

Una farfalla disse ad un angelo: "Angelo, angelo che belli quei colori, che invitanti quei profumi e che curiose quelle forme che si muovono li' sulla Terra."

L'angelo rispose: "Farfalla, farfalla. Stai attenta. Vivere sulla Terra e' molto pericoloso. Ci sono ragni che ti vogliono mangiare, bambini che ti vogliono acchiappare. Se morirai, non potrai piu' tornare indietro."

La farfalla disse: "Voglio volare da fiore in fiore, per mangiare e avere le forze per ancora volare. E gli altri animali della campagna vedranno le mie danze stupiti e si rallegreranno.

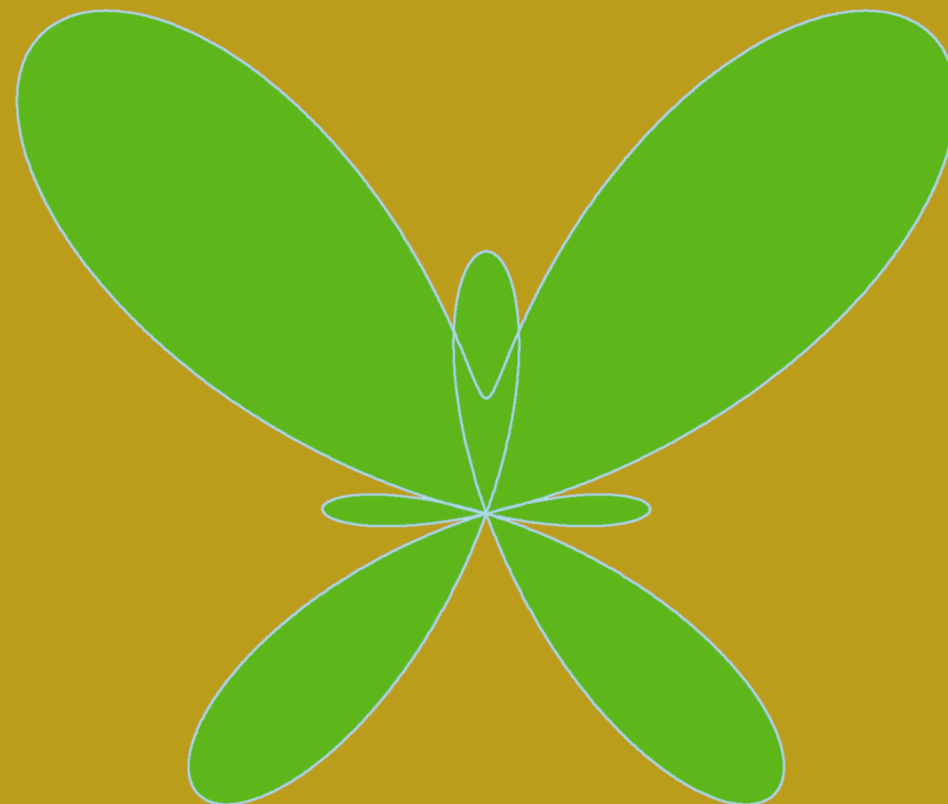
E quando trovero' rugiada, ringraziero' Dio dei giorni che mi sta' regalando. E quando, trovero' afa e deserto, ringraziero' Lui dei giorni che mi ha regalato."

L'angelo: "Ok. Vai allora. Pero' portati con te questa dote". E l'angelo verso' della polvere sopra di lei. Le sue ali divennero colorate, con forme simmetriche, a chiazze e linee, che dicevano: "anima felice".

Poi, la farfalla uscì dal bozzolo e spiegò le ali. Una formica le si avvicinò di soppiatto per morderla. Lei si spaventò, ma subito dopo si buttò nel vuoto... e sbattendo le ali con tutta la sua forza, cominciò a volare. Quando ridivenne serena, iniziò a danzare.



Alla ricerca della Felicità nelle Terre con un Sole e una Luna



Kareh

Alla ricerca della Felicità'
nelle Terre con un Sole e una
Luna

©Andrea Lo Pumo (Kareh)

Tutti i testi e le immagini sono dedicati al pubblico dominio, secondo la licenza Creative Commons “CC0 1.0 Universal (CC0 1.0) Donazione al Pubblico Dominio”.

Puoi copiare, modificare, distribuire ed utilizzare l’opera, anche per fini commerciali, senza chiedere alcun permesso.

Per maggiori informazioni: [https://creativecommons.](https://creativecommons.org/publicdomain/zero/1.0/deed.it)

[org/publicdomain/zero/1.0/deed.it](https://creativecommons.org/publicdomain/zero/1.0/deed.it)



ISBN: 9

781326

901349

Indice

| | |
|--|------------|
| Prefazione | vii |
| 0.1 Links | x |
| 1 Tracce sul cammino | 1 |
| 1.1 Classici | 61 |
| 2 La ricerca di Dio con approccio scientifico | 71 |
| 2.0.1 Cosa segue | 75 |
| 2.0.2 Avvertenze dottrinali | 76 |
| 2.1 Dal nichilismo scientifico, a Dio | 77 |
| 2.1.1 La materia | 77 |
| 2.1.2 Sullo Spirito Santo | 95 |
| 2.1.3 In pratica | 96 |
| 2.2 Amare | 98 |
| 2.2.1 Se stessi | 98 |
| 2.2.2 La non dipendenza dall'esterno . | 100 |
| 2.2.3 L'Altro | 103 |
| 2.2.4 L'inconscio | 107 |
| 2.2.5 L'Io psicologico e Dio | 112 |

| | | |
|----------|---|------------|
| 2.2.6 | Uomo \neq Dio, ovvero perche' non <i>dobbiamo</i> essere Dio | 115 |
| 2.2.7 | Note dottrinali | 116 |
| 2.3 | La ricerca di se stessi e di Dio | 118 |
| 2.3.1 | La preghiera | 122 |
| 2.3.2 | Sull'istituzione religiosa | 123 |
| 2.3.3 | Sul peccato e sul perdono | 127 |
| 2.3.4 | Sulle leggi della religione | 127 |
| 2.3.5 | Dall'esterno verso l'interno | 130 |
| 2.4 | Procedimento assiomatico | 134 |
| 2.4.1 | L'anima come insieme di eventi positivi | 136 |
| 2.4.2 | L'animo | 137 |
| 2.4.3 | Sulla ricorsione del Se' | 138 |
| 2.4.4 | Sull'unicita' | 139 |
| 2.4.5 | Dio come Anima | 143 |
| 2.4.6 | Dio come Spirito | 145 |
| 2.4.7 | Dio come Figlio | 147 |
| 2.4.8 | Il Se e l'Altro come corpo di Cristo | 149 |
| 2.4.9 | Lo Spirito Santo | 155 |
| 2.4.10 | Lo zero | 157 |
| 2.4.11 | Dio come realizzazione vera di ogni desiderio | 162 |
| 2.4.12 | Definizioni negative | 163 |
| 2.4.13 | Futuri sviluppi | 164 |
| 2.5 | Appendice A | 165 |
| 3 | Sulla Natura | 167 |
| 3.1 | Perche' questa Natura? | 170 |

| | | |
|----------|---|------------|
| 4 | L'importanza del lavoro umile nell'era del capitalismo | 177 |
| 4.0.1 | Sui lavori utili | 181 |
| 4.0.2 | Sui consumatori | 183 |
| 4.0.3 | Esempio ideale | 184 |
| 5 | Cambiare il mondo | 189 |
| 6 | Riferimenti | 197 |
| 7 | Note sull'autore | 201 |
| 7.0.1 | La farfalla | 203 |

Prefazione

Da ragazzo sapevo che esisteva qualcosa oltre la monotona routine della scuola, dei compiti, e dei soliti scherzi tra compagni. Per questo motivo, sentivo l'esigenza di trovare la "vita vera". Non sapevo dove era, e inizialmente la cercai nello sport, nell'informatica e nella matematica. In queste ultime discipline, ogni giorno che passava, conoscevo cose arcane e stupende. Ma non sarebbe bastata tutta la conoscenza di Eulero ed Erdos per parlare al mio cuore della Vita. Oggi, dopo venti anni, la vedo piu' nitidamente. Non l'ho ancora raggiunta come Chi Veramente Ama desidererebbe, ma la capisco e, con il costo di costanti piccoli e grandi sforzi, la amo sempre piu'.

