo conto di avere forza interiore sufficiente per vincere la paura. Perciò provo di nuovo a immaginare qualcosa di pericoloso o di ripugnante e mi abbandono a questi pensieri. (*)

Ho superato il momento critico e mi sento rinfrancato dalla prova che mi sono imposto; allora riattivo le turbine ed accelero. Passo il ponte ed arrivo di nuovo ad un tunnel simile a quello dell'inizio. A velocità sostenuta, prendo una salita molto lunga. Penso che sto per arrivare al livello di partenza. Vedo in fondo il cerchio della luce del giorno che va aumentando di diametro. Ora, in linea retta, esco rapidamente sullo spiazzo aperto del complesso alberghiero. Avanzo molto lentamente, evitando la gente che mi cammina intorno. Continuo così, sempre molto lentamente, fino a giungere all'estremità dello spazio che collega con le piste di sci. Riabbasso gli occhiali e comincio ad accelerare per arrivare con sufficiente velocità al pendio che termina sulla vetta da cui ero partito. Accelero, accelero, accelero... Sto salendo su per il piano inclinato all'incredibile velocità che avevo durante la discesa. Vedo avvicinarsi il rifugio di legno ed i due trampolini ai suoi lati, solo che ora mi trovo davanti una parete verticale che mi separa da essi. Devio sulla sinistra e continuo la salita passando di lato all'altezza delle rampe. I pini mi passano accanto come ombre confuse, mentre la neve resta dietro di me sollevata in una finissima nuvola bianca...

Di fronte, vedo i miei tre amici fermi che mi salutano alzando le racchette. Giro, descrivendo un cerchio intorno a loro, spruzzandoli di neve. Proseguo la salita e raggiungo la cima della montagna. Mi fermo. Tolgo il contatto delle turbine. Sollevo gli occhiali sulla fronte. Sciolgo le fibbie delle cinture ed esco dalla slitta. Stiro le gambe e poi tutto il corpo, leggermente intorpidito. Ai miei piedi vedo le conifere che discendono per lo stupendo pendio della montagna e, in lontananza, come una forma irregolare, il complesso alberghiero. Sento l'aria purissima e il sole di montagna che tonificano la pelle del volto. (*)

XV. LO SPAZZACAMINO

Mi trovo in una stanza, seduto accanto ad una persona che non conosco ma per cui nutro la massima fiducia. Ha tutte le caratteristiche del buon consigliere: bontà, saggezza e forza. Però molti lo chiamano con il pittoresco nomignolo di "spazzacamino". Sono venuto a consultarlo riguardo ad alcuni problemi personali e lui ha risposto che le mie tensioni interne sono talmente forti che la cosa più consigliabile è fare un esercizio di "pulizia". Sta seduto accanto a me senza mai guardarmi direttamente e la sua discrezione è tale che io posso esprimermi in tutta libertà. In questo modo stabiliamo un ottimo rapporto. Mi invita a distendermi del tutto, rilassando i muscoli. Mi aiuta, posando le mani sulla fronte e sui vari muscoli della faccia. (*)

Poi mi prende la testa e la muove da sinistra a destra, avanti ed indietro perché rilassi il collo e le spalle. Mi fa notare quanto sia importante che gli occhi e la mandibola rimangano morbidi. (*)

Quindi mi chiede di rilassare i muscoli del tronco. Prima quelli davanti. Poi quelli dietro. (*)

Non si è preoccupato della tensione delle braccia e delle gambe perché, a quanto assicura, quelle si distenderanno da sole come conseguenza del lavoro precedente. Ora mi raccomanda di sentire il corpo molle, come di gomma; "tiepido" e pesante, fino a provare una sensazione calda e gradevole. (*)

Mi dice: "Andiamo dritto al punto. Studi fino all'ultimo dettaglio il problema che l'affligge. Pensi che non sono qui per giudicarla. Io sono un suo strumento e non il contrario". (*)

"Pensi" - continua - "a quello che non direbbe a nessuno per nessun motivo al mondo". (*)

"Me ne parli" - dice - "dettagliatamente". (*)

"Se lo desidera, vada avanti a dirmi tutto quello che le farebbe bene comunicare. Lo dica senza preoccuparsi della forma e dia libero sfogo alle emozioni". (*)

Passato un certo tempo, lo spazzacamino si alza e prende un oggetto lungo, leggermente curvo. Si ferma davanti a me e dice: "Apra la bocca!". Io obbedisco. Poi sento che introduce in me una specie di lunga pinza che mi arriva fino allo stomaco. Però mi accorgo che riesco a sopportarla... Tutto a un tratto, grida: "L'ho preso!" e comincia a estrarre l'oggetto, poco alla volta. All'inizio mi pare di sentirmi strappare qualcosa, ma poi sento prodursi in me un piacevole senso di agitazione, come se dalle viscere e dai polmoni si andasse staccando un qualcosa che vi aderiva in maniera maligna da molto tempo. (*)

Sta ritirando la pinza. Mi stupisco nel sentire che, insieme a questa, dalla mia bocca esca una forma dolciastra, maleodorante e viscida che si contorce... Alla fine lo spazzacamino depone quell'essere schifoso in un'ampolla trasparente ed io provo un immenso sollievo, come una purificazione interna del mio corpo.

In piedi e a bocca aperta, osservo la "cosa" ripugnante che si scioglie fino a trasformarsi in un'informe gelatina. Di lì a poco è già un liquido scuro; poi si schiarisce e finisce per svanire come gas nell'atmosfera. In meno di un minuto l'ampolla è tornata perfettamente pulita.

"Vede, dunque" - dice lo spazzacamino - "ecco perché questo procedimento si chiama 'pulizia'. In fondo, oggi non è stato male. Una piccola dose di problema quotidiano con un po' di umiliazione; un po' di tradimento con un pizzico di senso di colpa. Risultato: un piccolo mostro che le impediva di avere dei buoni sonni, una buona digestione ed altre buone cose. Se sapesse... A volte ho estratto mostri enormi. Beh, non si preoccupi se le rimarrà per un po' una sensazione sgradevole... La saluto".

XVI. LA DISCESA

Siamo su una piccola imbarcazione, in mare aperto. Stiamo per levare l'ancora, ma ci accorgiamo che è incagliata. Annuncio ai miei compagni che andrò a vedere cosa è successo. Scendo per una scaletta entrando nell'acqua calma. Nell'immergermi, vedo un banco di piccoli pesci, lo scafo dell'imbarcazione e la catena dell'ancora. Nuoto verso di essa e l'afferro per aiutarmi a scendere. Noto che posso respirare senza difficoltà, cosicché continuo a discendere lungo la catena fino a toccare il fondo, ormai poco illuminato.

L'ancora si è incastrata in alcuni relitti di metallo. Mi avvicino, tirando con forza verso l'alto. Il piano cede. Ho sollevato un coperchio che lascia allo scoperto un certo spazio quadrato attraverso il quale mi introduco. (*)

Nuoto ad una maggiore profondità e, incontrando una corrente sottomarina fredda, ne seguo la direzione. Finisco col toccare una superficie liscia, a tratti ricoperta dalla vegetazione marina. Risalgo senza allontanarmene. Via via che riaffioro, percepisco un maggior chiarore. (*)

Emergo in uno specchio d'acqua dentro una caverna diffusamente illuminata. Salgo su una specie di piattaforma. Faccio alcuni passi e scopro dei gradini. Comincio a discenderli cautamente. Il piccolo passaggio si restringe sempre più mentre scendo la scala, ora molto sdruciolevole. Vedo delle fiaccole accese e disposte a intervalli regolari. Ora la discesa è quasi verticale. L'ambiente è umido e soffocante. (*)

Un'inferriata arrugginita, simile a una porta, impedisce il passaggio. Spingo e si apre cigolando. La scala è terminata ed adesso c'è soltanto una rampa fangosa che percorro con cautela. L'odore è appiccicoso, quasi sepolcrale. (*)

Una raffica di vento minaccia di spegnere le torce. In fondo, sento il ruggito di un mare in burrasca che si abbatte sugli scogli. Comincio a nutrire dubbi sulla possibilità di tornare. Il vento fischia con violenza, spegnendo la fiaccola più bassa. A questo punto incomincio a salire tenendo a freno il pungolo della paura. Lentamente risalgo per la rampa fangosa. Raggiungo la porta arrugginita. E' chiusa... L'apro di nuovo e continuo a salire faticosamente per le scale quasi verticali, mentre le torce continuano a spegnersi dietro di me. Mi muovo con cautela, perché la scala di pietra è sempre più sdruciolevole. Ho raggiunto la grotta. Arrivo sulla piattaforma e mi immergo nello specchio d'acqua proprio nell'istante in cui si spegne l'ultima luce. Discendo verso il fondo, toccando la superficie liscia, coperta di vegetazione. Tutto è al buio. (*)

Nell'avvertire una corrente fredda, nuoto in direzione opposta con grande difficoltà. (*)

Riesco a venir fuori dalla corrente. Adesso salgo in verticale, finché urto contro un soffitto di pietra. Cerco in tutte le direzioni nella speranza di trovare lo spazio quadrato. (*)

Ci sono arrivato. Passo attraverso l'orifizio. Adesso libero l'ancora dalla sua trappola e vi poso sopra i piedi mentre scuoto la catena per avvisare i miei compagni. Dall'alto stanno issando l'ancora, con me come passeggero. Mentre lo spazio acquatico si va lentamente illuminando mi appare un incantevole arcobaleno di esseri sottomarini. Emergo. Lascio andare la catena e, aggrappandomi alla scaletta della barca, salgo fra gli evviva e gli scherzi dei miei amici. (*)

XVII. LA SALITA

E' giorno. Entro in una casa. Comincio lentamente a salire alcuni gradini. Arrivo al primo piano. Continuo a salire. Sono sulla terrazza. Vedo una scala a chiocciola di metallo. Non ha ringhiere di protezione. Devo salire per arrivare al serbatoio dell'acqua. Lo faccio con tranquillità. Sto sul serbatoio. La base è piccola. Tutta la struttura si muove a causa delle raffiche di vento. Sono in piedi. (*)

Mi avvicino al bordo. Sotto vedo la terrazza della casa. Mi sento attratto dal vuoto ma mi trattengo e continuo a guardare. Poi muovo lo sguardo sul paesaggio. (*)

Sopra di me c'è un elicottero, da cui fanno scendere una scaletta di corda. I pioli sono di legno. Afferro la scaletta e poso i piedi sull'ultima sbarra. L'apparecchio sale lentamente. Laggiù in basso rimane il cassone dell'acqua, sempre più minuscolo. (*)

Salgo la scaletta fino a raggiungere il portello. Cerco di aprirlo, ma è sprangato. Guardo in giù. (*)

Fanno scorrere la porta di metallo. Un giovane pilota mi tende la mano. Entro. Ci alziamo a grande velocità. Qualcuno grida che c'è un guasto al motore. Di lì a poco sento un rumore di ingranaggi rotti. L'elica di sostegno si è inceppata. Cominciamo a perdere quota sempre più in fretta. Vengono distribuiti i paracadute. I due componenti dell'equipaggio saltano nel vuoto. Sto sulla soglia del portello, mentre la caduta si fa vertiginosa. Decido di buttarmi. Sto cadendo di faccia. La velocità mi impedisce di respirare. Tiro un anello ed il paracadute si apre stirandosi verso l'alto come un lungo lenzuolo. Sento un forte strattone ed un contraccolpo. Ho frenato la caduta. Devo mirare al cassone dell'acqua, altrimenti cadrò sui cavi dell'alta tensione o sui pini le cui cime mi aspettano come tante punte affilate. Manovro tirando le corde. Per fortuna il vento mi aiuta. (*)

Cado sul cassone, rotolando fino al bordo. Il paracadute mi avvolge. Me ne libero e lo vedo cader giù disordinatamente. Sono di nuovo in piedi. Molto lentamente comincio a scendere la scala a chiocciola. Arrivo sulla terrazza, poi scendo ancora fino al primo piano. Continuo a scendere fino a giungere nella stanza... lo faccio senza fretta. Sono al pianterreno della casa. Vado verso la porta, la apro ed esco.

XVIII. LE MASCHERE²⁶

Sono tutto nudo in un campo di nudisti. Mi sento attentamente osservato da persone dei due sessi e di diversa età. Qualcuno mi dice che la gente mi studia perché ha notato che ho dei problemi. Mi raccomandano di coprirmi. Allora mi metto un berretto e le scarpe. Immediatamente i nudisti si disinteressano a me. Finisco di vestirmi e vado via dal campo... devo arrivare presto alla festa. Entro in una casa ed all'ingresso un bellimbusto mi dice che per entrare nel salone devo vestirmi adeguatamente, perché si tratta di una festa in costume. Mi fa cenno e lì dove ha indicato vedo un guardaroba pieno di abiti e di maschere insolite. Comincio a scegliere con cura. Davanti a un gruppo di specchi che sono disposti ad angolo, mi provo costumi e mascherine. Mi posso osservare da diversi punti di vista. Mi provo il modello e la maschera che mi stanno peggio. (*)

Adesso ho trovato il completo e la maschera migliori. Mi guardo da tutti le angolazioni. Ogni dettaglio sbagliato viene subito modificato finché tutto risulta perfetto. (*)

Entro raggiante nel grande salone dove si svolge la festa. C'è molta gente, tutta in maschera. Si fa silenzio e tutti plaudono alla perfezione del modello che indosso. Mi fanno salire su una pedana e mi chiedono di ballare e cantare. Così faccio. (*)

Adesso il pubblico vuole che mi tolga la maschera e che ripeta l'operazione. Mentre mi accingo a farlo, mi accorgo di avere indosso quel brutto completo che mi ero provato per primo. Per colmo di sventura sono a viso scoperto. Mi sento ridicolo e mostruoso. Tuttavia, canto e ballo davanti al pubblico, incassando gli sberleffi ed i fischi di disapprovazione. (*)

Un imprudente moschettiere, saltando sulla pedana, mi prende a spintoni insultandomi. Allora io, davanti al suo sbigottimento, incomincio a trasformarmi in animale. Continuo a cambiare, ma conservo sempre il mio volto; dapprima sono un cane, poi un uccello, alla fine un grosso rospo. (*)

Mi si avvicina una torre degli scacchi e mi dice: "Dovrebbe vergognarsi... spaventare così i bambini!". Allora ritorno al mio stato normale, vestito con gli abiti di tutti i giorni. Vado lentamente riducendomi. Ormai ho la statura di un bimbo piccolo. Scendo dalla pedana e vedo tutte quelle persone mascherate, enormi, che mi osservano dall'alto. Continuo a rimpicciolire. (*)

Una donna strilla in modo isterico e va dicendo che sono un insetto. Si appresta a schiacciarmi con il piede, ma io divento microscopico. (*)

Rapidamente riassumo la statura del bambino. Poi, il mio aspetto normale. Quindi continuo a crescere davanti ai presenti, che si mettono a correre di qua e di là. La mia testa tocca il soffitto. Guardo tutto dall'alto. (*)

Riconosco la donna che voleva schiacciarmi. L'afferro con una mano e la poso sulla pedana, mentre strilla in modo isterico. Torno alla mia statura normale e mi appresto ad abbandonare la festa. Arrivato all'ingresso, vedo uno specchio che deforma radicalmente il mio aspetto. Allora ne strofino la superficie finché mi restituisce la bella immagine che ho sempre voluto avere. (*)

Saluto il damerino dell'ingresso ed esco tranquillamente dalla casa.