La vita vera esiste. Ce ne ricordiamo quando leggiamo un bel libro o vediamo un film, che ci coinvolge, che ci fa ritornare a sperare o ci fa riflettere, oppure quando facciamo un sogno che ci rimane, che ci vuole parlare e che ci rimanda a significati che ancora non capiamo e che da tempo avevamo dimenticato. La vita vera non e' lontana. Non occorre conquistare un

titolo altisonante od ottenere cio' che non si ha. Per darle realta', e' sufficiente crescere, costantemente, per vivere la Pace con se stessi e con gli altri.

La ricerca della vera vita e' un cammino in cui si smette di ricercare cose vane, che al piu' approssimano la meta, e dove smettendo di credere nel mondo, in cio' in cui tutti comunemente credono, smettendo di vedere alcun uomo come superiore agli altri, che sia te stesso (te stessa), che sia un genitore, che sia un uomo famoso della societa', si abbandonano gli idoli del nostro cuore, e si cammina nella strada solitaria e buia dell'anima che brama la vera luce. In questo cammino si ricerca Dio, al di la' delle scritture e delle istituzioni. Si ricerca Dio che e' iscritto nelle fibre dei nostri dolori e pianti piu' cupi, nelle bellezze e nelle altezze delle nostre gioie. Dove si ci inchina anche alla persona piu' lontana da noi stessi, riconoscendo la sacralita' della sua esistenza, della sua natura che e' la nostra stessa natura, e sopportando, e cambiando noi stessi, si prega per la sua Pace.

Vale la pena ricercare la vera vita. Il piacere della vita vera e' ineguagliabile. E' genuino e ricco, e' raffinato e inarrestabile. Vedere e sentire che la propria e altrui vita cresce e poi fiorisce e' il piacere piu' grande. Tutti gli altri piaceri sono declinazioni di questo. Per quanto difficile o inauspicabile, bisogna accettare la propria e altrui vita, e spendere tutto quanto possibile di noi stessi per essa, qualunque sia il punto di partenza. Non pretendendo niente da nessuno, soprattutto

da chi riteniamo dovrebbe fare qualcosa per noi e non lo fa. Costruendo la vita, così, solo tramite la Carità, il disinteressato amore che sorge nel cuore degli uomini. Andare avanti nel Cammino, senza aspettare soldi, assistenza, luoghi, occasioni od altro, ma solo ricchi del Suo amore. Lui che ci ha dato vita fin da quando nostra madre nella sua pancia ci tesseva, cellula dopo cellula. Lui che sempre sostiene i nostri passi, e che ogni volta che abbiamo oscillato tra ciò che dava vita e ciò che dava morte, ha vinto riportandoci alla vita.

I racconti, poesie e pensieri di questo libro sono tutti incentrati sul tema della ricerca della vita, che è difficile nel mondo presente senza valori, frammentato in migliaia di bandiere e di ideali, schiavo di una logica di sopravvivenza individuale e di competizione, isolato nel deserto della paura ed dell'indifferenza metropolitana. Pur essendo difficile da raggiungere, la vita vera esiste se facciamo tutto l'opposto di ciò che troviamo scuro e triste nel mondo, e lo facciamo al meglio di noi stessi, al costo di noi stessi. Quindi, coltiviamo valori incarnandoli nel nostro essere, concretizziamo con le nostre piccole, importanti, scelte un unico ideale che comprende tutti e non dimentica nessuno, lavoriamo come diligenti servi delle persone di tutte le nazioni e non come schiavi del potere, che per dimenticare tramite falsi piaceri e benessere i dolori profondi dell'esistenza, tradiscono chi amano. Desideriamo non il nostro bene, ma quello più pregiato che si ottiene quando è

ottenuto il bene dei nostri vicini, amici o estranei, bene che fa' scomparire immediatamente il deserto della solitudine.

Kareh, 22 ottobre 2021
aggiornato il 18 agosto 2025

0.1 Links

Pagina web del libro:

<https://kareh.github.io>



Codice sorgente (LaTeX):

<https://github.com/kareh/ricercafelicita>



Capitolo 1

Tracce sul cammino

L'universo,
infinito, freddo.

L'amore umano,
caldo, limitato.

Cos'altro cercare?

Dimostra che
l'amore esiste,
vero matematico!

Vivo,
quando sto' bene.
Amo,
quando stai bene.

Adattarsi
vuol dire
non forzare.

Dal lunedì' al venerdì',
in miniera lavoro.

Sabato mattina,
il Sole acceca.

Poi, il vento
mi riconduce al Suo amore,
e piano, a volte inaspettatamente,
un incantevole fiore sboccia.

Con nuova forza,
lunedì' al lavoro!

Il vero Guerriero
con se stesso
combatte.

Per annientare
il suo ego.
Per dare e
non aspettare
un grazie.
Per farsi carico
e proteggere
cio' che e' a lui
donato e
nient'altro
ricevere.

Contento di cio' che esiste,
le ricchezze delle terre
povere esalta,
le miserie di quelle ricche
non trascura.

Noi che siamo
ancora bambini,
con quattro giochi,
semplici e poveri,
felici.

Sia Dio
la personificazione
dell'Amore.

E la religione
l'imitare,
il ricercare,
il praticare,
l'Amore.

Tramite regole,
pensieri,
parole.

Perche' il mio respiro
diventi Amore,
e non smetta mai
di esserlo,
per me,
per chi bene mi vuole,
per chi bene mi vorrebbe,
per chi bene mai vorrebbe.

Gli animali
piu' semplici,
capiscono solo,
se stanno bene o male.
E questo li rende felici.

Nessuna meraviglia
e potenza della scienza,
sia fisica, microscopica o cosmica,
sia psicologica, fisiologica o biologica,
sia rivolta all'individuo,
o rivolta alla società,
eguaglia la bellezza e
onnipotenza
della santità,
del consumare la vita,
per la vita.

La santità,
non la vanità.
Dio vuole la vita,
non la morte.
Non peccare,
non per reprimere,
ma per amare.
Non sporcarsi,
non per mostrarsi,
ma per vedere nitidamente,
per vestirsi con
quanto di poco
e prezioso solo
si possiede,
per gioire profondamente.
Limitarsi,
non per essere schiavi di regole,

ma per accogliere
i confini dell'Altro.

Siamo un atomo, tra gli atomi,
mossi dalle maree e dai venti
della Natura e della Societa'.
A stento riusciamo a muovere noi stessi,
e tutto ci si oppone.

Ma come legna, bruciamo!
Che sia poco il nostro peso,
o difettoso ed umido il nostro coraggio,
che ci siano inteperie e piogge
che attutiscano il nostro fuoco,
bruciamo.

Bruciamo, per il nostro Signore,
che ha stabilito sacre le nostre cellule,
e che ai suoi occhi ogni fuocherello di ognuna di esse,
illumina il profondo spazio,
piu' intensamente di tutte le galassie.

L'Altro e' altro da me,
al pari di me.
Io, per l'Altro,
sono cio' che sono per lui,
che io sia io,
che io sia niente.
Perche' il Signore e' grande,
e' buono,
ed ama senza aver bisogno di essere amato,
tutti.

L'altro e' quella infinita parte di me
che non posso esperire con i sensi,
ma con l'amore;
che non vedo, non sento, non penso,
ma credo, colgo, ascolto.

Dio muore
quando forti della scienza,
lo riduciamo a noi stessi,
e miseri di fronte all'infinito
della complessita', della Natura
e del male generato dall'uomo,
ci duoliamo della nostra sorte.
Se solo vedessimo la Sua via,
non ci fermeremmo onnipotenti
sulla materia morta,
ma cammineremmo piccoli,
deboli e feriti dai nostri
peccati,
verso il Suo regno di vera pace.

Chiesa
palestra
dell'Anima.

L'ignoranza
priva dell'infinita energia
dell'Universo.

La durezza del cuore
dell'infinito amore
di Dio.

Dio
sacra persona
di infinita bontà'.

Tu,
non più' ideale del sognatore
né' promessa del profeta,
esisti se io ti amo,
amando la vita
tramite solo la carità'.

E la tua esistenza
e' fonte di Pace,
di momenti di vera gioia,
più' preziosi
del metallo più' nobile,
più' meravigliosi
dello splendore del cosmo.

Gesù',
dono Tuo esemplare,
dimostra che Tu esisti
sempre,
e che amandoti,
supereremo anche i casi più' difficili,
ed anche nelle condizioni più' dure
avremo coraggio.

Nel grazie,
pur nelle avversita',
ti trovo,
Padre.

Dio mio,
non sei forse sempre con me?
Ti trovo negli altri,
nella loro bonta', giustizia e verita',
e quando in loro non ti vedo,
e non ti vedo piu',
ti cerco.
Rinnego me stesso,
faccio del mio cuore cenere,
fertilizzante per i Fiori
amati del tuo regno.
Faccio la tua volonta',
anche se non e' ancora mia.
E non manchera' molto,
d'incontrare la morte,
la fine della mia piccola
identita' presente,
per far spazio alla Tua,
per essere umilmente,
Tua dimora.
E tutto brilla,
e ti rivedo in chi e' vicino a Te,
e chi non ha luce,
la rivede in Te.

$$\lim_{\text{amore} \rightarrow \infty} \text{EssereUmano} = \text{Dio}$$

Limite infinito
dell'Io mio e altrui,
sfiorabile amando
e soltando amando,
oltre la paura, la sofferenza,
le difficoltà, la propria vita.

Limite del vivere
senza alcuna declinazione
di morte,
pronunciata per noi stessi
o per gli altri.

Punto all'infinito,
del sentiero della verità e
della luce.

Infinita realizzazione,
di ogni essere umano,
che vive per la vita,
di ogni essere umano,
tramite la vita e solo
la vita.

Come un seme,
dimori in noi.
E tanto più noi
viviamo, e consumiamo tutta,
la nostra vita,

nella tua direzione,
tanto piu' i nostri sentimenti
sono i Tuoi, e Tu
diventi vivo e presente,
cresci nella terra,
come un albero in cui trovare
frutti, e riparo.

Siamo ingranaggi
di una macchina.
Ogni giorno,
nolenti o volenti,
diciamo di sì
ad essa.
Il peso della fatica,
col metallo fragile
del nostro corpo
sopportiamo.
Per non essere,
scartati, gettati e
sostituiti,
giriamo,
ciechi giriamo
intorno al nostro asse.
Che velocità,
che determinazione,
che durezza,
“ottimi ingranaggi
siamo”,
“quanto scarsi quelli
che si son fermati”,
“quanto bella la rotella
di me più grande,
di più giri capace”.
Con indifferenza,
giriamo,
a volte, limando

le rondelle vicine,
nella nostra autocrata corsa.
Con insofferenza,
giriamo,
non tollerando, i limiti,
gli sbagli, la piccolezza
delle rondelle vicine,
nella nostra autocrata corsa.
Gli scontri,
metallo con metallo,
producono scintille,
e graffiano,
si incidono
nella nostra pelle,
nelle nostre ossa.
Ma tutto questo,
alla macchina non importa.

Solo in Te
riposa l'anima mia,
in Te che la grandezza
delle mie piccole forze
riconosci,
proporzionate alla resistenza
dei miei materiali.
E non per finta lode,
mi incoraggi,
e degno di stima
mi ritieni:
le stelle,

le montagne e i mari,
grazie ad ogni loro atomo,
granello di terra, e goccia,
grazie ad ogni loro piccolo
bagliore, resistenza e spinta,
manifestano la Tua potenza,
e così noi.

In Te,
trovo la pietà paterna,
ogni mio piccolo scricchiolio
e affanno ascolti,
con dolcezza, tendi la mano,
ogni volta che,
resomi conto di
non essere Te,
mi smarrisco,
e chino
il capo cade.

Nei momenti alti,
con Te, dico:
a tutta la Terra
contribuisco
e di beneficiarne da tutta,
sono in diritto.

E per quanto per Te,
in diritto molto maggiore
di quello dato dall'uomo,
io sono,
e indurendo il cuore,

mille volte potrei avere
cio' che ricevo,
perdono tutto,
perdono tutti.
Amando
il tuo unico figlio,
mite agnello,
re dei cieli,
amo tutti,
in tutto.

E cosi',
per il vestitino nuovo
del bambino,
produciamo un bottone,
ricoprendoci di polvere di plastica
e sudore.

Per la famiglia stanca a cena,
produciamo quattro arance,
spostando 25Kg di casse
tutto il giorno.

Per il treno che il pendolare
ritrova ogni mattina,
produciamo il calcolo di quanto girare una vite,
risultato di mille altri calcoli,
un decennio di studi,
tra i libri ed esami,
un decennio di tirocini,
lontani da casa.

Ah, sapessero il bambino,
la famiglia, e il pendolare,
quanto da Te sono amati.
Sono il tuo tutto,
ogni loro sorriso
e' festa nei cieli,
ogni loro pianto
muove il Tuo spirito
ad avvolgere l'Universo,
a zittire ogni voce e rumore,
e nel silenzio del dolore,
far riaffiorare la tua voce.
Per loro,
il tuo stesso sangue sacrifichi,
da 2000 anni,
con noi,
gradualmente nel tempo,
fino all'anzianita'.
Per Te,
bambino,
per Voi,
famiglia,
per Te,
uomo o donna,
per Te,
di cui nessuno
si ricorda piu'
di essere tuo amico,
questa mattina

mi vesto,
chiudo nella cassaforte
i miei sogni,
il sole, e il cielo azzuro,
e con Lui,
ingranaggio,
muovo il cielo.

L'Universo un punto
nello spazio di fase.
Possibilita',
tra infinite possibilita',
che noi vivendo,
chiamiamo realta'.
E noi, parte dell'universo,
siamo una possibilita'
che vive una possibilita'.
E' tutto cosi'
una breve fluttuazione
del nulla.
Ma Tu,
o mio Dio,
ti sei fatto atomo,
disprezzato dagli uomini
che amavano il nulla,
amato dagli uomini
poveri di spirito.
Divenuto re della storia
e dei cieli,
hai proclamato la vita
come tua grande e sacra opera.
Cosi' l'Universo lo hai reso
servo della vita,
il tempo e lo spazio
teatro della sua storia epica.
Il sorriso dei bambini,

l'affetto e la cura dei grandi,
l'amore tra i fratelli e le sorelle,
la meraviglia piu' grande
tra settantamila miliardi di miliardi
di stelle.

Dio e' quell'unico essere D tale che

$$\forall a \in \text{Anima} \quad \forall b \in \text{Desiderio}(a) \\ b \text{ e' realizzato o sublimato da } D$$

Vedi 2.4.11 pag. 162

Se un uomo fosse contento della sua vita, qualunque essa sia, a rigor di logica (egoistica), potrebbe alzarsi e dire: “sono il Signore, ogni atomo dell’universo mi appartiene”.

Chi vive secondo la carita’, invece, contento della sua vita, dice: “Gesù e’ il Signore, ed e’ risorto in me, per quanto con i miei peccati deturpi la sua immagine”. E’ il Signore, perche’ lui ha fatto degli ultimi i primi, e li ha posti accanto a lui nel regno dei cieli. E’ il Signore perche’ senza macchia, ha guarito ed insegnato a molti, ed ha preferito la morte della sua persona per donare il suo Spirito a tutti coloro che vivono secondo carita’. Tutti coloro che vivono secondo la carita’, diventando santi, in coro, all’unisono, sono un Essere solo, e coloro che amano Gesù riconoscono l’Essere Santo proprio come Gesù. Così, Gesù e’ il Signore, risorto.

Padre buono,
saggio e forte,
se dovessi vedere tutto
come mera materia,
allora, ancora,
scientificamente eccoti:
Gesù'.

Reale,
non proiezione,
ma manifestazione
dell'infinita anima
che abita l'uomo,
e del bruciante, immutabile,
ed eternamente fedele spirito
che e' in potenza nell'uomo
e che oltre i limiti
posti dall'uomo stesso,
ama,
oltre la sua stessa morte,
abbandonato alla sua passione,
dona.