XIX. LE NUVOLE²⁷

Nella totale oscurità sento una voce che dice: “In quel tempo non c’era né l’esistente né il non-esistente; non c’era aria né cielo e le tenebre erano sopra la faccia dell’abisso. Non c’erano esseri umani né un solo animale, uccello, pesce, granchio, legno, pietra, caverna, precipizio, erba, foresta. Non c’erano galassie né atomi... non c’erano nemmeno supermercati. Allora, nascesti tu e cominciò il suono e la luce e il caldo e il freddo e l’aspro e il dolce”. La voce tace e mi rendo conto che sto salendo su una scala mobile all’interno di un enorme supermercato. Ho superato diversi piani e adesso vedo che il soffitto dell’edificio si apre e la scala continua a trasportarmi lentamente e comodamente verso un cielo terso. Vedo laggiù in basso, piccolissimo, l’edificio. L’atmosfera è intensamente azzurra. Sento con piacere la brezza che fa svolazzare i miei abiti; allora inspiro placidamente l’aria. Tagliando un morbido strato di vapore, mi ritrovo in un mare di bianchissime nuvole. La scala si piega, distendendosi in modo da permettermi di camminarci sopra come fosse un marciapiede. Andando avanti, noto che sto procedendo su un pavimento di nuvole. I miei passi sono molto armonici. Posso fare lunghi salti perché la gravità è assai debole. Ne approfitto per fare piroette, cadendo di schiena e rimbalzando di nuovo in alto, come se un gran materasso elastico mi sospingesse ogni volta. I movimenti sono lenti e la mia libertà d’azione è totale. (*)

Sento la voce di una vecchia amica che mi saluta. Poi, la vedo avvicinarsi correndo in modo stupendo. Ci abbracciamo ancora correndo, rotoliamo e rimbalziamo più volte facendo ogni genere di figure, ridendo e cantando. (*)

Alla fine ci mettiamo a sedere ed a quel punto lei tira fuori dal vestito una canna da pesca ripiegata che comincia ad allungare. Prepara gli accessori, ma al posto dell’amo applica una calamita a forma di ferro di cavallo. Poi comincia a manovrare il rocchetto e la calamita attraversa il pavimento di nuvole... Dopo un po’, la canna incomincia a vibrare e lei grida: “Abbiamo buona pesca!”. Subito si mette a tirare finché emerge, attaccato alla calamita, un gran vassoio. Su di esso c’è ogni tipo di cibo e bevanda. Il tutto è accuratamente disposto. La mia amica deposita il vassoio e ci prepariamo al grande festino. Tutto quello che assaggio ha un sapore squisito. La cosa più sorprendente è che la roba da mangiare non diminuisce. Sta di fatto che compaiono dei piatti al posto di altri semplicemente avendone il desiderio, e così mi appresto a scegliere quelli che ho sempre avuto voglia di mangiare e li consumo con grande godimento. (*)

Infine sazi, ci stendiamo supini sul soffice materasso di nuvole, raggiungendo una stupenda sensazione di benessere. (*)

Sento il mio corpo tutto morbido e tiepido, completamente rilassato, mentre pensieri piacevoli mi attraversano la mente. (*)

Noto che non ho nessuna fretta, né inquietudine, né desideri, come se potessi fare affidamento su tutto il tempo del mondo per me solo. (*)

In tale stato di pienezza e di benessere mi metto a pensare ai problemi che avevo nella vita di tutti i giorni e mi rendo conto che posso affrontarli senza inutili tensioni per cui le soluzioni mi appaiono semplici e chiare. (*)

Ad un certo momento sento la mia amica dire: “Dobbiamo tornare”. Mi alzo e, facendo qualche passo, mi accorgo di stare sulla scala mobile. Dolcemente questa si piega all’ingiù penetrando il pavimento di nuvole. Percepisco un tenue vapore, mentre comincio la discesa verso terra. Mi sto avvicinando all’edificio, nella parte superiore del quale entra la scala mobile. Sto scendendo i diversi piani del supermercato. Vedo ovunque gente intenta a scegliere gli oggetti da comprare. Chiudo gli occhi e sento una voce che dice: “In quel tempo non c’era né timore, né inquietudine, né desiderio, perché il tempo non esisteva”. (*)

XX. AVANZAMENTI E RETROCESSIONI

In una stanza bene illuminata faccio qualche passo ed apro una porta. Avanzo lentamente per un corridoio. Entro da un'altra porta a destra e trovo un altro corridoio. Avanzo ancora. Una porta a sinistra. Entro e avanzo. Nuova porta a sinistra. Entro e avanzo. Nuova porta a sinistra, entro e avanzo. Retrocedo lentamente per la stessa via fino a ritornare nella stanza iniziale. (*)

Sulla destra della stanza c'è una grande portafinestra che dà su un giardino. Apro i vetri. Esco. Fissato a terra c'è un marchingegno che tiene teso un filo d'acciaio a breve distanza dal suolo. Segue delle linee capricciose. Salgo sul filo tenendomi in equilibrio. Prima faccio un passo. Poi, un altro. Vado avanti seguendo linee curve e rette. Lo faccio senza difficoltà. Ora, di spalle, faccio la strada inversa fino ad arrivare al punto iniziale. (*)

Scendo dal filo. Ritorno nella stanza. Vedo uno specchio fatto a mia misura. Cammino verso di esso lentamente, mentre osservo che la mia immagine viene, come è logico, nella mia direzione. Così, fino a toccare il vetro. Poi, indietreggio di spalle guardando la mia immagine allontanarsi. Mi avvicino di nuovo fino a toccare il vetro, però mi accorgo che la mia immagine retrocede e finisce con lo scomparire. Adesso vedo che la mia immagine torna camminando di spalle. Si ferma prima di arrivare al vetro, gira sui tacchi ed avanza verso di me. Esco in un cortile dalle grandi mattonelle. In un punto centrale c'è un divano collocato esattamente su di una mattonella nera. Tutte le altre sono bianche. Mi spiegano che quel divano ha il potere di spostarsi sempre in linea retta e in tutte le direzioni, ma senza cambiare la posizione frontale. Mi siedo su di esso e dico: "Tre mattonelle in avanti". Allora il divano va a mettersi dove ho indicato. Quattro a destra. Due indietro. Due a sinistra. Una indietro. Due a sinistra, terminando sulla mattonella nera. Ora: tre indietro. Una a destra. Una indietro. Quattro a destra. Quattro in avanti. Cinque a sinistra, arrivando a destinazione. Infine: tre a sinistra. Due indietro. Una in avanti. Due a destra. Tre indietro. Una a destra. Quattro in avanti, concludendo ancora sulla mattonella nera.

Mi alzo ed esco dalla casa. Sono fermo in mezzo ad una grande strada. Non passa nessun veicolo. Vedo avvicinarsi una persona a cui voglio molto bene. E' arrivata così vicino che quasi mi tocca. (*)

Adesso indietreggia sempre più, fino a scomparire. (*)

Vedo avvicinarsi una persona che mi provoca un profondo senso di disagio. E' arrivata molto vicino a me. (*)

Adesso indietreggia, allontanandosi sempre di più, fino a scomparire. (*)

Sono seduto qui. Ricordo una scena molto difficile nella quale mi trovo davanti ad altre persone. Mi allontanano progressivamente da quelle persone. (*)

Ricordo una scena nella quale mi vedo partecipare con molto piacere. Mi allontanano a poco a poco da quella situazione. (*)

XXI. IL MINATORE²⁸

C'è gente intorno a me. Siamo tutti vestiti da minatori. Aspettiamo che il montacarichi salga. E' molto presto. Una tenue pioggerellina cade dal cielo plumbeo. Scorgo, in lontananza, la sagoma nera della fabbrica che manda bagliori con i suoi altiforni. Le ciminiere vomitano fuoco. Il fumo si leva in dense colonne. Distinguo, in mezzo al ritmo lento e distante delle macchine, una stridula sirena che annuncia il cambio di turno del personale. Vedo salire lentamente il montacarichi che, con una forte vibrazione, si ferma infine ai miei piedi. Avanziamo fino a piazzarci sulla piattaforma metallica. Si chiude una grata scorrevole e incominciamo a scendere lentamente, fra un mormorio di voci. La luce del montacarichi mi consente di vedere la parete rocciosa che passa vicinissimo a noi. A mano a mano che scendiamo, la temperatura aumenta e l'aria si fa pesante.

Ci fermiamo davanti a una galleria. Esce la maggior parte degli occupanti del montacarichi. La grata si chiude. Siamo rimasti in quattro o cinque minatori. Continuiamo il cammino, sino a fermarci in un'altra galleria. Gli ultimi occupanti scendono. Rimango solo e ricomincio a scendere. Infine, la piattaforma si ferma con gran fragore. Spingo la grata e mi introduco in una galleria appena illuminata. Sento il rumore del montacarichi che torna su.

Davanti, su delle rotaie, c'è il carrello trasportatore. Vi salgo sopra ed avvio il motore, procedendo quindi lentamente lungo il tunnel. Fermo il carrello al termine delle rotaie. Scendo e comincio a scaricare gli attrezzi. Accendo la lanterna del casco. Sento echi lontani, sembrano trapani e martelli idraulici... ma avverto anche una flebile voce umana che chiama con toni strozzati. So bene di che si tratta! Lascio gli attrezzi e mi butto delle corde sulla spalla. Afferro un piccone e avanzo risolutamente per il tunnel che si va restringendo. La luce elettrica è rimasta là dietro. Mi oriento soltanto con il faretto del casco. Di tanto in tanto mi fermo ad ascoltare da dove viene il lamento. Tutto rattappito arrivo in fondo al tunnel. Davanti a me, nello scavo praticato di recente, termina la galleria. Il materiale sparso mi fa capire che la volta è franata. Fra rocce e travi spezzate scorre dell'acqua. Il pavimento è ridotto ad un pantano in cui i miei stivali affondano. Smuovo varie pietre, aiutandomi con il piccone. D'improvviso rimane allo scoperto una fessura orizzontale. Mentre studio la maniera di scivolarvi attraverso, percepisco nettamente i gemiti... di certo il minatore intrappolato si trova a pochi metri di distanza. Introduco il manico del piccone fra i massi e vi lego un capo della corda, passando l'altro intorno alla cintola. Regolo la mia imbracatura con una fibbia di metallo. Mi immergo nella cavità a fatica. Strisciando sui gomiti, avanzo per una ripida discesa. Vedo, alla luce del casco, che il condotto si restringe fino a chiudersi del tutto. Il caldo umido è soffocante, il respiro difficile. (*)

Ai miei piedi scorre una spessa melma. A poco a poco mi ricopre le gambe e scivola appiccicosa fin sotto il petto. Mi rendo conto che il mio angusto spazio rimarrà fra poco del tutto coperto di fango. Esercito una pressione verso l'alto ma la schiena urta contro la roccia viva. Provo a indietreggiare... ma non è più possibile. La voce lamentosa è molto vicina. (*)

Grido con tutte le mie forze ed il terreno cede trascinandomi nel suo smottamento... Un forte strattone alla cintura coincide con il repentino arresto della caduta. Rimango appeso alla corda come un assurdo pendolo di fango. La mia corsa si è fermata vicinissimo a un pavimento ricoperto da un tappeto. Vedo adesso, in quell'ambiente fortemente illuminato, un'elegante sala in cui distinguo una specie di laboratorio ed enormi librerie. Ma la situazione di urgenza in cui mi trovo mi spinge a cercare una soluzione. Con la mano sinistra sistemo la corda tesa e con l'altra apro la fibbia che la tiene fissata alla mia cintura. Cado dolcemente sul tappeto.

“Che maniere amico! Che maniere!” fa una voce flautata. Mi volto e resto di sasso. Ho davanti a me un omuncolo alto, sì e no, sessanta centimetri. A parte le orecchie leggermente puntute, si direbbe molto ben proporzionato. E' vestito a vivaci colori ma con un inconfondibile stile da minatore. Mi sento ridicolo e desolato quando mi offre un drink. In ogni modo, mi faccio animo e lo bevo senza battere ciglio.

L'omuncolo giunge le mani e le porta alla bocca a mo' di megafono. Quindi emette il gemito che ben conosco. A questo punto monta in me un'enorme indignazione. Gli chiedo che cosa significhi una burla del genere e mi risponde che, grazie ad essa, in futuro la mia digestione migliorerà. Il tipo continua dicendo che la corda stretta alla vita ed all'addome durante la caduta ha fatto un ottimo lavoro; e così il percorso sui gomiti lungo il tunnel. Per concludere il suo strano discorso, mi chiede se per me ha qualche senso la frase: "Lei si trova nelle viscere della terra". Rispondo che è un modo figurato di dire le cose, ma l'altro replica che in questo caso si tratta di una grande verità. E poi aggiunge: "Lei si trova nelle sue stesse viscere. Quando qualcosa va male nelle viscere, la gente pensa cose fuorvianti. A loro volta, i pensieri negativi pregiudicano le viscere. Cosicché, d'ora in avanti, lei starà attento. Se non lo farà, mi metterò a camminare e lei sentirà un gran solletico ed ogni genere di disturbi interni... Ho colleghi che si occupano di altre parti, come i polmoni, il cuore, eccetera". Ciò detto, l'omuncolo prende a camminare sulle pareti e sul soffitto, mentre io avverto tensioni nella regione addominale, al fegato ed ai reni. (*)

Poi, con una pompa d'oro mi getta addosso dell'acqua, ripulendomi scrupolosamente dal fango. Sono subito asciutto. Mi sdraio su di un ampio divano e comincio a rilassarmi. L'omuncolo passa ritmicamente una spazzolina sul mio addome e sulla vita, producendomi un notevole senso di distensione in quelle zone. Mi rendo conto che, con l'alleviarsi dei malesseri allo stomaco, al fegato ed ai reni, mutano le mie idee ed i miei sentimenti. (*)

Percepisco una vibrazione ed avverto che mi sto sollevando. Sono sul montacarichi che risale verso la superficie della terra.

XXII. LA GUIDA INTERNA

Mi trovo in un paesaggio luminoso nel quale una volta ho provato una grande felicità. (*)
Riesco a vedere il sole che sorge. Posso guardarlo senza fastidio. Con meraviglia vedo due raggi che, partendo da esso, arrivano fino a me e si posano sulla mia testa e sul mio cuore.
Comincio a sentirmi molto leggero e ad avvertire che sono attratto dal sole. Allora, seguendo le due tracce luminose, mi dirigo verso di esso.
Dall'enorme disco, che si trasforma in una sfera gigantesca, ricevo un calore soave e benefico.
Sono ormai nell'interno del sole; aspiro ed espiro ampiamente e profondamente. La luce che mi circonda entra nel mio corpo al ritmo della respirazione e mi dà ogni volta più energia.
Mi sento sereno e raggiante. Allora chiedo, con i miei migliori sentimenti, che si presenti davanti a me la guida interna e che lo faccia nel modo più propizio. (*)
La guida mi dice che essa rappresenta la mia forza interna, la mia energia; mi dice che se saprò usarla avrò direzione nella vita; avrò ispirazione e protezione. Mi dice anche, però, che devo fare lo sforzo di vederla bene o di sentire la sua presenza con intensità. (*)
Chiedo alla guida di posare le sue mani sulla mia fronte e di mantenercele alcuni istanti. Sento che dal centro del mio petto comincia a crescere una sfera trasparente che alla fine ci avvolge entrambi. (*)
Dico alla guida di far rinascere in me un profondo amore per tutto ciò che esiste e di accompagnarmi nella vita dandomi allegria e pace. (*)
Le domando qual è il senso della vita e aspetto la sua risposta. (*)
Le domando cos'è realmente la morte e aspetto la sua risposta. (*)
Le domando qual è il valore della mia vita e aspetto la sua risposta. (*)
Scelgo con cura una situazione della mia vita e le domando qual è il suo significato e aspetto la sua risposta. (*)
Chiedo alla guida di essere sempre al mio fianco nei momenti di dubbio e di angoscia, ma di accompagnarmi anche nei momenti di allegria.
La guida si separa da me e si trasforma in un grande fiore dai petali aperti, i cui colori spiccano sul fondo luminoso del sole. Quindi il fiore comincia a cambiare forma e tonalità, come un armonioso caleidoscopio. Allora comprendo che ascolterà le mie richieste.
Comincio ad allontanarmi dal risplendente sole, pieno di vita e di forza.
Discendo sulle due tracce luminose e torno nello splendido paesaggio, sentendo in me una grande bontà che cerca di manifestarsi nel mondo della mia gente. (*)

XXIII. IL DISORIENTAMENTO E LA GUIDA INTERNA

Le mie attività quotidiane sono terminate. Mi dirigo verso casa come faccio abitualmente.

Arrivo. Sono solo nella mia stanza. Mi sento depresso.

Vivo in una situazione difficile; non posso andare avanti così. Devo prendere una decisione, ma non so esattamente quale. (*)

Vado davanti ad uno specchio ed osservo il mio viso stanco. Penso alla mia guida interna come se fosse una persona. Mi concentro sulla mia immagine e dico: "Oh guida, che consiglio mi dai in questa situazione?". Subito dopo cerco di chiarire bene a me stesso qual è il problema che devo risolvere. (*)

Mi accorgo che la mia immagine sfuma e che lo specchio si oscura. Subito dopo vedo una fonte di luce che si sposta sul fondo dello specchio; poi cominciano ad apparire le persone e le situazioni legate al mio problema. (*)

All'improvviso, ascolto una voce che mi spiega quali sono le difficoltà. Poi, nel fondo dello specchio, vedo la guida che mi indica la direzione che devo prendere. (*)

Lo specchio si schiarisce e mi invia nuovamente l'immagine del mio volto. Mi vedo riconfortato, e avverto dentro di me che il mio problema inizia a risolversi. (*)

XXIV. L'OPPRESSIONE E LA GUIDA INTERNA

Sono uscito da casa mia ed ecco che incontro quella persona che mi provoca sempre un'alterazione emotiva. La saluto e proseguo per la mia strada, ma mi accorgo che essa mi si avvicina; poi mi prende per un braccio e mi invita ad entrare in un bar che si trova lì vicino. Entriamo.

Siamo seduti. Apparentemente senza motivo, l'altro comincia a criticare duramente alcune mie cose molto personali.

Improvvisamente diventa aggressivo e, parlando ad alta voce, mi indica ripetutamente. Vedo lì vicino altre persone conosciute che osservano la scena con attenzione e ascoltano le parole offensive del mio aggressore. (*)

Cerco di alzarmi per uscire, ma quello mi trattiene, afferrandomi per una spalla, mentre fa delle insinuazioni sgradevoli.

Mi insulta apertamente, minaccia di rovinarmi e mi prende anche in giro in maniera grossolana. Mi rendo conto che posso reagire in diverse maniere, ma so che qualunque cosa io faccia, lui la userà per danneggiarmi. (*)

La situazione è talmente disgustosa che decido di reagire senza curarmi delle conseguenze. In quel momento mi ricordo della mia guida e dico mentalmente: "Oh guida, dammi il controllo di questa situazione". In quel momento sento una voce interna che mi dice: "Chiedigli consiglio!".

Dico al mio interlocutore che non so che cosa fare e lo prego di consigliarmi. Toccato da questa richiesta, l'altro comincia a sentirsi molto importante e a pontificare sui miei doveri. La conversazione continua. Ma dopo un po' lui ordina dei liquori forti e inizia a parlarmi dei suoi problemi personali. Io ascolto in silenzio il suo patetico racconto, mentre la gente lì vicino fa altrettanto. (*)

Lo saluto affettuosamente e mi alzo. Lui, completamente ubriaco, comincia ad aggredire gli altri nostri conoscenti ma cade pietosamente sopra la tavola.

Esco in strada e mi riempio i polmoni di aria pura.

XXV. L'INDECISIONE E LA GUIDA INTERNA

Entro in un edificio. Considero la situazione rimasta in sospeso che devo affrontare. (*)
È giunto il momento e mi sembra che tutto andrà a finire male. So che tutto quello che intraprendo con una sensazione di fallimento mi rende insicuro: le mie forze si riducono, e, effettivamente, finisco sconfitto. Comprendendo questo, mi fermo. Sono sul punto di abbandonare. Credo che tornerò in strada e scapperò via. Però, nello stesso tempo so che devo fare uno sforzo, che devo agire diversamente dal solito. Mi sento diviso tra ciò che devo fare e ciò che non posso fare. (*)
Rifletto un istante e mi dico: "Oh guida, dammi la Forza!". Istantaneamente sento che la mia respirazione diventa più profonda e che il mio corpo si raddrizza. Riprendo a camminare. I miei passi sono più lunghi e sicuri. È rinata in me la fiducia. Comprendo che tutto andrà bene, poiché la riuscita dipende dal modo in cui faccio le cose, e adesso so che le farò con il massimo delle mie forze. (*)

XXVI. LA MORTE

Credo di essere in un teatro. Tutto è immerso nell'oscurità. Poco a poco la scena comincia ad illuminarsi ma io vi sono dentro.

L'ambiente sembra un set cinematografico. Qua e là luci di torce, sul fondo una gigantesca bilancia a due bracci. Credo che il tetto, probabilmente a volta, sia molto alto, perché non ne vedo la fine. Riesco a riconoscere delle pareti di roccia, alberi e paludi intorno al centro della scena. Forse tutto continua in una fitta selva. Da tutte le parti ci sono figure umane che si muovono furtivamente.

Improvvisamente due tipi incappucciati mi afferrano per le braccia. Quindi una voce grave mi domanda:

- Da dove vieni?

Non so cosa rispondere per cui spiego che vengo "da dentro".

- che cosa è "dentro"? dice la voce.

Tento una risposta:

- Siccome vivo in città, la campagna è "fuori". Anche per la gente della campagna, la città è "fuori". Io vivo in città, cioè "dentro", e per questo dico che vengo da "dentro" e adesso sono "fuori".
- Questa è una stupidaggine, tu entri nei nostri domini, per cui vieni da "fuori". Questa non è la campagna bensì il tuo "dentro". Non avevi forse pensato che questo fosse un teatro? Sei entrato nel teatro che, a sua volta, sta nella tua città. La città in cui vivi sta fuori del teatro.
- No, – rispondo – il teatro è parte della città in cui vivo.
- Ascolta, insolente, – dice la voce – facciamola finita con questa discussione ridicola. Per cominciare ti dirò che non vivi più nella città. Vivevi nella città, pertanto il tuo spazio di "dentro" o di "fuori" è rimasto nel passato. Cosicché sei in un altro spazio-tempo. In questa dimensione le cose funzionano in un altro modo.

Di colpo mi appare davanti un vecchietto che porta un recipiente alla sua destra. Arrivatomi vicino introduce l'altra mano nel mio corpo come se questo fosse di burro. Per primo estrae il mio fegato e lo colloca nel vaso, poi continua con i reni, lo stomaco, il cuore e, infine, tira fuori senza professionalità tutto quel che trova fino a far traboccare il recipiente. Da parte mia, non sento niente di speciale. Il tipo gira su se stesso e porta le mie viscere alla bilancia; finisce per depositarle in uno dei piatti, che scende fino a toccare terra. Allora penso di essere in una macelleria in cui si pesano i pezzi di animali sotto gli occhi dei clienti. Infatti una signora con un cesto cerca di impossessarsi delle mie interiora, ma è respinta dal vecchietto che grida: "Ma che fa? Chi l'ha autorizzata a prendersi i pezzi?". Il tipo allora sale su per una scaletta fino al piatto vuoto in alto e vi deposita una piuma di gufo.

La voce torna a dirigersi verso di me con queste parole: "Ora che sei morto e sei disceso fino alla soglia del mondo delle ombre, ti dirai: 'Stanno pesando le mie viscere' e sarà vero. Pesare le tue viscere è pesare le tue azioni".

Gli incappucciati che mi stavano ai fianchi mi lasciano libere le braccia e io comincio a camminare lentamente ma senza una precisa direzione. La voce prosegue: "Le viscere basse stanno nel fuoco infernale. I custodi del fuoco si mostrano sempre attivi ed impediscono di avvicinarsi a coloro che desideri".

Mi rendo conto che la voce guida i miei passi e che ogni allusione trasforma lo scenario. La voce dice: "Per prima cosa pagherai i custodi. Poi entrerai nel fuoco e ricorderai le sofferenze che hai causato ad altri nella catena dell'amore. (*)

"Chiederai perdono a coloro che hai maltrattato ed uscirai purificato unicamente quando ti sarai riconciliato. (*)

"Allora chiama per nome coloro a cui hai fatto torto e chiedi che ti permettano di vedere il loro volto. Se accolgono la tua richiesta, ascolta attentamente i loro consigli soavi come brezza lontana. (*)

"Ringrazia con sincerità e parti seguendo la torcia della guida. La guida attraverserà passaggi oscuri e arriverà con te in una stanza dove sono in attesa le ombre di coloro a cui hai fatto violenza nella tua esistenza. Essi, tutti, si trovano nella stessa situazione di sofferenza in cui un giorno li hai lasciati. (*)

"Chiedi loro perdono, riconciliati e baciali uno ad uno prima di partire. (*)

“Segui la guida che sa bene come portarti ai tuoi luoghi di naufragio, ai luoghi delle cose irreparabilmente appassite. Oh mondo delle grandi perdite, dove sorrisi ed incanti e speranze sono il tuo peso ed il tuo fallimento! Contempla la tua lunga catena di fallimenti e per questo chiedi alla tua guida che illumini lentamente tutte quelle illusioni. (*)

“Riconciliati con te stesso, perdona te stesso e ridi. Allora vedrai come, dal corno dei sogni, sorge un vento che porta verso il nulla la polvere dei tuoi illusori fallimenti”. (*)

Improvvisamente tutta la scena cambia e finisco per trovarmi in un altro ambiente ove odo queste parole: “Anche nel bosco oscuro e freddo, segui la tua guida. Gli uccelli di malaugurio sfiorano la tua testa. Nelle paludi, lacci serpentine ti avvolgono. Fa che la tua guida ti porti verso la grotta. Là non puoi più avanzare, a meno che non paghi il tuo prezzo alle forme ostili che ne difendono l'entrata. Se finalmente riesci a penetrarvi, chiedi alla guida che illumini a sinistra e a destra. Pregala di avvicinare la sua torcia ai grandi corpi di marmo di coloro che non hai potuto perdonare. (*)

“Perdonali ad uno ad uno, e quando il tuo sentimento sarà vero, le statue si tramuteranno in esseri umani che ti sorrideranno e tenderanno verso di te le braccia in un inno di ringraziamento. (*)

“Segui la guida fuori della grotta e non guardare indietro per nessun motivo. Lascia la tua guida e ritorna qui, dove si pesano le azioni dei morti. Adesso guarda il piatto della bilancia in cui sono depositate le tue azioni ed osserva come queste salgono, più leggere di una piuma”.

Sento un gemito metallico mentre vedo elevarsi il piatto in cui è posto il vaso.

E la voce conclude: “Hai perdonato il tuo passato. Possiedi troppo per pretendere di più, per ora. Se la tua ambizione ti portasse più lontano, potrebbe succederti di non tornare alla regione dei vivi. possiedi troppo con la purificazione del tuo passato. Io ti dico ora: ‘Svegliati ed esci da questo luogo”.

Le luci della scena si spengono lentamente, mentre sento di essere fuori da quel mondo e nuovamente dentro a questo. Ma avverto anche che in questo mondo includo le esperienze di quell'altro.

Allegati

ALLEGATO I

Il Documento del Movimento Umanista

Gli umanisti sono donne e uomini di questo secolo, di quest'epoca. Ritrovano nell'Umanesimo storico le proprie radici e si ispirano agli apporti di diverse culture e non solo di quelle che in questo momento occupano una posizione centrale. Sono inoltre uomini e donne che si lasciano alle spalle questo secolo e questo millennio e che si lanciano verso un mondo nuovo.

Gli umanisti sentono che la storia che hanno alle spalle è molto lunga e che quella futura lo sarà ancora di più. Pensano all'avvenire mentre lottano per superare la crisi generale del presente. Sono ottimisti, credono nella libertà e nel progresso sociale.

Gli umanisti sono internazionalisti, aspirano ad una nazione umana universale. Hanno una visione globale del mondo in cui vivono ma svolgono la loro attività negli ambiti a loro più vicini. Non desiderano un mondo uniforme bensì multiforme: multiforme per etnie, lingue e costumi; multiforme per paesi, regioni, località; multiforme per idee e aspirazioni; multiforme per credenze, dove abbiano posto l'ateismo e la religiosità; multiforme nel lavoro; multiforme nella creatività.

Gli umanisti non vogliono padroni; non vogliono dirigenti né capi, e non si sentono rappresentanti o capi di alcuno. Gli umanisti non vogliono uno Stato centralizzato né uno Stato parallelo che lo sostituisca. Gli umanisti non vogliono eserciti polizieschi né bande armate che ne prendano il posto.