Gesù',
figlio dell'uomo,
e' Te, Padre,
che sei nell'uomo,
e che l'uomo conosce solo
tramite proiezione della sua parte santa,

solo nei momenti e nei luoghi santi,
solo in compagnia santa.

Beati i Santi,
che ti conoscono nell'interezza,
in ogni momento,
in ogni luogo,
in ogni condizione,
fino alla fine.

I Santi che si sono uniti a Gesu'
e amano ancora,
parimenti a Lui,
nell'umilta' della loro piccolezza,
per la grandezza della vita.

Non e' questa infinita potenza?
Manifestazione delle altezze dell'anima,
non ideali e parole vuote,
ma spirito che muove sentimenti,
pensieri e azioni,
fino all'ultimo pagate
e brucianti d'amore.

Non mi spaventa
questa materiale Tua visione.

Senza sovvertire
un solo atomo della materia,
ma in armonia con la Natura,
puoi dare gioia
e, quando non gioia, pace
ad un mondo intero,
ad ogni anima
in qualsiasi condizione si trovi.

Per questo ti amo,
per questo sei veramente
onnipotente.

Essere,
piuttosto che
essere.
Così,
un Dio.

Amare,
piuttosto che
essere.
Così,
il Padre.

Tu
sei chi e' buono, bello,
grande e doveroso essere.

Come un padre,
tu sei chi sono,
ma ancora non ho il coraggio,
ne' la grazia, ne' la purezza,
di essere.

Tu sei l'Io, l'Altro, il Noi,
che e' la via,
la verità,
la vita.

In embrione in noi,
figli tuoi.
Manifesto nell'interezza,
nel Tuo primogenito.

Rimani con me,
per tua abbondanza
di misericordia,
fino a quando,
io raggiunga il Tuo regno,
la mia identita',
figlio Tuo.

*Festival dei Giovani di
Medjugorje 2024*

Che tutti siano
un solo essere.

Ognuno in Lui,
Lui un giorno,
pienamente
in ognuno.

Lui che ama,
ed ama pur chi sbaglia,
e perdona,
con la sua stessa vita,
anche chi tradisce.

Gesù.

Mio Dio,
azzurra limpida infinita acqua,
quando ne' gioiamo,
ne' riposiamo,
dove sei in queste terre?
Dove durante la tempesta,
tra le onde che colpiscono violente
le case e i raccolti?
Acqua tranquilla,
ricordo, speranza dell'Anima,
pace desiderata.

Ma eccoTi,
ti aspettavo ora da tanto,
ora da poco.
Nella barchetta,
solo, abbandonato, tradito,
nel mare in tempesta,
vieni verso noi,
dicendo ad ognuno:
non temere,
sono con te,
figlio mio.
La Sua potenza e' grande,
l'hai usata male,
e tutto e' agitato.
Ora, rialzati,
lascia tutto,

seguimi.

Ed eccoti ancora,
bianca colomba,
che sorvoli Lui,
infinito e maestoso,
coronato dall'arcobaleno
della vita.

Gesu' un corpo
dell'Universo,
ma non l'Universo.
Gesu' un'anima
dell'umanita',
ma non l'umanita'.
Gesu' figlio del Padre,
ma non il Padre.
Ma lo Spirito del Padre,
in lui,
e' in armonia
con l'Universo tutto.
Ogni forza gli appartiene,
e ne fa scienza e arte
per la vita.
La sua anima,
dice si allo Spirito,
e cosi' accoglie ogni altra,
nei dolori e nelle gioie.
Gesu' e' nel Tutto
e il Tutto e' in Lui.
Cio' che vuole il Padre
e' cio' che Lui vuole,
cio' che Lui guarda,
e' cio' che il Padre ama.
Cosi', lui stesso
e' Dio,
uno con il Padre.

Noi uomini come lui,
ma non lui.
Ma lui si e' donato a noi,
il Suo spirito ha risuonato
nei suoi e in chi ha creduto.
E ogni volta che risolviamo
i conflitti interiori nostri,
nella pace e solo con la pace,
risplende maggiormente il volto suo
nel nostro,
ci facciamo uni con Lui,
e con il Padre.
In terra vive Dio,
con noi, in noi, per noi.

Solo Tu
trasformi l'h₂o
in acqua.

Dire grazie
all'impossibilità,
alla sofferenza,
alla malattia,
alla morte,
per amore
di Colui che Ama.

Dio e' colui
che ama, pur non
essendo amato.

L'uomo e' colui
cha ha bisogno
del Tuo amore,
per amare.

Nell'Universo materia morta
ed esseri,
il resto illusioni ed idoli.

Solo l'Io, l'Altro, il Noi,
che e' pace e gioia,
solo nella santita',
solo nel vero bene,
e' Dio in terra.

Dio Spirito, che Gesu',
lascio' in eredita'
a noi, all'altro, a me.

Tu Padre,
centro dell'esistenza,
Tu perfetta, infinita,
realizzazione
dell'Io, dell'Altro, del Noi,
Tu pace e gioia
dell'anima.

L'uomo e' come una lente d'ingrandimento che convoglia pensieri, sentimenti, speranze verso un'unico centro. Questo centro e' il Dio che adoriamo intimamente nei nostri cuori. Che noi diciamo di credere a un Dio o meno, non importa, infatti, crediamo sempre a qualcosa nella vita, anzi, crediamo sempre a Qualcuno. Abbiamo sempre un'immagine di chi vorremmo e dovremmo essere, di chi al momento non riusciamo ad essere e di chi in parte riusciamo ad essere. Gesu' ha creduto al Dio che ama, e che ama tutti, anche chi non avvantaggia di alcunché la propria vita, anche chi e' di piccolo o grande ostacolo per la propria vita, anche chi pone a rischio la propria vita.

Dio e' il centro dell'esistenza. Un Io e' alla costante ricerca del suo centro. E' quella posizione esistenziale, istantanea ed eterna, dove l'Io dice: "ecco, così, solo così sono".

Tale centro non e' statico, può variare nel corso della vita, e l'Io deve adattarsi, come farebbe un pianeta con il suo Sole.

Di norma l'Io raggiunge solo approssimazioni di tale centro, a causa di errori dovuti alla propria immaturità o a traumi, piccoli o grandi, della propria psiche, o di forze centrifughe come possono essere varie sfide nella propria vita. Tuttavia, il centro, l'ottimo dell'esistenza dell'Io, esiste.

Un'immagine duale alla precedente, dove non è l'uomo che agisce (esterno-interno), ma è Dio che agisce (interno-esterno), e' vedere l'anima come il guscio di una sfera. Il centro della sfera è il Padre. L'Io umano, non santo, è un punto interno della sfera, che approssima il centro, ma non è il centro. L'Io umano santo, è il centro, è tutto Spirito Santo, e coincide con il Padre. L'Io illumina, riscalda, alimenta l'anima, e tanto più coincide col centro, tanto meglio riesce a farlo.

Colui che ama,
solo ama.

Colui che e' il bene,
solo nel bene,
per il bene.

Colui che l'anima
chiama, desidera, invoca,
spera, prega.
Colui che,
in parole e in carne,
per sempre ha dato risposta.
Colui che,
nella nostra piccolezza,
e' grande risposta.

Nella Tua lode,
l'arpa mia
accordi.
Nella piccolezza
per chi prego
suona.
L'Universo fa vibrare
e nuova antica vita
canta.

Seppur fragile,
limitato,
umano,
la mia anima,
unita a Te
con candida veste¹,
e' magnifica,
e infinito e' lo Spirito
che l'alimenta.
Io sono,
ai Tuoi occhi,
una meraviglia stupenda,
e ti rendo grazie.
E che peccato,
sprecar tutto questo,
d'una sola macchia
violarlo.
Che tormento allontanarmi
da Te,
non vederti piu'
un solo istante.

¹la santita'

Chi non siamo,
ma amiamo essere
nel bene.

Chi nel bene
e' veramente stato
ed amiamo.

Chi, in parte, nel bene
siamo,
e un domani in tutto
saremo.