Ma tra le aspirazioni degli umanisti e la realtà del mondo d'oggi si è alzato un muro. È ormai giunto il momento di abbatterlo. Per farlo è necessaria l'unione di tutti gli umanisti del mondo.

I. Il Capitale mondiale

Ecco la grande verità universale: il denaro è tutto. Il denaro è governo, è legge, è potere. È, nel fondo, sopravvivenza. Ma è anche l'Arte, la Filosofia, la Religione. Niente si fa senza denaro; niente si può senza denaro. Non ci sono rapporti personali senza denaro. Non c'è intimità senza denaro, e perfino una serena solitudine dipende dal denaro.

Ma il rapporto con questa "verità universale" è contraddittorio. La grande maggioranza della gente non vuole questo stato di cose. Ci troviamo allora di fronte alla tirannia del denaro. Una tirannia che non è astratta perché ha un nome, rappresentanti, esecutori e modi di procedere ben definiti.

Oggi non abbiamo a che fare né con economie feudali né con industrie nazionali e neppure con gli interessi di gruppi regionali. Oggi, queste strutture sopravvissute al corso della Storia devono piegarsi ai dettami del capitale finanziario internazionale per assicurarsi la propria quota di guadagno. Un capitale speculativo il cui processo di concentrazione su scala mondiale si fa sempre più spinto. In una situazione come questa, persino lo Stato nazionale, per sopravvivere, ha bisogno di crediti e prestiti. Tutti mendicano gli investimenti e, per averli, forniscono alla banca la garanzia che sarà essa ad avere l'ultima parola sulle decisioni fondamentali. Sta arrivando il momento in cui le stesse aziende, così come le città e le campagne, diverranno proprietà

indiscussa della banca. Sta arrivando il momento dello Stato Parallelo, un tempo, questo, in cui il vecchio ordine dovrà essere azzerato.

Di pari passo svaniscono le vecchie forme di solidarietà. In definitiva, siamo di fronte alla disintegrazione del tessuto sociale e all'apparire sulla scena di milioni di esseri umani indifferenti gli uni agli altri e senza legami tra loro, nonostante la miseria che li accomuna. Il grande capitale non solo domina l'oggettività grazie al controllo dei mezzi di produzione, ma domina anche la soggettività grazie al controllo dei mezzi di comunicazione e di informazione. In queste condizioni, esso può disporre a piacere delle risorse materiali e sociali, riducendo la natura ad uno stato di deterioramento irreversibile e tenendo sempre meno conto dell'essere umano. Il grande capitale possiede i mezzi tecnologici per fare tutto questo. E proprio come ha svuotato le aziende e gli Stati, è riuscito a svuotare di significato anche la Scienza, trasformandola in tecnologia che genera miseria, distruzione e disoccupazione.

Gli umanisti non hanno bisogno di grandi discorsi per mettere in evidenza il fatto che oggi esistono le possibilità tecnologiche per risolvere, a breve termine e per vaste zone del mondo, i problemi della piena occupazione, dell'alimentazione, della salute, della casa, dell'istruzione. Se queste possibilità non si tramutano in realtà è semplicemente perché la speculazione mostruosa del grande capitale lo impedisce.

Il grande capitale ha ormai superato lo stadio dell'economia di mercato e cerca di disciplinare la società per far fronte al caos che esso stesso ha generato. A contrastare questa situazione di irrazionalità non si levano - come imporrebbe una visione dialettica - le voci della ragione; sorgono, invece, i più oscuri razzismi, integralismi e fanatismi. E se il neo-irrazionalismo prenderà il sopravvento in intere regioni e collettività, il margine d'azione delle forze progressiste finirà per ridursi sempre di più. D'altra parte, però, milioni di lavoratori hanno ormai preso coscienza sia dell'assurdità del centralismo statale che della falsità della democrazia capitalista. È per questo che gli operai si ribellano contro i vertici corrotti dei sindacati, e che interi popoli mettono in discussione i loro partiti ed i loro governi. Ma è necessario dare orientamento a fenomeni come questi che tendono ad esaurirsi in uno sterile spontaneismo. È necessario discutere in seno al popolo il tema fondamentale dei fattori della produzione.

Per gli umanisti i fattori della produzione sono il lavoro ed il capitale, mentre la speculazione e l'usura sono di troppo. Nell'attuale situazione gli umanisti lottano per trasformare radicalmente l'assurdo rapporto che si è instaurato tra questi due fattori. Fino ad oggi è stata imposta questa regola: il profitto al capitale ed il salario al lavoratore. E lo squilibrio tra le due remunerazioni è stato giustificato con l'argomento del "rischio" che l'investimento comporta. Come se il lavoratore non mettesse a rischio il suo presente e il suo futuro nei flussi e riflussi della disoccupazione e della crisi. Ma c'è un altro elemento in gioco, ed è il potere di decisione e di gestione dell'azienda. Il profitto non destinato ad essere reinvestito nell'azienda, non diretto alla sua espansione o diversificazione, prende la via della speculazione finanziaria. E la stessa via della speculazione finanziaria la prende il profitto che non crea nuovi posti di lavoro. Di conseguenza, la lotta dei lavoratori deve obbligare il capitale a raggiungere la sua massima resa produttiva. Ma questo non potrà diventare realtà senza una compartecipazione nella gestione e nella direzione dell'azienda. Altrimenti, come si potranno evitare i licenziamenti in massa, la chiusura e lo svuotamento delle aziende? Il vero problema sta infatti nell'insufficienza degli investimenti, nel fallimento fraudolento delle aziende, nella catena dell'indebitamento, nella fuga dei capitali, e non nei profitti che potrebbero derivare dall'aumento della produttività. Se poi qualcuno insistesse ancora, sulla base di insegnamenti ottocenteschi, sull'idea della confisca dei mezzi di produzione da parte dei lavoratori, quel qualcuno dovrebbe tenere presente il recente fallimento del Socialismo reale.

A chi poi obietta che regolamentare il capitale così com'è regolamentato il lavoro comporta la fuga del capitale stesso verso luoghi ed aree più redditizie, si deve spiegare che una tal cosa non potrà succedere ancora per molto, giacché l'irrazionalità dell'attuale modello economico tende a produrre una saturazione e a innescare una crisi mondiale. Quest'obiezione, poi, non solo fa

esplicito riconoscimento di una radicale immoralità, ma ignora il processo storico dello spostamento del capitale verso la banca, il quale ha come conseguenza il fatto che lo stesso imprenditore finisce per diventare un impiegato senza capacità decisionale, l'anello di una catena all'interno della quale la sua autonomia è solo apparente. In ogni caso, saranno gli stessi imprenditori che, con l'acuirsi del processo recessivo, finiranno per prendere in considerazione questi argomenti.

Gli umanisti sentono la necessità di agire, non solo nel campo del lavoro ma anche in quello politico, per impedire che lo Stato sia uno strumento del capitale finanziario mondiale, per stabilire un equo rapporto tra i fattori della produzione e per restituire alla società l'autonomia che le è stata sottratta.

II. La democrazia formale e la democrazia reale

L'edificio della Democrazia si è gravemente deteriorato per l'incrinarsi dei pilastri sui quali poggiava: l'indipendenza dei poteri, la rappresentatività e il rispetto delle minoranze.

La teorica indipendenza dei poteri è un assurdo. Ed in effetti, basta svolgere una semplice ricerca sull'origine e sulle articolazioni di ciascun potere per rendersi conto degli intimi rapporti che lo legano agli altri. E non potrebbe essere altrimenti visto che tutti fanno parte di uno stesso sistema. Quindi, le frequenti crisi dovute al predominio di un potere sull'altro, al sovrapporsi delle funzioni, alla corruzione e alle irregolarità, sono il riflesso della situazione economica e politica globale di un dato paese.

Per quanto riguarda la rappresentatività, c'è da dire che all'epoca in cui fu introdotto il suffragio universale, si pensava che ci fosse un solo atto, per così dire, tra l'elezione dei rappresentanti del popolo e la conclusione del loro mandato. Ma con il passare del tempo, si è visto chiaramente che oltre a questo primo atto con il quale i molti scelgono i pochi, ne esiste un secondo durante il quale questi pochi tradiscono i molti, facendosi portatori di interessi estranei al mandato ricevuto. E questo male si trova ormai in incubazione nei partiti politici che sono ridotti a dei puri vertici separati dalle necessità del popolo. Ormai, all'interno della macchina dei partiti, i grandi interessi finanziano i candidati e dettano la politica che questi dovranno portare avanti. Tutto ciò evidenzia una profonda crisi nel concetto e nell'espressione pratica della rappresentatività.

Gli umanisti lottano per trasformare la pratica della rappresentatività dando la massima importanza alle consultazioni popolari, ai referendum, all'elezione diretta dei candidati. Non dimentichiamoci che in numerosi Paesi ancora esistono leggi che subordinano i candidati indipendenti ai partiti politici, oppure requisiti di reddito e sotterfugi vari che limitano la possibilità di presentarsi davanti alla volontà popolare. Qualsiasi Costituzione o legge che limiti la piena capacità del cittadino di eleggere e di essere eletto è una beffa nei confronti del fondamento stesso della Democrazia reale, che è al di sopra di ogni regolamentazione giuridica. E se si vorrà dare attuazione pratica al principio delle pari opportunità, i mezzi di comunicazione di massa dovranno mettersi al servizio della popolazione nel periodo elettorale, durante il quale i candidati pubblicizzano le loro proposte, dando a tutti esattamente le stesse opportunità. Oltre a questo, dovranno essere emanate leggi sulla responsabilità politica in base alle quali quanti non manterranno le promesse fatte agli elettori rischieranno l'interdizione, la destituzione o il giudizio politico. Questo perché il rimedio alternativo, che attualmente va per la maggiore e secondo il quale gli individui e i partiti inadempienti saranno penalizzati dal voto nelle elezioni successive, non pone affatto termine a quel secondo atto con cui si tradiscono gli elettori rappresentati. Per quanto riguarda la consultazione diretta su temi che presentano carattere d'urgenza, le possibilità tecnologiche di metterla in pratica crescono di giorno in giorno. Non si tratta di dare priorità a inchieste o a sondaggi manipolati, si tratta invece di facilitare la partecipazione ed il voto diretto attraverso mezzi elettronici ed informatici avanzati.

In una Democrazia reale, alle minoranze deve essere data la garanzia di una rappresentatività adeguata, ma oltre a questo si devono prendere tutte le misure che ne favoriscano nella pratica

l'inserimento e lo sviluppo. Oggi le minoranze assediata dalla xenofobia e dalla discriminazione chiedono disperatamente di essere riconosciute, e in questo senso, è responsabilità degli umanisti elevare questo tema a livello di discussione prioritaria, capeggiando ovunque la lotta contro i neofascismi, palesi o mascherati che siano. In definitiva, lottare per i diritti delle minoranze significa lottare per i diritti di tutti gli esseri umani.

Ma anche all'interno di un paese esistono intere provincie, regioni o autonomie che subiscono una discriminazione analoga a quella delle minoranze come conseguenza delle spinte centralizzatrici dello Stato, che è oggi solo uno strumento insensibile nelle mani del grande capitale. Questa situazione avrà termine quando si darà impulso ad un'organizzazione federativa grazie alla quale il potere politico reale tornerà nelle mani di tali soggetti storico-culturali.

In definitiva, porre al centro dell'attenzione il tema del capitale e del lavoro, il tema della Democrazia reale e l'obiettivo della decentralizzazione dell'apparato statale, significa indirizzare la lotta politica verso la creazione di un nuovo tipo di società. Una società flessibile ed in costante cambiamento, in sintonia con le necessità dinamiche dei popoli che oggi sono soffocati dalla dipendenza.

III. La posizione umanista

L'azione degli umanisti non si ispira a teorie fantasiose su Dio, sulla Natura, sulla Società o sulla Storia. Parte dai bisogni della vita che consistono nell'allontanare il dolore e nell'avvicinare il piacere. Ma nella vita umana, a tali bisogni si aggiunge quello di immaginare continuamente il futuro sulla spinta dell'esperienza passata e dell'intenzione di migliorare la situazione presente. L'esperienza umana non è semplicemente il prodotto della selezione o dell'accumulazione naturale e fisiologica, come accade in tutte le altre specie; è invece esperienza sociale e personale volta a vincere il dolore nel presente e a evitarlo nel futuro. Il lavoro umano, che si concretizza nelle produzioni sociali, passa, trasformandosi, di generazione in generazione, in una continua lotta per il miglioramento delle condizioni naturali, in cui va incluso lo stesso corpo umano. È per questo che l'essere umano deve essere inteso come un essere storico che trasforma il mondo e la sua stessa natura attraverso l'attività sociale. Ed ogni volta che un individuo o un gruppo umano si impone sugli altri con la violenza non fa che fermare la storia trasformando le vittime di tale violenza in oggetti "naturali". La natura non ha intenzioni; pertanto, negare la libertà e l'intenzionalità degli altri significa trasformarli in oggetti naturali, in oggetti da utilizzare.

L'umanità, nel suo lento progresso, ha bisogno di trasformare la natura e la società eliminando gli atti di appropriazione violenta e animalesca che alcuni esseri umani esercitano nei confronti di altri. Quando questo accadrà, si passerà dalla preistoria ad una storia pienamente umana. Fino a quel momento, non si potrà partire da nessun altro valore centrale che non sia l'essere umano completo, con le sue realizzazioni e la sua libertà. Per questo gli umanisti dichiarano: "Niente al di sopra dell'essere umano e nessun essere umano al di sotto di un altro". Ponendo Dio, lo Stato, il Denaro o una qualunque altra entità come valore centrale, si colloca l'essere umano in una posizione subordinata, e si creano così le condizioni perché possa essere controllato o sacrificato. Gli umanisti hanno ben chiaro questo punto. Gli umanisti possono essere sia atei che credenti, ma non partono dalla fede per dare fondamento alle loro azioni e alla loro visione del mondo: partono dall'essere umano e dai suoi bisogni più immediati. E, se nella lotta per un mondo migliore, credono di scoprire un'intenzione che muove la Storia in una direzione di progresso, mettono una tale fede o una tale scoperta al servizio dell'essere umano.

Gli umanisti pongono il problema di base che è questo: sapere se si vuole vivere e in che condizioni si vuole farlo.

Qualsiasi forma di violenza - fisica, economica, razziale, religiosa, sessuale, ideologica - attraverso cui il progresso umano è stato bloccato, ripugna agli umanisti. Qualsiasi forma di discriminazione - manifesta o larvata - costituisce per gli umanisti un motivo di denuncia.

Gli umanisti non sono violenti, ma soprattutto non sono codardi e non hanno paura di affrontare la violenza perché sanno che le loro azioni hanno un senso. Gli umanisti collegano sempre la loro vita personale con quella sociale. Non propongono false antinomie e in ciò risiede la loro coerenza.

Risulta così tracciata la linea di demarcazione tra l'Umanesimo e l'Anti-umanesimo. L'umanesimo pone al primo posto il lavoro rispetto al grande capitale; la Democrazia reale rispetto alla Democrazia formale; il decentramento rispetto al centralismo; la non-discriminazione rispetto alla discriminazione; la libertà rispetto all'oppressione; il senso della vita rispetto alla rassegnazione, alla complicità e all'assurdo.

Poiché si basa sulla libertà di scelta, l'Umanesimo possiede l'unica etica valida nel momento attuale. Allo stesso modo, poiché crede nelle intenzioni e nella libertà, distingue tra errore e mala fede, tra colui che sbaglia e colui che tradisce.

IV. Dall'umanesimo ingenuo all'umanesimo cosciente

È nella base sociale, è nei luoghi in cui i lavoratori risiedono o svolgono la loro attività che l'Umanesimo deve trasformare la semplice protesta in una forza cosciente che abbia come obiettivo la trasformazione delle strutture economiche.

Quanto ai membri più combattivi delle organizzazioni sindacali e dei partiti politici progressisti, bisogna dire che la loro lotta diventerà coerente nella misura in cui sarà diretta a trasformare i vertici delle organizzazioni a cui sono iscritti e nella misura in cui darà a tali organizzazioni un indirizzo che, al di là delle rivendicazioni di corto respiro, faccia propri gli aspetti fondamentali dell'Umanesimo.

In larghi strati di docenti e studenti, normalmente sensibili alle ingiustizie, la volontà di cambiamento diventerà cosciente a misura che la crisi generale del sistema tenderà a gravare anche su di essi. E certo già oggi, il settore della Stampa, che è a diretto contatto con la tragedia di ogni giorno, è in condizioni di prendere un indirizzo umanista; lo stesso vale per quei settori intellettuali le cui opere sono in netta opposizione con i modelli sostenuti da questo sistema inumano.

Di fronte alla sofferenza umana, numerose organizzazioni lanciano l'invito ad agire in modo disinteressato a favore degli emarginati o dei discriminati. In determinate occasioni, associazioni, gruppi di volontariato e consistenti fasce della popolazione si mobilitano e cercano di dare un contributo positivo. Senza dubbio, proprio il fatto di denunciare problemi di questo tipo costituisce di per sé un contributo. Ma tali gruppi non impostano la loro azione nel quadro di una trasformazione delle strutture che danno origine ai mali che denunciano. Pertanto, un tale atteggiamento rientra più nel campo dell'Umanitarismo che in quello dell'Umanesimo cosciente. Comunque, le denunce e le azioni concrete che esso porta avanti sono degne di essere approfondite e potenziate.

V. Il campo dell'anti-umanesimo

A misura che le forze mobilitate dal grande capitale soffocano i popoli, sorgono ideologie incoerenti, che crescono sfruttando il malessere sociale, malessere che incanalano verso falsi colpevoli. Alla base di queste forme di neo-fascismo c'è una profonda negazione dei valori umani. Anche in certe correnti ecologiste devianti succede qualcosa d'analogo, visto che privilegiano la natura rispetto all'uomo. Esse non sostengono più che il disastro ecologico è propriamente tale

perché mette in pericolo l'umanità: lo è perché l'essere umano ha attentato contro la Natura. Secondo alcune di queste correnti, l'essere umano è un essere infetto che in quanto tale infetta la Natura. Per loro, sarebbe stato meglio che la medicina non avesse avuto alcun successo nella lotta contro le malattie e per prolungare la vita. "Prima la terra!" urlano in modo isterico, richiamandoci alla memoria i proclami del nazismo. Da qui alla discriminazione delle culture che contaminano, degli stranieri che sporcano ed inquinano, il passo è breve. Anche queste correnti rientrano nel campo dell'Anti-umanesimo, visto che alla loro base c'è il disprezzo per l'essere umano. I loro mentori disprezzano se stessi e in questo riflettono le tendenze nichiliste e suicide oggi di moda.

Certo, uno strato consistente di persone sensibili aderisce ai movimenti ecologisti perché si rende conto di quanto siano gravi i problemi che questi denunciano. Ma se assumeranno, come sembra opportuno, un carattere umanista, i movimenti ecologisti indirizzeranno la lotta verso i responsabili della catastrofe: il grande capitale e la catena di industrie e aziende distruttive, tutte strettamente imparentate con il complesso militare-industriale. Prima di preoccuparsi delle foche, dovranno preoccuparsi della fame, del sovraffollamento, della mortalità infantile, delle malattie, della carenza di abitazioni e di strutture sanitarie che caratterizzano tante parti della terra. Dovranno dare l'opportuno risalto a problemi quali la disoccupazione, lo sfruttamento, il razzismo, la discriminazione e l'intolleranza nel mondo tecnologicamente avanzato. Quello stesso mondo, che, con la sua crescita irrazionale, sta creando gli squilibri ecologici.

Non è necessario dilungarsi troppo sulle Destre intese come strumenti politici dell'Anti-umanesimo. La loro malafede raggiunge livelli tali che continuamente esse si spacciano per rappresentanti dell'Umanesimo. In questa stessa direzione si è mossa anche l'astuta banda clericale che ha preteso di elaborare non si sa quali teorie a partire da un ridicolo "Umanesimo teocentrico". Si tratta della stessa gente che ha inventato le guerre di religione e l'inquisizione, che ha fatto da boia ai padri storici dell'Umanesimo occidentale, e che ora si arroga le virtù delle sue vittime arrivando persino a "perdonare le deviazioni" degli antichi umanisti. La malafede e il banditismo nell'appropriarsi delle parole sono così enormi, che i rappresentanti dell'Anti-umanesimo non hanno mancato di nascondersi dietro il nome di "umanisti".

Sarebbe impossibile fare un inventario completo dei trucchi, degli strumenti, dei modi e delle espressioni utilizzate dall'Anti-umanesimo. In ogni caso, un'opera di chiarificazione delle tendenze anti-umaniste più nascoste permetterà a molti umanisti, per così dire ingenui o spontanei, di rivedere le proprie concezioni e il significato della propria attività sociale.

VI. I fronti d'azione umanista

L'Umanesimo organizza fronti d'azione nei luoghi di residenza, nel mondo del lavoro, nel mondo sindacale, politico e culturale, con l'intento di trasformarsi, poco a poco, in un movimento a carattere sociale. Con queste attività, esso cerca di creare le condizioni per integrare forze diverse, gruppi ed individui progressisti senza che questi perdano la loro identità e le loro caratteristiche particolari. L'obiettivo del movimento umanista è quello di promuovere l'unione tra forze che possano influire sempre di più su vasti settori della popolazione, e di orientare con la sua azione la trasformazione sociale.

Gli umanisti non sono ingenui né si gonfiano il petto con dichiarazioni di sapore romantico. In questo senso, non credono che le loro proposte siano l'espressione più avanzata della coscienza sociale né pensano che la propria organizzazione sia qualcosa d'indiscutibile. Gli umanisti non fingono di essere i rappresentanti della maggioranza. In tutti i casi, agiscono in accordo con ciò che ritengono più giusto e favoriscono le trasformazioni che credono possibili ed adatte all'epoca in cui gli è toccato vivere.

Bibliografia

| Silo, Opere Complete, Volume I, *Lettere ai miei amici*, Sesta lettera ai miei amici. [Multimage, 2000.](#)

ALLEGATO II

CARTA PER UN MONDO SENZA VIOLENZA

La violenza è una malattia che si può prevenire²⁹

Nessuno Stato o individuo può essere sicuro in un mondo insicuro. I valori della nonviolenza negli intenti, nei pensieri e nella prassi da un'alternativa sono diventati una necessità. Questi valori si esprimono nella loro applicazione tra stati, gruppi ed individui.

Siamo convinti che il rispetto dei valori della nonviolenza introdurrà un ordine mondiale più civile e pacifico, in cui sistemi di governance più equi, efficaci e rispettosi della dignità umana e della sacralità della vita possano diventare una realtà.

Le nostre culture, le nostre storie e le nostre vite individuali sono interconnesse e le nostre azioni sono interdipendenti. Oggi come mai in passato ci troviamo davanti a una verità: il nostro è un destino comune, che verrà definito oggi dalle nostre intenzioni, decisioni ed azioni.

Siamo inoltre convinti che creare una cultura della pace e della nonviolenza, pur essendo un processo lungo e difficile, sia utile e necessario. Affermare i principi enunciati in questa Carta è un primo passo, di importanza vitale, per garantire la sopravvivenza e lo sviluppo dell'umanità e realizzare un mondo senza violenza.

Noi Premi Nobel per la Pace e Organizzazioni Nobel per la Pace,

Riaffermando il nostro impegno verso la Dichiarazione Universale dei Diritti dell'Uomo;

Preoccupati dalla necessità di porre fine alla diffusione della violenza a tutti i livelli della società e soprattutto alle minacce a livello mondiale, che mettono a rischio l'esistenza stessa dell'umanità;

Riaffermando che la libertà di pensiero e di espressione è alla radice della democrazia e della creatività;

Riconoscendo che la violenza si manifesta in molte forme, quali conflitti armati, occupazione militare, povertà, sfruttamento economico, distruzione dell'ambiente, corruzione e pregiudizio basato sulla razza, la religione, il genere e l'orientamento sessuale;

Riconoscendo che il culto della violenza espresso nelle forme di intrattenimento commerciale può contribuire all'accettazione della stessa come una condizione normale ed ammissibile;

Convinti che quelli maggiormente colpiti dalla violenza sono i più poveri e vulnerabili;

Rammentando che la pace non è soltanto l'assenza di violenza, ma anche la presenza della giustizia e del benessere dei popoli;

Prendendo atto che un inadeguato riconoscimento da parte degli Stati delle diversità etniche, culturali e religiose è spesso alla radice della violenza esistente nel mondo;

Consapevoli del fatto che il mondo ha bisogno di efficaci meccanismi globali e di metodi nonviolenti per la prevenzione e la risoluzione dei conflitti e che questi hanno maggiore successo quanto prima sono adottati;

Affermando che coloro che sono investiti del potere hanno maggiore responsabilità per porre fine alla violenza dove essa si manifesta e per prevenirla dovunque sia possibile;

Convinti che i valori della nonviolenza debbano trionfare in tutti i livelli della società, così come nei rapporti tra Stati e tra popoli;

Invitiamo la comunità internazionale a portare avanti i seguenti principi:

Primo: in un mondo interdipendente, la prevenzione e la cessazione dei conflitti armati tra gli Stati e all'interno degli Stati può richiedere un'azione collettiva da parte della comunità internazionale. La sicurezza dei singoli stati si ottiene con una maggiore sicurezza globale ed umana. Per questo è necessario rafforzare la capacità di implementazione del sistema ONU e delle organizzazioni di cooperazione regionale.

Secondo: Per realizzare un mondo senza violenza, gli Stati devono rispettare lo stato di diritto ed onorare i loro impegni legali.

Terzo: È necessario muoversi senza indugi nella direzione dell'eliminazione universale e verificabile delle armi nucleari e delle altre armi di distruzione di massa. Gli Stati in possesso di tali armi devono intraprendere passi concreti verso il disarmo e un sistema di sicurezza che non sia basato sulla deterrenza nucleare. Allo stesso tempo gli Stati devono fare ogni sforzo per consolidare il regime di non proliferazione nucleare, prendendo misure come il rafforzamento delle verifiche multilaterali, la protezione del materiale nucleare e l'aumento del disarmo.

Quarto: Per contribuire all'eliminazione della violenza nella società, la produzione e la vendita delle armi leggere devono essere ridotte e sottoposte a rigorosi controlli a livello internazionale, regionale, statale e locale. Inoltre gli accordi internazionali per il disarmo, come il *Trattato per la messa al bando delle mine* del 1977, dovrebbero ottenere una piena ed universale applicazione. I nuovi sforzi volti ad eliminare l'impatto delle armi indiscriminate ed attivate dalle vittime, come le bombe a grappolo, vanno sostenuti. È necessario un ampio ed efficace trattato sul commercio delle armi.

Quinto: Il terrorismo va sempre condannato, perché la violenza genera violenza; nessuna causa può giustificare gli atti terroristici contro la popolazione civile di qualsiasi paese. La lotta al terrorismo non può tuttavia giustificare la violazione dei diritti umani, del diritto umanitario internazionale, delle norme della società civile e della democrazia.

Sesto: Porre fine alla violenza domestica e nelle famiglie esige il rispetto incondizionato dell'uguaglianza, della libertà, della dignità e dei diritti delle donne, degli uomini e dei bambini da parte di tutti gli individui e le istituzioni dello stato, della religione e della società civile. Tali tutele vanno inserite nelle leggi e nelle convenzioni locali ed internazionali.

Settimo: Ogni individuo e ogni Stato condividono la responsabilità di prevenire la violenza contro i bambini e i giovani, il nostro futuro comune e il nostro bene più prezioso. Tutti hanno diritto ad un'istruzione di buon livello, all'assistenza sanitaria di base, alla sicurezza personale, alla tutela sociale, alla piena partecipazione alla vita sociale e ad un ambiente che rafforzi la nonviolenza come stile di vita. L'educazione alla pace, la promozione della nonviolenza e la valorizzazione dell'innata qualità umana della compassione devono far parte dei programmi educativi a tutti i livelli.

Ottavo: La prevenzione dei conflitti derivati dall'impoverimento delle risorse naturali, in particolari delle fonti energetiche ed idriche, esige che gli Stati svolgano un ruolo attivo ed istituiscano sistemi giuridici e standard finalizzati alla protezione dell'ambiente ed incoraggino le popolazioni a contenere i loro consumi in base alla disponibilità delle risorse e ai reali bisogni umani.

Nono: Facciamo appello all'ONU e agli Stati membri affinché promuovano il riconoscimento della diversità etnica, culturale e religiosa. La regola d'oro di un mondo nonviolento: "Tratta gli altri come vuoi essere trattato".

Decimo: I principali strumenti politici per realizzare un mondo nonviolento sono delle istituzioni democratiche funzionanti e il dialogo basato sulla dignità, la conoscenza e il compromesso e condotto sulla base dell'equilibrio tra gli interessi delle parti coinvolte, tenendo anche presente l'umanità nel suo complesso e l'ambiente naturale.

Undicesimo: Tutti gli Stati, le istituzioni e gli individui devono sostenere gli sforzi volti a risolvere l'ineguaglianza nella distribuzione delle risorse economiche e le iniquità che creano un fertile terreno per la violenza. Lo squilibrio delle condizioni di vita porta inevitabilmente alla mancanza di opportunità e in molti casi alla perdita della speranza.