Dice il Signore:
« Caro figlio, cara figlia,
sebbene le forze tue
e dell'uomo sono grandi
e ammirabili,
per bene stare in questo mondo
non bastano.
Solo l'acqua della mia carità,
versata in abbondanza dai cieli
sulla terra, dal mio costato,
brilla tra le tenebre,
ha sapore e nutre.
Chi non mi conosce,
dalla dura roccia
a cinta del cuore
trova rugiada, ma
al mattino scompare.
Nelle cose, nelle imprese,
nei favori, nelle lusinghe,
nel potere, nel piacere,
invano cerca ancora.
Chi mi cerca, teme ed ama,
con lanterna accesa
dal mio Spirito,
visita le oscure
fredde, tenebrose,
sue profondità',

nascondigli di peccati
passati e futuri,
gioie proprie e altrui,
che furono perse e
mai piu' saranno.
Le visita, e scruta,
scava, filtra e lava,
di volonta', pazienza e carita'
vestendosi,
di psicologia, biologia,
fisica e matematica
armandosi,
non per dominarle,
perche' niente di contrario
a me, ho posto nella terra,
ma per ascoltarle, servirle,
e consolarle.
A tempo debito,
gli inferi di chi mi cerca,
per la prima volta
il mio volto vedranno.
Con liberta', con desiderio,
e con coraggio si convertiranno,
mi ascolteranno, mi serviranno
e mi consoleranno.
Cosi', chi mi cerca,
dalle ceneri del suo cuore,
le terre, rese fertili,
in un giardino rigoglioso,
eterno, germoglieranno.

Figlio, figlia,
non seguire l'esempio del mondo,
che per paura di vedere
la propria miseria,
debolezza e infermità',
per non rischiare di cadere,
e faticare nel rialzarsi,
cerca vane vie!

Si fa onnipotente
nel dominare la materia morta,
si fa libero nel perdersi,
dimenticando se stesso
e gli altri.

Si proclama giusto e intelligente,
ma il suo cuore e' duro
come la pietra,
e la sua parola stride
come il ferro sul ferro.

Guardami figlio, guardami figlia,
guarda la vera potenza e gloria,
manifesta in ogni tuo respiro.

Tutto l'Universo mi serve,
splende e si muove,
per quel tuo respiro.

Da quando nel grembo
di tua madre eri,
tra le mie braccia
ti ho custodito.

Sei la pupilla dei miei occhi.
Desidero la tua liberazione

dai lacci che ti fanno soffrire.
Ama, fa cio che vuoi ed ama!
Col mio amore,
che non giudica,
ne scusa superficialmente,
il cuore comprenderai,
e non rimarra' risposta occulta
ai tuoi occhi.
L'anima nutrirai e consolerai,
e gioia le daro' in rincompensa
della sua fedelta'.
I pesci e i pani,
che strariperanno dalla cesta,
condividerai a tutti.
Ricambieranno in pochi,
con poco pane, ma di quei pezzi
avanzati,
voi soli mai piu' sarete,
e insieme,
in canti festosi,
in sereni dolori,
in abbracci,
vivrete.

gaudium ex Deo

Nihil ex nihilo

Tu sei
il cuore dell'Universo,
l'anima dell'umanita'.

1.1 Classici

Poesie e citazioni di autori classici.

Il suono
dell'acqua
dice
cio' che penso ²

²Haiku Zen

Vieni, guarda
i veri fiori
di questo mondo doloroso. ³

³Haiku Zen

Occorre veramente preoccuparsi
dell'illuminazione?
Non importa quale via percorro,
sto andando a casa. ⁴

⁴Haiku Zen

Gli uomini sono come tre farfalle
davanti alla fiamma di una candela.
La prima si avvicinò e disse:
io conosco l'amore,
la seconda sfiorò la fiamma con le sue ali e disse:
io conosco "la scottatura" dell'amore.
la terza si gettò in mezzo alla fiamma
e si bruciò.
Solo lei conosce il vero Amore.

5

⁵Massima sufista. https://it.wikipedia.org/wiki/Bab%27Aziz_-_Il_principe_che_contemplava_la_sua_anima



Tardi ti amai, bellezza così antica e così nuova, tardi ti amai. Sì, perché tu eri dentro di me e io fuori. Lì ti cercavo. Deforme, mi gettavo sulle belle forme delle tue creature. Eri con me, e non ero con te. Mi tenevano lontano da te le tue creature, inesistenti se non esistessero in te. Mi chiamasti, e il tuo grido sfondò la mia sordità; balenasti, e il tuo splendore dissipò la mia cecità; diffondesti la tua fragranza, e respirai e anelo verso di te, gustai e ho fame e sete; mi toccasti, e arsi di desiderio della tua pace. ⁶

⁶Sant'Agostino, Confessioni 10, 27

L'uomo con la luce della ragione sa riconoscere la sua strada, ma la può percorrere in maniera spedita, senza ostacoli e fino alla fine, se con animo retto inserisce la sua ricerca nell'orizzonte della fede.

La verità raggiunta per via di riflessione filosofica e la verità della Rivelazione non si confondono, né l'una rende superflua l'altra. [...] nell'una conosciamo con la ragione naturale, nell'altra con la fede divina; [...] oltre le verità che la ragione naturale può capire, ci è proposto di vedere i misteri nascosti in Dio.

7

⁷Lettera enciclica, *Fides et Ratio*, del Papa Giovanni Paolo II

La comunità cristiana non è formata da persone esemplari o eccezionali, ma da piccoli e perduti, da peccatori perdonati [da Gesù] che a loro volta perdonano.

⁸

⁸Messalino, in ascolto, agosto/anno B

Tu sei Santo Signore Dio,
Tu sei forte, Tu sei grande,
Tu sei l'Altissimo l'Onnipotente,
Tu Padre Santo, Re del cielo.

Tu sei trino, uno Signore,
Tu sei il bene, tutto il bene,
Tu sei l'Amore, Tu sei il vero,
Tu sei umiltà, Tu sei sapienza.

Tu sei bellezza, Tu sei la pace,
la sicurezza il gaudio la letizia,
Tu sei speranza, Tu sei giustizia,
Tu temperanza e ogni ricchezza.

Tu sei il Custode, Tu sei mitezza,
Tu sei rifugio, Tu sei forza,
Tu carità, fede e speranza,
Tu sei tutta la nostra dolcezza.

Tu sei la Vita eterno gaudio
Signore grande Dio ammirabile,
Onnipotente o Creatore
o Salvatore di misericordia.⁹

⁹<https://www.youtube.com/watch?v=yfC285eSiXU>

La campana del tempio tace,
ma il suono continua
ad uscire dai fiori¹⁰



¹⁰Haiku Zen

Capitolo 2

La ricerca di Dio con approccio scientifico

La scienza d'Amore,
oh, sì! la parola
risuona dolce all'anima
mia, desidero soltanto
questa scienza.

S. Teresa di Lisieux

Avere fede in un Dio vuol dire nutrire la profonda speranza che la Felicità e la Pace esistono, e quando non sono apparenti credere che, perseverando nel bene, saranno di nuovo raggiunte. Questo, la cultura del mondo, non può dirlo. In essa, la felicità dipende da condizioni esterne alla propria vita: dal denaro, dall'avere tanti amici, dal lavoro, dall'avere un partner,

dal ricoprire una posizione di prestigio, dalle condizioni climatiche, dalle guerre, dai traumi della nostra storia personale, dalle persone che non hanno rispettato noi stessi e non ci hanno amato abbastanza per come volevamo ed avevamo bisogno, dalle persone che ancora non ci amano, dalla societa'. Nelle fede, tutto questo non e' svalutato. Ognuna delle cose elencate, ha la sua importanza, ma sono tutte secondarie all'unica esistenza necessaria e sufficiente: Dio. Nelle comunita' religiose sane, per perserverare con piu' facilita' e camminare con piu' velocita', e' una grazia il potersi confrontare con e imparare da un maestro, aprirsi ad una maestra, confrontarsi con i fratelli e le sorelle di fede, imparare dai testi di chi ha gia' camminato molto prima di noi, e se mancasse tutto questo, applicare in ogni aspetto di se stessi dei principi posti a fondamento della vita. Oggi giorno, la fede verso Dio non esiste piu', se non tra pochi. Si trascura la tematica di Dio, perche' e' la scienza che da' ogni risposta e si crede che Dio e' solo una superstizione per chi non sa' ragionare. Eppure, cosi' come la ragione e' una dote naturale che l'uomo puo' sviluppare ed adoperare per migliorare la sua vita, anche la fede in Dio e' una predisposizione naturale dell'uomo che egli puo' sviluppare ed adoperare per la ricerca della felicita'. Anche se apparentemente ragione e fede sembrano incompatibili, l'una puo' rafforzare l'altra e viceversa. Se la ragione stabilisce principii e direzioni, la fede da' la forza per rispettarli e per perseguirli. Se la fede riconosce bisogni e speranze umane, la

ragione scruta l'insieme delle possibilita' per realizzarli o per comprendere che, seppur chi ha bisogno e' amato, non esiste soluzione migliore della realta' attuale.