Dodicesimo: La società civile, compresi i difensori dei diritti umani e gli attivisti per la pace e l'ambiente, va riconosciuta e protetta come parte essenziale nella costruzione di un mondo nonviolento, dato che i governi devono servire le esigenze della gente e non il contrario. Vanno create le condizioni per permettere ed incoraggiare la partecipazione della società civile, soprattutto delle donne, nei processi politici a livello globale, regionale, nazionale e locale.

Tredicesimo: Nell'implementare i principi di questa Carta lanciamo un appello perché tutti lavorino insieme per costruire un mondo in cui ognuno abbia il diritto di non essere ucciso e la responsabilità di non uccidere gli altri.

Per contrastare ogni forma di violenza incoraggiamo la ricerca scientifica nei campi dell'interazione umana e del dialogo e sollecitiamo la partecipazione della comunità accademica, scientifica e religiosa per aiutarci nella transizione verso una società nonviolenta e pacifica.

ALLEGATO III

Conferenza

Il significato della Pace e della Nonviolenza nel momento attuale. La Marcia Mondiale

**Silo
Berlino, 11 Novembre 2009**

Una marcia percorre il mondo. È la Marcia per la Pace e la Nonviolenza.

Ve ne parlerò in breve in questo forum in qualità di fondatore dell'Umanesimo Universalista ed ispiratore della menzionata Marcia. Questa, a sua volta, sta generando varie iniziative ed attività, come il percorso simbolico di una equipe di volontari che si sposterà per tre mesi attraverso vari paesi, dopo essere partita lo scorso 2 Ottobre da Wellington, Nuova Zelanda, per terminare il 2 Gennaio 2010 ai piedi del monte Aconcagua a Punta de Vacas, tra l'Argentina e il Cile.

La Marcia è stata lanciata durante il Simposio del Centro Mondiale di Studi Umanisti, nel Parco di Studio e Riflessione di Punta de Vacas il 15 Novembre 2008, cioè un anno fa, con la chiara intenzione di creare coscienza della pericolosa situazione mondiale che attraversiamo, segnata dall'elevata probabilità di un conflitto nucleare, dalla corsa agli armamenti e dalla violenta occupazione militare di territori.

Questa proposta di mobilitazione sociale è promossa dal Movimento Umanista e dai suoi organismi. In pochi mesi, la Marcia Mondiale ha suscitato l'adesione di migliaia di persone; di gruppi pacifisti e nonviolenti; di diverse istituzioni che lavorano a favore dei Diritti Umani; di personalità del mondo della scienza, della cultura e della politica sensibili all'urgenza del momento. Ha ispirato anche un'enorme quantità di iniziative in più di cento paesi, configurando un fenomeno di diversità culturale in veloce crescita. In questo ordine di idee, devo comunicare che all'équipe base iniziale se ne è unita un'altra che sta percorrendo vari paesi del Medio Oriente ed una terza che lo sta facendo in America Centrale...

Sappiamo bene che la situazione attuale è critica in tutte le latitudini ed è caratterizzata dalla povertà di vaste regioni, dallo scontro tra culture e dalla violenza e dalla discriminazione che inquinano la vita quotidiana di ampi settori della popolazione. Al giorno d'oggi esistono conflitti armati in numerosi punti e, allo stesso momento, una profonda crisi del sistema finanziario internazionale. A tutto ciò si aggiunge la crescente minaccia nucleare che è, in definitiva, la più grande urgenza del momento attuale. Questa è una situazione altamente complessa. Agli interessi irresponsabili delle potenze nucleari ed alla follia di gruppi violenti, con possibile accesso a materiale nucleare di ridotte dimensioni, dobbiamo aggiungere il rischio di un incidente che potrebbe far scoppiare un conflitto devastante.

Tutto questo non è la somma di crisi differenti, bensì il quadro che evidenzia il fallimento globale di un sistema la cui metodologia d'azione è la violenza e il cui valore centrale è il denaro.

Per evitare la catastrofe atomica che sembra minacciare il mondo del futuro più o meno prossimo, dobbiamo lavorare oggi stesso per superare la violenza sociale e personale mentre esigiamo:

- 1 - il disarmo nucleare mondiale;
- 2 - il ritiro immediato delle truppe d'invasione dai territori occupati;
- 3 - la riduzione progressiva e proporzionale degli armamenti di distruzione di massa;
- 4 - la firma di trattati di non aggressione tra paesi e
- 5 - la rinuncia dei governi ad utilizzare le guerre come mezzo di risoluzione dei conflitti.

È urgente creare coscienza per la Pace ed il disarmo. Ma è anche necessario risvegliare la coscienza della Nonviolenza Attiva che ci permetta di rifiutare non solo la violenza fisica, ma anche ogni forma di violenza economica, razziale, psicologica, religiosa e di genere. Naturalmente, aspiriamo al fatto che questa nuova sensibilità possa diventare vigente e commuovere le strutture sociali, aprendo il cammino alla futura Nazione Umana Universale.

La Marcia Mondiale lancia un appello a tutte le persone affinché uniscano i loro sforzi e prendano nelle proprie mani la responsabilità di cambiare il mondo, superando la violenza personale ed appoggiando nel loro ambiente più prossimo la crescita di questa influenza positiva.

In tutto questo periodo, in molte città e paesi, si stanno svolgendo marce, festival, forum, conferenze ed altri eventi per creare coscienza sull'urgenza della Pace e della Nonviolenza. Ed in tutto il mondo le campagne di adesione alla Marcia moltiplicano questo segnale più in là di quanto ci si potesse immaginare.

Per la prima volta nella storia un evento di questa vastità si mette in moto per iniziativa degli stessi partecipanti. La vera forza di questo impulso nasce dall'atto semplice di chi per coscienza aderisce ad una causa degna e la condivide con altri.

È stato designato per questo periodo della Marcia e fino al Gennaio del 2010 - data in cui si realizzerà la ristrutturazione del Movimento Umanista - Rafael de la Rubia come rappresentante dell'organismo umanista "Mondo senza Guerre" ed i portavoce continentali: Michel Ussene, per l'Africa; Sudhir Gandotra, per l'Asia; Giorgio Schultze, per l'Europa; Tomás Hirsch, per l'America Latina e Chris Wells, per il Nordamerica. A tutti loro è stata data la missione di ricevere dalle mani dei premi Nobel per la Pace - durante questa edizione del Vertice di Berlino - la "Carta per un mondo senza violenza", con l'impegno di diffonderla in tutti i paesi in cui passi la Marcia Mondiale.

È proprio in questa "Carta" dove si definiscono i Principi che possono essere sottoscritti dalle persone di buona volontà di tutte le latitudini.

Per non soffermarmi eccessivamente, vorrei solo sottolineare il principio nono della Carta che dice: "Facciamo appello all'ONU e agli Stati membri affinché prendano in considerazione mezzi e metodi per promuovere un riconoscimento significativo delle diversità etniche, culturali e religiose negli stati nazionali multi-etnici. Il principio morale di un mondo nonviolento è: "Tratta gli altri come vorresti essere trattato".

Questo principio morale va oltre ogni norma ed ogni giuridicità per affermare il suo dominio nel terreno umano grazie al registro che permette a tutti di riconoscerlo, al di là di ogni calcolo e di ogni speculazione.

Questo principio, conosciuto fin dall'antichità come la "Regola d'Oro" della convivenza, è uno dei tredici considerati in questo magnifico documento che è necessario diffondere ampiamente.

D'altra parte, non dobbiamo trascurare alcuni argomenti che facilitano la comprensione delle nostre attività nel campo della Nonviolenza, perché è evidente che il pregiudizio negativo verso di noi è nato e si è sviluppato in Sudamerica durante le lotte nonviolente sostenute contro le dittature militari. È chiarissimo che la discriminazione che subiamo in diversi campi parte dalla disinformazione e dalla diffamazione sistematica subita per decenni nei nostri paesi d'origine, come l'Argentina ed il Cile. Le dittature ed i loro organi di "disinformazione" hanno tessuto la loro rete fin dall'epoca in cui si proibiva, si imprigionava, si deportava e si assassinava i nostri militanti. Ancora oggi, ed in diverse parti, si può rilevare la persecuzione che subiamo non solamente per mano dei fascisti ma anche per mano di alcuni settori "benpensanti". E va osservato che man mano che le nostre attività progrediscono molti declamatori della Pace, si strappano le vesti esigendo il nostro silenzio o apostrofando ogni gruppo o individuo che parla di noi in pubblico.

Sebbene quegli insulti facciano parte del passato oggi si continua a denigrare l'azione nonviolenta argomentando che nulla si potrà fare, aldilà delle dichiarazioni d'intenti, di fronte ai poteri "reali" che decidono le situazioni del mondo. E, per esemplificare, vediamo alcuni casi.

Il primo si riferisce alle campagne contro il Servizio Militare fatte dagli umanisti in Argentina alcuni anni fa.

In quell'epoca si sosteneva che era impossibile modificare l'obbligo militare. E questo dopo che si erano raccolte, in un anno di attività, un milione e mezzo di firme, respinte senza alcuna giustificazione. Allora, il Potere Esecutivo dichiarò pubblicamente che era sconveniente lasciare "la nazione in uno stato di vulnerabilità di fronte alle possibili aggressioni dei paesi limitrofi". Tuttavia, l'opinione pubblica era sensibilizzata a tal punto che il dibattito (senza menzionare gli autori del progetto) venne alla luce ed i mezzi d'informazione ne parlarono. E, ad un certo momento, la Presidenza della Repubblica firmò il "Decreto di annullamento del Servizio Militare obbligatorio" sostituendolo con il Servizio Militare facoltativo. Ma si argomentò, in quell'occasione, che si prendeva tale misura perché un soldato era morto in una caserma a causa dei maltrattamenti ricevuti. Stando così le cose, resta chiaro che la lunga campagna e mobilitazione degli umanisti non fu inutile poiché l'arbitraria legge venne alla fine abolita.

L'altro caso, più recente, è accaduto in Repubblica Ceca.

Il cosiddetto "scudo stellare" si stava progettando sin dal 2002 senza che la popolazione della Repubblica Ceca e dell'Unione Europea ne sapesse nulla. Nel Giugno del 2006 il Movimento Umanista si fece promotore di un'alleanza tra organizzazioni di base sociali e politiche, facendo sapere che il 70% della popolazione era contrario. Si chiese di non realizzare il progetto data la sua pericolosità mentre si esigeva che si svolgesse un referendum. Due umanisti iniziarono uno sciopero della fame e la protesta incominciò ad avere l'appoggio di organizzazioni pacifiste e nonviolente. Questa protesta è andata avanti per un anno, coinvolgendo artisti, accademici, scienziati e sindaci. Finalmente, la protesta è arrivata anche al Parlamento Europeo. Nel Marzo del 2009, il governo è caduto per la concomitanza di vari fattori, ma la protesta popolare e l'opposizione parlamentare riuscirono a posticipare la ratifica del trattato tra la Repubblica Ceca e gli U.S.A. Nel Settembre del 2009, Obama ha rinunciato al progetto dello scudo stellare nella Repubblica Ceca ed in Polonia.

Dobbiamo considerare ora due temi ancora non compresi nella loro portata sociale.

Come tutti abbiamo notato la tematica ecologica e la difesa ambientale sono ormai valori condivisi nelle nostre società. Nonostante alcuni governi e certi settori con interessi specifici nella questione neghino il pericolo che comporta non preoccuparsi dell'ecosistema, tutti si vedono obbligati a prendere crescenti misure grazie alla pressione delle popolazioni ogni giorno più preoccupate per

il deterioramento della nostra casa comune. Persino i bambini sono ogni giorno più sensibili agli eventuali pericoli. Nelle scuole anche a livello elementare e attraverso i mezzi d'informazione si mette attenzione al tema della prevenzione del deterioramento dell'ambiente e nessuno può ignorare queste preoccupazioni.

Ma rispetto alla preoccupazione per il tema della violenza siamo in notevole ritardo. Voglio dire che la difesa della vita umana e dei più elementari diritti umani non sono ancora patrimonio comune e globale. Si fa ancora apologia della violenza quando si tenta di argomentare la difesa e per giunta la "difesa preventiva" contro possibili aggressioni. E non sembra che si sperimenti orrore verso la distruzione di massa di popolazioni indifese. Ci allarmiamo soltanto quando la violenza ci sfiora nella nostra vita attraverso fatti criminali di sangue, ma non smettiamo di glorificare i cattivi esempi che avvelenano le nostre società ed i bambini fin dalla più tenera infanzia.

È chiaro che ancora non si è sviluppata l'idea né la sensibilità capace di provocare un ripudio profondo ed una ripugnanza morale che ci allontani dalle mostruosità della violenza ai suoi vari livelli.

Da parte nostra faremo tutti gli sforzi necessari per insediare nella società la validità dei temi della pace e della nonviolenza ed è chiaro che verrà il tempo in cui appariranno risposte sia individuali che di massa. Quello sarà il momento di un cambiamento radicale nel mondo.

Per finire il mio breve intervento vorrei riprendere la "Carta per un mondo senza violenza" proposta dai Premi Nobel per la Pace e dalle Organizzazioni Nobel per la Pace, con l'obiettivo di dare impulso alle sue proposte nel corso di questa Marcia Mondiale per la Pace e la Nonviolenza. Saremo molto onorati di dividerne i principi nelle azioni sociali concrete che sicuramente ci incammineranno verso quel nuovo mondo di cui abbiamo parlato prima.

Nient'altro, molte grazie.

Note Ampliatorie

¹ Silo, Mario Rodriguez, ispano-argentino, fondatore dell'umanesimo universalista, è stato l'ispiratore della Marcia Mondiale per la Pace e la Nonviolenza. Dal 1969 Silo ha denunciato pubblicamente, partecipando ad incontri, conferenze, seminari e atti pubblici, la situazione di violenza crescente nel mondo e la necessità della nonviolenza attiva.

Il suo pensiero si ritrova in numerosi scritti – prosa poetica, psicologia descrittiva, racconti, lettere, discussioni storiologiche, studi sui miti – che affrontano i molteplici aspetti della vita umana e del processo dell'umanità, che hanno avuto una diffusione quasi senza precedenti.

Gli è stata conferita la laurea Honoris Causa dalla Accademia delle Scienze di Russia.

Dal suo pensiero e dal suo insegnamento ha preso vita il Movimento Umanista, che attraverso numerose organizzazioni sociali di base in tutto il mondo, ha sviluppato nell'attivismo e nel campo sociale, culturale e politico, la metodologia della nonviolenza attiva. Sul sito www.silo.net si possono scaricare liberamente tutte le sue opere.

Silo è una guida spirituale che sorge in questo tempo convulso, violento e senza speranza. Il suo messaggio è semplice e profondo al tempo stesso. La sua opera ha trasceso tutte le frontiere e i suoi sostenitori si trovano nelle più diverse culture di tutti i continenti.

Nel 1969 comincia la vita pubblica di Silo con due avvenimenti fondamentali: una arringa data il 4 maggio nella località della Cordigliera delle Ande situata presso la frontiera tra Argentina e Cile, chiamata Punta de Vacas, davanti ad una manciata di persone: **La guarigione della sofferenza**. In quello stesso luogo scrive **Lo Sguardo Interno**, libro che sarà pubblicato nel 1972. Entrambi, l'arringa e il libro, sono le pietre angolari del suo insegnamento. Nella prima mostra la radice della sofferenza “... puoi porre fine alla violenza in te, negli altri e nel mondo che ti circonda, unicamente con la fede interna e con la meditazione interna...” mentre ne **Lo Sguardo Interno** sviluppa qual è il vero senso della vita. “*Qui si racconta come il non-senso della vita si converte in senso e pienezza. / Qui c'è allegria, amore del corpo, della natura, dell'umanità e dello spirito / Qui si rinnegano i sacrifici, il senso di colpa e le minacce dell'oltretomba. / Qui ciò che è terreno non si oppone a ciò che è eterno. / Qui si parla della rivelazione interiore a cui giunge chi medita in umile e attenta ricerca*”.

Silo ha tenuto discorsi, conferenze e ha partecipato a incontri massivi nei quali ha espresso i suoi punti di vista e insegnamenti a centinaia di migliaia di persone da Città del Messico a Bombay, da Parigi a Mosca, da Manila a Copenaghen, nello Sri Lanka e a Napoli, a New York e a Quito. In tutto il mondo si sommano aderenti ai suoi richiami alla speranza, alla possibilità di cambiamento, alla certezza nel fatto che l'essere umano possa definitivamente diventare un vero essere umano, lasciando dietro di sé la preistoria della sofferenza, del nichilismo, della violenza. “... Però, nonostante tutto... nonostante questo sventurato isolamento, qualcosa di lieve come un suono lontano, qualcosa di lieve come una brezza mattutina, qualcosa che comincia soavemente, si apre il passo all'interno dell'essere umano...”

Silo, inoltre, è stato l'ispiratore della nuova corrente chiamata Umanesimo Universalista, linea di pensiero allo stesso tempo plurale e convergente, che si oppone alla discriminazione, al fanatismo, allo sfruttamento e alla violenza.

Nell'anno 2001 nasce il **Messaggio di Silo**, organizzato intorno ad un libro che porta lo stesso nome e che è diviso in tre parti: Il libro, che è **Lo Sguardo Interno**, **L'Esperienza**, otto cerimonie capaci di produrre ispirazione spirituale e cambiamenti positivi nella vita quotidiana, e **Il Cammino**, riflessioni e suggerimenti sulla vita personale, interpersonale e sociale. I sostenitori di questa guida spirituale, di questo saggio delle Ande, come è stato chiamato, rapidamente hanno costituito comunità che diffondono il Messaggio di Silo ai quattro angoli del mondo.

² Silo, *Opere Complete, Voll. I e II*, Multimage, Firenze, 2000-2003

³ Convergenza delle Culture: Organismo che lavora per l'apertura del dialogo tra etnie e culture.

Partito Umanista: Partito Internazionale dalle basi umaniste.

Mondo senza Guerre e senza Violenza: Organismo dedicato ai temi del disarmo e del pacifismo.

Centro Mondiale di Studi Umanisti: Organismo applicato allo studio e all'approfondimento di diverse tematiche dalla prospettiva dell'Umanesimo Universalista.

⁴ Umanesimo Universalista (estratto da Silo, *Dizionario del Nuovo Umanesimo*, Multimage, 1998).

Detto anche Nuovo Umanesimo. È caratterizzato dalla sottolineatura dell'atteggiamento umanista. Questo atteggiamento non è una filosofia ma una prospettiva, una sensibilità e un modo di vivere il rapporto con gli altri esseri umani. L'umanesimo universalista sostiene che in tutte le culture, nel loro miglior momento di creatività, l'atteggiamento umanista pervade l'ambiente sociale. Vengono così ripudiate la discriminazione, le

guerre e, in generale, la violenza. La libertà di idee e di credenze assume forte impulso e ciò incoraggia, a sua volta, la ricerca e la creatività nella scienza, nell'arte e nelle altre espressioni sociali. In ogni caso, l'umanesimo universalista propone un dialogo non astratto né istituzionale tra culture, ma l'accordo sui punti essenziali e la reciproca collaborazione tra rappresentanti di diverse culture, basandosi su "momenti" umanisti simmetrici. Il panorama generale delle idee dell'umanesimo universalista è delineato nel Documento del Movimento Umanista.

⁵ Silo, *Opere Complete, Vol. I*, Pag. 614, Multimage, Firenze, 2000.

⁶ Luis A. Ammann, *Autoliberazione*, Multimage, Firenze, 2002

⁷ Silo, *Opere Complete, Vol. I e Vol. II*, Multimage, Firenze, 2000 e 2003

⁸ L'esposizione della dottrina ammette differenti livelli di profondità. Già il livello di spiegazione che appare nel presente commentario risulta diverso da quello che viene dato nei temi formativi del capitolo II. A grandi linee, possiamo dire quanto segue: 1° L'essere umano tende a raggiungere ciò che crede sia per lui la felicità. 2° Il dolore e la sofferenza si oppongono al raggiungimento della felicità. 3° Mentre il regresso del dolore, che è fisico, dipende dall'avanzamento della società e della scienza, il regresso della sofferenza, che è mentale, dipende dal senso della vita che si possiede; 4° Si soffre non solo quando si vivono situazioni contraddittorie, ma anche quando esse vengono ricordate o immaginate nel futuro. Queste forme, in cui la sofferenza si esprime, vengono chiamate "le tre vie della sofferenza"; 5° Possono esserci differenti tipi di "senso della vita", ciascuno dei quali aiuta a portare il peso di una o più tappe dell'esistenza. Tutti, però, si trovano sottomessi a questa verità ultima: "La vita non ha senso se tutto termina con la morte"; 6° Il vero senso della vita sorge quando l'essere umano riconosce che non tutto termina con la morte. Questo riconoscimento, che permette di spezzare il meccanismo delle tre vie della sofferenza, dà all'essere umano unità e direzione nella vita; quando esso si manifesta, la vita subisce una conversione globale, ed i problemi quotidiani vengono ridimensionati e considerati superabili lungo il cammino, attraverso l'apprendimento ed il perfezionamento; 7° Di fronte alla possibilità del riconoscimento che non tutto finisce con la morte, o – ed è lo stesso – di fronte alla possibilità della trascendenza, l'essere umano può assumere una delle seguenti posizioni: a) di evidenza indubitabile, data dall'esperienza (anche se essa risulta essere indimostrabile e non trasferibile ad altri); b) di semplice credenza che la trascendenza sia un dato indubitabile della realtà; questa credenza deriva dall'educazione ricevuta o dall'ambiente in cui si vive; c) di desiderio di avere questa esperienza o questa credenza; d) di sospetto intellettuale della sopravvivenza dopo la morte, senza esperienza né credenza ed anche senza desiderio di provare queste ultime; 8° Queste quattro posizioni, insieme ad una quinta che nega ogni possibilità di trascendenza, sono chiamate: "i cinque stati del senso della vita". Ciascuno stato ammette, a sua volta, differenti gradi di profondità e di definizione. Sia gli stati che i gradi sono variabili, però essi permettono sempre di definire, in un dato momento della vita, qual è il livello di coerenza o, viceversa, di contraddizione della vita stessa e, pertanto, di definire anche qual è il livello di libertà dalla sofferenza o, viceversa, di sottomissione ad essa. Questo che stiamo trattando è un punto che ha anche importanza pratica, perché il criterio che abbiamo presentato permette di esaminare, collocandolo nello stato che gli corrisponde, qualunque momento della nostra vita passata; facendo questo, possiamo valutare in che modo la vita si organizzava allora intorno a quello stato. È evidente che questo esame ci serve per comprendere meglio il momento attuale in cui viviamo; 9° Un individuo può superare un grado o uno stato – qualunque essi siano – oppure può approfondire la comprensione di essi, grazie a un lavoro continuo nella direzione proposta dalla dottrina.

Riassumendo: nella dottrina de La Comunità viene spiegato che il vero senso della vita è in rapporto con la certezza interna della trascendenza oltre la morte; che la scoperta di questo senso vero trasforma la vita ed influisce sulle tre vie della sofferenza; che qualunque individuo può raggiungere o perfezionare tale senso indipendentemente dallo stato o dal grado in cui si trova a vivere.

⁹ L'esperienza guidata, oltre a costituire una novità come strumento di lavoro interno, si presenta anche come un genere letterario totalmente inedito (per lo meno nei limiti della nostra informazione). Infatti, nonostante esistano narrazioni, racconti, storie, novelle e descrizioni di ogni tipo, scritte in prima persona, ci risulta che questa "prima persona" si riferisca all'autore e non al lettore. Nel nostro caso, invece, succede esattamente il contrario. Infatti, nella formulazione dei nuclei dei problemi, che rappresentano il "nodo" letterario, la descrizione serve alla persona che pratica l'esperienza solo come un inquadramento; tale persona riempie la scena con i propri contenuti. Questo elemento originale fa sì che, in un insieme di persone che effettuano la stessa esperienza, ciascun partecipante costruisca il suo proprio "nodo"; cosa questa che, parlando in termini letterari, distruggerebbe qualsiasi argomento. Inoltre, in qualunque tipo di produzione (si tratti di rappresentazioni teatrali, filmiche o televisive), il lettore e lo spettatore possono identificarsi più o meno profondamente nei personaggi; però risulta sempre che essi riconoscono, sul momento o a posteriori, una

differenza tra detti personaggi, che appaiono inclusi nell'opera rappresentata, e l'osservatore, che si trova "fuori" di essa, e che non è altri che lui stesso. Invece, nell'esperienza guidata, il personaggio è l'osservatore stesso, agente e paziente di azioni ed emozioni che formano una struttura inscindibile. La differenza che stiamo descrivendo potrebbe essere portata oltre, facendo notare, per esempio, che il "nodo" letterario cambia non solo tra le diverse persone che praticano una data esperienza, ma anche, con il passar del tempo, per la stessa persona, in quanto, se si vincono determinate resistenze, si modificano anche i nuclei dei propri problemi. Per quanto detto finora, l'esperienza guidata rappresenta non solo un'interessante tecnica di meditazione dinamica su se stessi, ma anche un genere letterario non ancora sufficientemente esplorato nel momento attuale.

¹⁰ Vedi il *Manuale di formazione personale per i membri del Movimento Umanista*.

¹¹ Documento di Fondazione de "L'Internazionale Umanista" (Firenze, 07/gennaio/1989).

¹² Vedi IV. *Dall'Umanesimo Ingenuo all'Umanesimo Cosciente. Documento del Movimento Umanista. Sesta Lettera ai Miei Amici*. Silo, *Opere Complete*, Vol. I, Multimage, Firenze, 2000.

¹³ Silo, *Opere Complete*, Vol. I, *Lettere ai miei amici*, Lettera 3, Multimage, Firenze, 2000.

¹⁴ In ciascuna esperienza guidata esiste un'ambientazione più o meno estesa, a seconda del "clima" che è necessario ricreare per collocare correttamente i nuclei dei problemi. Spesso anche nelle scene di ambientazione sorgono resistenze. Tuttavia queste non vengono considerate: vengono considerate unicamente quelle che si riferiscono ai nuclei di cui parlavamo. Sulla base di quanto detto potremmo porci la domanda: perché non sono stati direttamente presentati i nuclei, se essi sono il centro del lavoro? Questo si sarebbe potuto fare, ma a rischio di non approfondire a sufficienza il livello di dormiveglia attivo, con la conseguenza di trovare maggiori resistenze di razionalizzazione, occultamento o dimenticanza. Per una migliore comprensione di questo punto, consultare le voci "indicatori" e "indicatori di resistenza", lezione 5, nel capitolo di Operativa nel libro *Autoliberazione*.

Note alle Esperienze Guidate

¹⁵ Il bambino.

Il quadro attraverso il quale si entra nel parco dei divertimenti è ispirato alla prima carta dei "Tarocchi". Si tratta della figura di un giocatore, che è sempre stata associata all'inversione della realtà, alla sparizione e al trucco. È affine al prestigiatore e apre un filone di irrazionalità che permette di entrare nella dimensione del meraviglioso, propizia al ricordo infantile.

¹⁶ Il nemico.

La "paralisi" che domina una buona parte del racconto consente di ricreare situazioni in cui molte emozioni perdono carica grazie al rallentamento della dinamica delle immagini. È così che si può generare un clima di riconciliazione, aggiungendo che chi "perdona" si trova in una situazione di superiorità rispetto a chi in un altro momento aveva l'iniziativa, vale a dire, l'"offensore".

¹⁷ Il grande errore.

La scena dei pompieri come agenti ed esecutori di giustizia si ispira a *Fahrenheit 451* di Bradbury. In questo caso l'immagine è usata per contrasto con la pena di morte per sete nel deserto. La stessa idea permette di sviluppare l'assurdo del giudizio in cui l'accusato, invece di scaricarsi della sua presunta colpa, "carica" la propria bocca con un sorso d'acqua. Quando il Segretario conclude: "Quello che ho detto, ho detto!", non fa altro che adeguarsi alle parole di Pilato, ricordando quell'altro giudizio surreale.

Gli anziani che personificano le ore, sono ispirati alla *Apocalisse* di Lawrence.

Il tema degli occhiali invertitori è molto noto nella psicologia sperimentale ed è stato citato, tra gli altri, da Merleau-Ponty ne *La struttura del Comportamento*.

¹⁸ La coppia ideale.

L'immagine del gigante è ispirata al *Gargantua e Pantagruel* di Rabelais. Il canto ricorda le feste del paese basco e le canzoni che si intonavano in corteo: "giganti e nani dalle grosse teste".

L'immagine olografica ricorda le proiezioni de *La fine dell'infanzia* di Clarke.

Tutta la questione della ricerca e l'allusione al "non guardare indietro", si riferiscono alla vicenda di Orfeo ed Euridice nell'Ade.

¹⁹ Il risentimento.

L'argomento è trattato in un contesto classico, anche quando le scene della città ricordano Venezia o forse Amsterdam. I versi recitati dal primo coro sono un adattamento dell'inno orfico a Thanatos, che dice così: "Ascoltami o Thanatos, il cui illimitato impero raggiunge ovunque tutti gli esseri mortali! Da te il tempo alla nostra età concesso dipende, che la tua assenza prolunga e la tua presenza tronca. Il tuo sonno perenne annienta le moltitudini vive e di esse l'anima gravita per attrazione verso il corpo che tutti possiedono, e non importa la loro età né il loro sesso, poiché a nessuno è dato sfuggire al tuo possente impulso distruttore".