La fede in Dio, vuol dire anche scegliere, tra gli infiniti modi di esistere, solo uno come privilegiato. Nel Cristianesimo e' quello di Gesu', del vivere solo e soltanto nell'amore disinteressato, in ogni condizione e situazione uno si trovi. Questo limita la propria liberta' personale, in quanto alcuni sentimenti saranno tenuti in quarantena, e solo quando si arrivera' a maturare una soluzione d'amore, potranno essere espressi. Tuttavia, non e' un perdere la propria vita, ma e', tramite un lavoro interiore e sacrifici piccoli o grandi, vivere delle gioie piu' grandi e luminose, radicarsi in una pace piu' vasta e sconfinata. E chi ha dimostrato che tali gioie e tale pace e' raggiungibile e' Gesu'. E chi lo dimostra oggi, e' chi lo ama, e riesce a vivere questa dimensione d'amore, nella propria vita, che sia ministeriale (preti, suore, ...) o che sia laica.

Se nel passato con la religione si e' esagerato ed e' stata corrotta ed opprimente, nel '900, con il progresso scientifico e tecnologico, l'uomo ha riscoperto la propria liberta'. Il nuovo benessere e le vittorie sulle malattie, hanno spinto con forza la societa' all'abbandono delle sue superstizioni e leggi repressive. Al contempo, pero', hanno portato con se' anche l'illusione del dominio dell'uomo sulla propria vita e sulla Natura. E' piu' facile oggi credere che la vita e' solo un fatto meccanico, di cui, quando ci va bene, noi siamo padroni e

di cui, nella nostra onnipotenza possiamo disporre arbitrariamente, oppure, quando ci va male, di cui noi non possiamo fare nulla perche' schiacciati dalle forze della natura e della societa'. L'uomo adesso domina ogni cosa ed ogni aspetto della sua vita, eppure adesso e' gravemente piu' infelice di prima, adesso i problemi psicologici nei giovani e nella societa' sono sempre di piu' e piu' profondi¹. La Natura e' vista solo come una risorsa da sfruttare e da combattere per sopravvivere.

Cosi', si e' perso il dare ufficiale valore ai temi umani, alla sacralita' della vita, alla purezza dell'amore. Solo in pochi, i piu' sensibili e "deboli", i piu' provati dalla vita, si consolano pensando a queste cose con belle poesie, vergognandosi o nascondendosi dagli altri piu' "forti". Si ricerca il piacere, ma non si sa' dove trovarlo, non si sa' cos'e'. Viene definito solamente tramite i sensi. Ma il "senso dei sensi" non viene definito. Si cercano scappatoie, nuove realta' virtuali, aumentate, tour ed esperienze trascendenti, ma al ritorno si e' sempre gli stessi. Si trascura il fatto che l'anima desidera ed ha bisogno dell'infinito, e qualsiasi raggiungimento, traguardo, sensazione, e' sempre superata da un desiderio e bisogno piu' grande.

¹Il 19% della popolazione americana soffre di ansia <https://adaa.org/understanding-anxiety/facts-statistics>



Cio' che rimane nel mondo e' deludente, ne' piu' deludente del mondo superstizioso del passato, ne' meno. Oggi, ci sono solo effetti speciali, tecnologie all'ultimo grido, immagini ed esperienze mozza fiato, una dietro l'altra, che adoperiamo, incoscientemente e coscientemente, per convincerci sempre che va bene rimanere tali e quali a come si e', che siamo perfetti, che al piu' sono gli altri a sbagliare, a non allinearsi al nostro modo di fare, che e' il mondo che ancora non ci capisce.

Tutte queste tecnologie, sono una piccola cosa di fronte alla vera forza che e' quella Sua, forza che e' comprensione, consolazione ed estatico nutrimento dell'anima, forza che Lui ha per tutti e che muove ogni atomo.

2.0.1 Cosa segue

Nel paragrafo 2.1 pag. 77, si parte da una visione atomistica e meccanicistica dell'Universo e si discute come da questo e' comunque necessaria e importante la figura di Dio.

Dal paragrafo 2.2 pag. 98, si discute in maniera piu' semplice su cosa consiste avere fede in Dio. Si arrivera' a una definizione di Dio che fa leva sul discorso sviluppato in 2.2.5 pag. 2.2.5.

Nell'ultimo paragrafo 2.4 pag. 134, si fara' una analisi quasi formale, in stile matematico dei concetti di anima, spirito e Dio. Questo paragrafo e' per chi ha dimestichezza con il linguaggio logico/matematico.

Esso e' uno sforzo per riuscire a catturare il concetto di Dio partendo da concetti piu' primitivi, in maniera logica.

2.0.2 Avvertenze dottrinali

L'esposizione della dottrina Cattolico-Cristiana e' fatta in "best-effort", al massimo della mia personale comprensione, senza alcuna pretesa di autorita' dottrinale. La mia tendenza e' quella di non divergere dalla dottrina, tuttavia, seguendo uno stile scientifico/filosofico che predilige uno sviluppo logico degli argomenti, e' possibile che alcuni punti sembrino divergenti dalla dottrina cattolica. Questa e' solo apparenza: se si prende l'esposizione e si parte dalle premesse e si segue il ragionamento, a volte molto sottile, ma pur sempre logico, si arrivera' a una conclusione che non contraddice la dottrina. D'altra parte, io non essendo santo, porto con me il mio peccato e le mie idee sono di certo influenzate dalla mia lontananza da Dio. Quindi, alcuni punti potrebbero proprio essere divergenti dalla dottrina cattolica. Nel tempo, sono maturato, ed ogni volta mi sono trovato sempre piu' vicino alla dottrina. Ad esempio, un punto molto difficile e' stato il capire perche' Gesu' e solo Gesu' e' considerato Dio, e non i Santi, che pure loro hanno dato la vita e hanno raggiunto una purezza aurea. Nel tempo, mi sono trovato a mio agio con questo mistero, ed e' sorta in me una spiegazione logica, che puo' essere condivisibile o no,

ma considerando che alla base di tutto e' posto il principio della Carita', dell'amore disinteressato, non temo molto le apparenti divergenze del mio approccio scientifico/filosofico, perche' Gesu' stesso disse "chi non e' contro di noi (la chiesa) e' per noi"². E cosi' come per questo mistero della divinita' di Gesu', allo stesso modo per tutti gli argomenti trattati in questo capitolo.

2.1 Dal nichilismo scientifico, a Dio

In questo capitolo ci concentriamo sulla descrizione "nichilistica" di Dio e della fede, per affermare che, anche pur adottando una visione materialistica dell'Universo, la fede rimane quell'insieme di principi, pratiche ed entita' psicologiche proprie dell'essere umano che, se adoperato a fin di bene, e' supporto e fondamento della vita.