I versi recitati dal secondo coro si basano sull'inno a Mnemosine, che dice: "Tu hai il potere di svegliare l'addormentato unendo il cuore alla testa, liberando la mente dal vuoto, rinvigorendola e stimolandola, allontanando le tenebre e l'oblio dall'interno sguardo".

In quanto al dialogo con lo spettro, alla fine questo dice: "Addio dunque! La lucciola annuncia l'approssimarsi dell'alba e il suo indeciso bagliore incomincia ad impallidire. Addio, addio, addio! Ricordati di me!". È testuale dall'Atto I, Scena V dell'*Amleto* di Shakespeare e si riferisce all'ombra del padre che rivela al principe l'identità dei suoi avvelenatori.

La barca, che è anche un carro funebre, ricorda la radice del "carnevale" (*carrus navalis*). Questi carri neri, a volte decorati con grandi ostriche o conchiglie che recano all'interno il feretro e sono spesso ricoperti di fiori, ricordano il viaggio acquatico. I giochi con fiori e acqua dei Lupercali romani hanno il medesimo precedente. Qui si tratta di travestimenti e trasformazioni, dove al termine del racconto il sobrio Caronte che ritorna dall'isola dei morti, si converte in un giovane conducente di un motoscafo sportivo.

Il racconto è tutto costruito su un ricchissimo e complesso gioco di immagini, dove ciascun elemento presuppone uno studio particolare: dal mare immobile, alla barca sospesa sull'acqua, al manto che brucia, ai cori, ai cipressi (che caratterizzano le isole greche e i cimiteri), ecc.

²⁰ La protettrice della vita.

Si ispira alla carta 21 dei Tarocchi. Nel Tarocchino appare l'immagine più prossima a quella di questa esperienza, non così nella prima raccolta di Court de Gebelin o del Tarocco dei boemi o ancora dello pseudo Tarocco egizio. Sull'Anima Mundi (detta "il mondo" nei Tarocchi) c'è un'incisione molto illustrativa nel libro di Fludd *Utriusque Cosmi Maioris*, pubblicato nel 1617. Jung si riferisce pure a questo personaggio nel suo *Trasformazioni e simboli della libido*. A loro volta le religioni non trascurano queste vergini delle grotte con elementi del paganesimo greco, quali la corona di fiori e il cerbiatto che le lecca la mano, che ricorda Artemide, o la sua controfigura romana, Diana. Non sarebbe difficile sostituire la corona di fiori con una di stelle o poggiare i suoi piedi su una mezza luna per trovarsi in presenza di una vergine delle grotte già ormai patrimonio delle nuove religioni che hanno preso il posto del paganesimo.

L'ambientazione del racconto è tropicale e ciò contribuisce a porre in risalto la stranezza della situazione. La qualità dell'acqua che beve il protagonista richiama l'elisir dell'eterna giovinezza. Tutti questi elementi messi insieme hanno il comune scopo di esaltare la riconciliazione con il proprio corpo.

²¹ L'azione che salva.

Lo stravolgimento generale dell'argomento si è ottenuto ponendo in rilievo l'indefinitezza del tempo ("Non so bene se sta nascendo il giorno o calando la sera"); ponendo a confronto spazi ("Vedo che il gigante separa nettamente due spazi: quello dal quale provengo, pietroso e mortifero, da un altro pieno di vegetazione e di vita"); togliendo la possibilità di connessione con altre persone, o inducendo a una babelica confusione di lingue ("Domando al mio compagno che sta succedendo. Mi guarda di soppiatto e risponde in una strana lingua 'Rex voluntas'"). Infine, lasciando il protagonista in balia di forze incontrollabili (caldo, terremoti, strani fenomeni astronomici, acque inquinate, clima di guerra, gigante armato, ecc.).

Grazie a questi espedienti, il soggetto, uscendo dal tempo-spazio caotico, può riflettere sugli aspetti meno catastrofici della propria vita e fare dei proponimenti di una certa solidità per il futuro.

Le quattro nubi minacciose hanno il loro corrispondente nell'Apocalisse di Giovanni di Patmos (da 6,2 a 6,9): "E guardai ed ecco apparire un cavallo bianco; e colui che lo montava aveva un arco; e gli fu data una corona e partì vincendo e per vincere. Quando aprì il secondo sigillo, udii il secondo Vivente che diceva: -Vieni e guarda-. E apparve un altro cavallo, vermiglio, e a colui che lo montava fu dato il potere di togliere dalla terra la pace e di far sì che gli uomini si uccidessero l'un l'altro; e gli fu data una grande spada. Quando aprì il terzo sigillo, udii il terzo Vivente che diceva: -Vieni e guarda-. E guardai ed ecco apparire un cavallo nero; e colui che lo montava aveva una bilancia in mano... Quando aprì il quarto sigillo, udii la voce del quarto

Vivente che diceva: -Vieni e guarda-. Guardai ed ecco apparire un cavallo giallo, e colui che lo montava aveva nome Morte, e l'Inferno lo seguiva”.

²² Le false speranze.

L'esperienza inizia con elementi de *La Divina Commedia* di Dante. Così, sull'architrave della famosa porta, Dante e Virgilio, leggono:

“Per me si va ne la città dolente,
per me si va ne l'eterno dolore,
per me si va tra la perduta gente.

Giustizia mosse il mio alto fattore;
fecemi la divina potestate,
la somma sapienza e 'l primo amore.

Dinanzi a me non fur cose create
se non eterne, e io eterno duro.
Lasciate ogni speranza, voi ch'intrate”.

²³ La ripetizione.

La terza via che rompe la ripetizione è ispirata alla *Andromaca* di Euripide. Ricordiamo: “... e dei cammini chiusi, sempre un dio trova l'uscita”.

²⁴ Il viaggio.

Il veloce spostamento della bolla d'aria ricorda il viaggio così stupendamente narrato da Stapleton in “Il costruttore di stelle”. La descrizione dell'effetto Doppler, nel mutamento di colorazione delle stelle per effetto della velocità, nell'Esperienza Guidata è dissimulata con questa frase: “Sento aumentare la velocità. Le brillanti stelle cambiano colore fino a scomparire nell'oscurità totale”.

Ecco qui una considerazione curiosa: “Come proiettati da un grande elastico, partiamo in linea retta. Ritengo che stiamo andando in direzione di Beta Hydris, oppure, forse, verso NGC 3621”. Si suppone, dal contesto, che la bolla ascenda in linea retta. Ora, dunque: perché si annotano queste direzioni cosmiche? Se nel momento della descrizione il sole sta tramontando (“Dalla parte dell'abisso è notte; dalla parte della pianura gli ultimi raggi di sole sfumano in infinite tonalità”), basterà sapere a che ora locale accadrà il fatto. Tenendo presente che quest'opera fu scritta a metà del 1980 (vale a dire, come giorno centrale, il 30 giugno), e che il luogo in cui fu scritta si trova a 69 gradi di longitudine ovest e a 33 gradi di latitudine sud, l'ora locale corrisponde alle 19,00 (ritardata di quattro ore rispetto al GMT). E in quel momento il punto di elevazione a 90 gradi (vale a dire quello che era al di sopra della bolla e verso il quale questa si dirigeva in linea retta) ci mostra un cielo che fra la costellazione australe della Croce e quella del Corvo e prossima ad Antilia può ben definire vari oggetti celesti. Fra di essi quelli in maggior risalto sono giustamente Beta Hydris e NGC 3621. Ma l'autore non risolve, posto che il primo si trova a 125,28' gradi di azimut W; 87,35' di elevazione; 11:52,0 di ascensione retta e 34,23' di declinazione; mentre il secondo a 92,08' W; 80,43; 11:17,3 e 32,52. Se badiamo alla precisione, la bolla filerebbe verso Beta Hydris (numero 103.192 del catalogo di Draper; grandezza 4,3; classe spettrale B9, variabile e a 326 anni luce di distanza). Invece, NGC 3621 (galassia spirale a 16 milioni di anni luce) risulterebbe abbastanza spostata. Credo che il dubbio dell'autore si fondi sul fatto che la NGC 3621 è un corpo più bello. Perché non sceglierlo per arrivare fino ad esso? Con tutte le stranezze che presentano le Esperienze Guidate, questa licenza astronomica non avrebbe cattiva accoglienza.

Riguardo al corpo in movimento, si dice: “Continuo ad andare avanti fino ad arrivare su un piano al cui centro scorgo un grande oggetto mobile, impossibile da catturare con lo sguardo perché, seguendo una direzione qualunque sulla superficie, questa finisce avvolta nell'interno del corpo. Mi sento venir meno e distolgo lo sguardo”. È chiaro che la descrizione ricorda alcune costruzioni topografiche della moderna Geometria e che si sono modellate in oggetti “avvolgenti”. Con la messa in moto di questo tipo di corpo, l'autore produce un effetto sconcertante. Ricordiamo l'incisione su legno (stampata in quattro lamine) del nastro di Moebius di Escher, per avvicinarci all'idea centrale: quel lavoro, sebbene statico, lascia in noi la sensazione di superficie paradossale e di percezione paradossale. Hofstadter, nel suo “Godel, Escher, Bach”, afferma: “Nel concetto di ricciolo strano è implicito il concetto di infinito, perché cos'altro è un ricciolo se non un modo di raffigurare in maniera finita un processo interminabile? L'infinito gioca un ampio ruolo nei disegni di Escher. In essi è possibile vedere copie di un tema determinato che si accoppiano le une con le altre, costituendo così analoghi visuali di canoni di Bach”. Stando a ciò, l'oggetto dell'Esperienza Guidata sarebbe un ‘ricciolo in movimento’.

²⁵ Il festival.

In *Cielo e Inferno*, Huxley annota: “Per la maggioranza di noi il mondo dell’esperienza quotidiana è quasi sempre insipido e monotono. Tuttavia, per certuni frequentemente e per un numero abbastanza cospicuo di quando in quando, qualcosa della lucentezza dell’esperienza visionaria si riversa sulla visione corrente, trasfigurando l’universo quotidiano”.

Il punto di vista di uno psicologo che analizzò in profondità questa Esperienza (meditandola mentre un’altra persona la leggeva a voce alta) fu il seguente: “Vidi che potrebbe indursi uno stato di ‘percezione aperta’ senza ricorrere a droghe o ad altri procedimenti più o meno dissociatori (penso alle pratiche di veglia a oltranza; digiuno; diete alimentari a basso apporto calorico; respirazione forzata; reclusione in stato di immobilità e al buio; trance sperimentale e religiosa; eccetera). Questo fatto rappresenta per me un grande progresso per la sua innocuità e per le possibilità che offre al ricercatore degli stati speciali di coscienza. Ma inoltre, nella pratica professionale, non si potrebbe contare sulle Esperienze guidate come strumenti di terapia? E anche se si spiega che non sono concepite con tale intento, insisto che non si dovrebbe trascurare di trarne profitto. E ancora, ponendoci nel punto di vista della psicologia sociale, forse si potrebbe dare orientamento a un congruo numero di persone che ricorrono alla droga e all’alcool come panacea. Questi sono gli interrogativi che pongo. Per quanto mi riguarda, la materia mi apre un campo di studio che solo poche ore fa non avrei preso in considerazione. Deve essere perché sono rimasto fortemente impressionato da questa Esperienza”.

²⁶ Le maschere.

Sono numerosi gli elementi che ricordano *Alice nel Paese delle Meraviglie* e *Attraverso lo Specchio*, di Carroll. Ricordiamo le espansioni e le contrazioni in questo passaggio: “Va bene, lo mangerò – disse Alice –. Se mi farà più grande potrò raggiungere la chiave; se mi farà più piccola potrò infilarmi da sotto la porta. In un modo o nell’altro entrerò nel giardino, succeda quel che succeda...! Ne mangiò un pezzetto e si chiese con ansia: in che senso?, ponendo la mano sulla testa per vedere se si allungava o si accorciava”. E in quest’altro frammento i trasformismi dello spazio: “Supponiamo che il cristallo sia divenuto lieve come la garza, in modo da poter vedere attraverso di esso. Ecco! Ora si sta trasformando in una specie di nebbia! Sarà piuttosto facile attraversarlo...”. Anche ne *Il signore degli anelli* di Tolkien troviamo le modifiche delle immagini nello specchio magico, come accade in quasi tutta la mitologia universale. Quanto alle trasformazioni dell’essere umano in animale, una linea senza soluzione di continuità connette le più antiche tradizioni con le *Metamorfosi* di Kafka. Dunque questi temi sono ampiamente noti e tuttavia l’Esperienza risulta estremamente originale. Noi crediamo, come nel Fedro di Platone, che “gli scrittori migliori in realtà servono a destare i ricordi di coloro che già sanno”.

²⁷ Le nuvole.

Questo lavoro prende il nome dalla commedia che Aristofane mise in scena nel 424 a.c. In tutta l’Esperienza c’è un sottofondo gaio e burlesco, in omaggio allo spirito dell’opera greca. La voce che si sente all’inizio contrae in una stessa enunciazione le Genesi di tre opere importanti. Così, il *Cantico della creazione* del Rigveda ci dice: “In quel tempo non c’era né l’esistente né il non-esistente; non c’era regno dell’aria, né del cielo, al di là di esso”. Quanto a “... le tenebre erano sopra la faccia dell’abisso”, la frase è testuale dal Primo libro di Mosé (Genesi 1,2). E quello che si riferisce a “... non c’erano esseri umani, né un solo animale, uccello, pesce, granchio, legno, pietra, caverna, precipizio, erba, foresta” corrisponde al Popol-Vuh (libro del Consiglio degli Indios Quichès, secondo il manoscritto di Chichicastenango). Il passo secondo il quale “non c’erano galassie né atomi”, riprendendo la teoria del Big Bang, ci colloca al livello del giornalismo attuale. E, infine, “non c’erano nemmeno supermercati”, si tratta (secondo quanto annotato dall’autore) della spiegazione che fece una bambina di quattro anni. L’aneddoto è questo: “Dimmi, Nancy, come era tutto prima che cominciasse il mondo?”. “Non c’era papà, né mamma. – rispose la piccola – Non c’erano neanche supermercati”.

²⁸ Il minatore.

L’omuncolo della miniera è uno gnomo, personaggio delle profondità della terra assai diffuso in leggende e fiabe europee. Per il modo in cui è trattato in questa Esperienza, risulta essere una allegoria che corrisponde alla traduzione in immagini visive di impulsi cenestesici viscerali.

²⁹ Carta per un mondo senza violenza: documento elaborato dai Premi Nobel per la Pace nel 2006 e consegnato alle organizzazioni partecipanti alla Marcia Mondiale per la Pace e la Nonviolenza per la sua diffusione in tutto il mondo nel Summit dei Nobel a Berlino, l'11 Novembre 2009.