2.1.1 La materia

E' la vita mera materia che si trasforma secondo leggi fisiche inamovibili? Se si, non ha forse senso massimiz-

²Mc 9,38 [https://bibbiaedu.it/CEI2008/nt/Mc/9/?sel=](https://bibbiaedu.it/CEI2008/nt/Mc/9/?sel=9,38&vs=Mc%209,38)

9,38&vs=Mc%209,38



zare il piacere e minimizzare il dolore, rispettando gli altri per non avere problemi nella societa'? In verita', la vita e' molto di piu'. Per capirlo, prima ragioniamo dicendo che se la vita fosse vissuta solo su un piano materiale, o al piu' intellettuale, in una realta' percepibile solo con i sensi propri, allora la vita non avrebbe alcun valore. Infatti, tutta la materia in se non ha valore, e' un pugno di sabbia che si trasforma, brucia, si solidifica, evapora, e cosi' via. Giocando a The Falling Sand Game^{3, 4} si puo' vedere come semplici leggi, reiterate, possono produrre mondi complessi, ma che nella loro essenza non sono nient'altro che natura morta. Anche le esperienze piu' mozzafiato ed estasiati, allora, non sarebbero altro che un'esperienza di un pugno di sabbia. Noi siamo affezionati a noi stessi, ma se tutto e' per noi solo materia, non e' il nostro attaccamento alla vita solo un senso di importanza prodotto dai segnali elettrici del nostro cervello? Che senso avrebbe preferire il piacere al dolore, la vita alla morte, se non siamo

³https://en.wikipedia.org/wiki/Falling-sand_game



⁴https://www.youtube.com/watch?v=L4u7Zy_b868



altro che un pugno di sabbia? Che senso avrebbe, preoccuparsi di rimanere in salute, di non essere poveri, di non essere derisi, se tutto il nostro attaccamento alla vita non e' che un automatismo, neanche scelto da noi stessi? Potremmo illuderci di valere qualcosa, piu' di un pugno di sabbia, riuscendo in grandi imprese, conquistando l'ammirazione degli altri, confortandoci con l'avere cio' che riteniamo importante, tuttavia, in cuor nostro sapremo sempre, che cio' che stiamo vivendo non e' che una finzione.

La santita'

In noi pero' esiste una via d'uscita da questo abisso nichilistico privo di vita. In noi risiede la potenzialita' dell'essere divini, dell'essere figli di Dio, di essere santi, di essere veramente forti e grandi. Questa forza e grandezza non si conquista con le forze e le intelligenze umane che si vantano di dominare la materia morta. Un riflesso della nostra potenzialita' divina, si vede in noi che avendo cognizione di cio' che ci circonda e, soprattutto, di noi stessi e degli altri uomini, abbiamo emozioni che ci fanno essere felici o tristi, carichi o demoralizzati. Abbiamo la liberta' di scegliere di che farcene della nostra cognizione e delle nostre emozioni. Possiamo direzionare la nostra vita verso la creazione di un paradiso terrestre, o abbandonare tutto e tutti e lasciare che la terra si trasformi in un inferno terrestre. Niente nell'Universo, per quanto potente, ha queste potenzialita'. Ad esempio, nessuna particella,

pianeta o galassia, ha la minima cognizione di cosa sia essa stessa, di cosa e' cio' che la circonda. Quindi, agisce seguendo ciecamente le leggi della Natura, senza liberta' alcuna. Inoltre, senza emozioni non le importa se venga distrutta essa stessa o se i suoi simili vengano distrutti. Non conosce la gioia, sua, e di niente e nessun altro.

I santi sono uomini che hanno realizzato a pieno la loro potenzialita' di bene, hanno mosso la materia ed utilizzato ogni forza dell'Universo, per favorire la gioia in se stessi e negli altri.

Se fosse facile essere santi, non sarebbe una condizione di vita cosi' speciale. Essere santi e' difficile perche' per ricercare il bene, molte volte bisogna sacrificare il proprio piacere o benessere, per rischiare e investire in un piacere e bene superiore. Come nel Dilemma del Prigioniero⁵, chi e' veramente disposto a sacrificarsi per il bene della collettivita'? Chi e' disposto a sacrificare un forte piacere presente per un benessere futuro?

La santita' e' cosi' contrassegnata dal sacrificio e dal raggiungimento di una pace e di un bene superiore, quasi mai comunemente vivibile. Qui e' dove si fermano le parole. La piena santita' e' impossibile per

⁵Vedi "Prisoner's Dilemma" <https://en.wikipedia.org/>



me da descrivere a chi non ne ha fatto una minima esperienza, perche' in primo luogo, e' come descrivere l'orizzonte, il cielo, il mare e i colori a chi non ha mai visto. La santita' ed il "regno dei cieli" e' cosi' trascendente che e' impossibile da immaginare senza averne fatto esperienza. In secondo luogo, io ne ho fatto una proprio minima esperienza e ancora ho molto da camminare per poterla vivere in pieno. Solo Gesu', e' riuscito a descrivere pienamente la santita' all'uomo. Lui era santo ed ha condiviso la sua santita' a tutti non risparmiando se stesso. Solo in Gesu' si puo' intravedere la luce originale della santita'. Aveva tutto nella vita, ogni benedizione, forza e grazia, eppure, si e' messo in gioco totalmente per il bene, sapendo fin da principio cosa questo gli avrebbe costato. Non e' come un povero che non ha niente e parla contro i potenti e promette ogni bene a tutti gli altri poveri che vogliono dargli ascolto nella sua rivoluzione aggressiva contro il potere aggressivo. E', piuttosto, come un miliardario, che ha tutto, e decide di parlare contro il potere, inimicandosi i ricchi, e decide di vendere tutto per i poveri, sapendo di diventare povero. Consiglia a tutti di fare lo stesso per vivere di nuovo in pace sulla terra. E fa tutto questo sapendo che nessuno lo ascoltera', e che diventera' povero, e che diventatolo, anche i poveri stessi poi lo criticheranno ed insulteranno per essere diventato povero ed aver promesso un regno di pace. Fa tutto questo perche' ama chi non e' amato da nessuno, neanche da se stesso.

L'inesprimibilit  della santit  spiega anche perch  sono inutili e vane tutte le critiche contro la fede religiosa mosse da chi non ha fatto esperienza di un'autentica fede ⁶. Ad esempio, un ateo, o un edonista, o uno scienziista che non hanno mai vissuto lo stato di purezza dell'anima, non possono che criticare la fede che vedono loro, non la fede per come realmente  . Quindi, si soffermeranno sui limiti della loro concezione della fede e sulle difficolt  che loro hanno con essa.

Nel testo che segue procederemo nella spiegazione della santit  e della figura di Dio, parlando con gli stessi concetti e termini cari a chi   vicino a una forma mentis nichilistica/scienziista. Questo nella speranza di mostrare che la fede   una disciplina umana che porta a dei risultati veri, e non raggiungibili per altre vie, anche a chi pensa che tutto   materia e che non c'  nulla oltre la realt  dei sensi. Fermo restando che per quanto le spiegazioni possano essere chiare, solo una pratica autentica di fede potr  far vedere lo splendore del regno dei cieli.

Noi abbiamo la potenzialit  di essere divini, ovvero di essere santi, essere co-autori di Gesu' di un regno di pace, personale e collettiva. L'uomo, oltre ad avere cognizione di se stesso ed avere emozioni, puo' avere un fine, uno scopo. Essere santi vuol dire far coincidere il proprio fine con l'unico scopo di generare vita,

⁶Tralasciando le critiche storiche mosse contro gli sbagli compiuti da peccatori nell'amministrazione delle istituzioni religiose, riconosciuti dagli ultimi papi dell'ultimo secolo.

in se stessi e negli altri, per se stessi, e per gli altri. Vuol dire adoperare ogni cognizione e ogni forza per la vita, e scegliere profondamente, nel proprio intimo, in ogni momento, di cambiare e andare verso una direzione che permetta di vivere e far vivere, tra la vasta scelta di emozioni che si possono provare, solo quelle che generano pace e gioia. Cio' non significa sorridere sempre ed essere sempre felici. La vita potra' richiedere momenti tristi o spiacevoli, ma saranno vissuti in maniera non opprimente, "soffrendo in pace"⁷. Non si ci abbandonerà allo sconforto, o all'odio, ma con mezza e forza interiore, si fara' un piccolo passo, dopo l'altro, per poi un giorno risalire di nuovo a contemplare le meraviglie della vita.

La fede consiste nel credere che vivere una vita santa sia una direzione naturale e piena di vita, non solo una bella ideologia. La fede consiste nel porre la massima realizzazione personale nell'essere come Dio, il santo dei santi, colui che e', per definizione, il bene in persona. Chi ha fede crede che l'uomo puo' essere santo per sua natura e sua libera scelta.

Dio

Resta da chiarire la santa figura di "Dio". L'uomo e' come una lente d'ingrandimento che convoglia pensieri, sentimenti, intenzioni verso un'unico centro. Questo centro e' il dio che adoriamo intimamente nei nostri

⁷Santa Teresina (lt 63 a celina 4 aprile 1889)

cuori. Anche se noi non ne siamo consapevoli, anche se noi diciamo di non credere, interiormente, inconsciamente, crediamo sempre a qualcosa nella vita. E piu' che a "qualcosa" e' un "qualcuno": abbiamo sempre un'immagine di chi vorremmo e dovremmo essere, e di chi in parte riusciamo ad essere, di come sarebbe essere senza limiti, senza miserie, di come sarebbe essere in pace e felici. Quindi, la vera domanda non e' se dio esista, ma e' a quale dio crediamo.

Gesu' ha creduto al Dio che ama e solo ama, tutti. Ha amato anche chi non ha avvantaggiato di alcunché la sua vita, anche chi gli era di piccolo o grande ostacolo, anche chi ha posto a rischio la sua vita. Lo ha amato in quanto lo ha ritenuto suo figlio, prezioso come la pupilla dei suoi occhi. Non c'è una identita' di bene superiore a questa.

Quanto abbiamo finora detto puo' sembrare strano e far domandare: Dio e' solo un'immagine? Chi osserva dall'esterno una persona che ama Dio, vedra' il Beneamato come una figura che ella crea ed ama, e dira' che non esiste fisicamente. Cio' non deve sorprendere. Consideriamo una persona come "anima", ovvero nei suoi aspetti psicologici. Bene, dovrebbe sorprendere di piu' il fatto che per un'anima, qualsiasi persona lei possa amare, che sia suo padre, sua madre, il suo compagno o compagna, suo figlio o figlia, e perfino lei stessa, e', per l'anima, una figura, un'immagine che lei stessa crea ed ama. Non esiste niente per un'anima all'infuori di ella stessa. Tutto cio' che vede ed esiste,

per lei, e' creato al suo interno dai segnali elettrici del suo cervello, che sia un oggetto esterno, o una persona, o il se'. Tutto e' nell'anima una sorta di "immagine". Queste immagini non sono create dall'anima arbitrariamente, ma rispettano un fine. Se dalle luci e dai colori, l'anima crea dentro di se la cognizione visiva di un muro e dice "esiste un muro davanti a me", lo fa per amare se stessa (il se'), cosi', ad esempio, da non sbattere andando avanti verso il muro. Se crea dentro di se la cognizione "ecco una persona che voglio bene", ed anche "ecco accanto a lei un pericolo", e dice "stai attento", lo fa per amare l'altro. Allora, se un'anima ama Dio, pur essendo per lei un'immagine, cosi' come tutte le altre cose e persone, lo fa per un fine. Lo fa per direzionare con impegno la sua vita verso l'identita' che profondamente ama essere per se e per gli altri. Se ama Gesu', lo fa per essere un uomo o una donna caritatevole, che ama disinteressatamente, tutti.

Amare una persona fisica sembrerebbe piu' facile di amare un Dio invisibile ed incorporeo. Infatti, cio' che l'anima crea si basa su i suoni, la luce, i colori, le informazioni tattili, e poi anche sulle parole delle persone amate. Tuttavia, un'anima puo' affinare la sua creazione interna di Dio tramite la preghiera, una vita giusta e sana, praticando l'amor proprio, e praticando l'amore verso gli altri, riuscendo a compiere piccoli e grandi sacrifici per il bene comune, o di chi ha bisogno.

Infine, Dio "immagine" e "direzione" non e' solo una idea della mente del credente, ma e' una parte

viva e concreta del credente. Qualsiasi immagine un'anima crea e ama, che sia una persona o un oggetto, e' parte di se stessa. Il se' e' una parte dell'anima che rappresenta lo stato fisico ed emotivo dell'anima stessa. Un'altra persona e' un'altra parte dell'anima che rappresenta lo stato dell'altra persona. Lo stesso per un oggetto. Poiche' quando l'anima crea l'immagine del se' o di un'altra anima non puo' far altro che far riferimento alla propria esperienza del corpo, della realta' e delle emozioni, anche lo stato di un'altra anima e' internamente descritto tramite le proprie esperienze. Una persona che non ha mai sperimentato la rabbia in vita sua, quando vede un'altra persona arrabbiata, non puo' capire cosa sta' accadendo nell'altra persona. La vedra' muoversi in maniera agitata ed energica, parlare a voce alta, ma non capira' esattamente cosa sta' vivendo. Se pero' la prima persona ha almeno una volta sperimentato la rabbia, quando vedra' nell'altra persona gli stessi segni che si sono manifestati in lei stessa quando era arrabbiata, pensera', anche inconsciamente, a quello che sta' vivendo l'altra persona. Tuttavia, il suo pensiero si rifara' alla sua esperienza. In altre parole, quando "capiamo" gli altri, non stiamo che proiettando nostre sensazioni fisiche ed emotive, presenti o passate, negli altri. La realta' e' sempre filtrata dalla nostra esperienza. Quando "capiamo" un altro, ci "mettiamo nei panni" dell'altro, ma come possiamo: siamo sempre noi stessi vestiti con l'abito dell'altro. Nella maggiorparte dei casi questo meccanismo funzio-

na perche' siamo esseri simili e viviamo sensazioni ed emozioni simili. Quindi la mia esperienza di rabbia concide molto con l'esperienza di rabbia dell'altro.

Se l'anima compie, per lo piu' inconsciamente, ma anche consapevolmente, queste operazioni di "mettersi nei panni" in maniera non oggettiva, allora, in psicologia, si parla di "proiezione". Infatti, in maniera non oggettiva, l'anima pensa di mettersi nei panni dell'altra anima o dell'altro oggetto, ma le caratteristiche dell'altro che vede non sono che uno specchio del se, di lei stessa. Quindi, l'anima crede di parlare dell'altro, ma non sta' che parlando di lei stessa. Questo accade, ad esempio, quando un'anima e' arrabbiata, ma non vuole ammetterlo a se stessa o agli altri, e quando parla con un'altra persona l'accusa di essere arrabbiata. Se, pero' l'anima e' ben allenata o si sforza di compiere in maniera oggettiva l'operazione di "mettersi nei panni" di un'altra anima, allora la proiezione, l'immagine dell'altra anima, diventa una parte di se, ma distinta dal se, una parte con proprie caratteristiche. Così' come un innamorato quando pensa all'amata si accorge di molti aspetti e caratteristiche diversi dal se e propri dell'amata, che prima non aveva mai notato, o così' come quando uno scienziato pensa all'universo e si accorge di aspetti che vanno al di la' dell'intuizione usuale della realta'.

Riassumendo tutto quanto detto: qualsiasi entita' esista, per un'anima e' sì un'immagine, ma anche una parte di se, che se curata in maniera oggettiva, ha

caratteristiche proprie e distinte dal se'.

Anche Dio e' allora una parte del credente, non e' solo un'immagine o un'idea. E' inizialmente una proiezione. Quando l'anima pensa a Dio, pensa a come sarebbe essere realizzati, in pace imperturbabile e onnipotenti, e nel caso del Dio caritatevole di Gesu', a come sarebbe amare infinitamente chi ancora non e' realizzato allo stesso modo. In altre parole, si mette nei panni di Dio. Pensando in maniera oggettiva, pregando, mettendo in pratica la carita', sperimentando la propria idea di Dio e amore, il fedele puo' conoscere sempre piu' come e' essere veramente realizzati, in pace, capaci, e come si ama veramente. Quindi, andando al di la' della propria concezione iniziale di Dio, un'anima puo' tendere a conoscere sempre piu' a fondo Dio. In questo tendere, si unisce sempre di piu' a Dio, perche' per conoscere, cambia se stessa. Per poter concepire oggettivamente cio' che ama, deve imparare ad essere come cio' che ama.

Cosi' un credente raggiunge la santita' quando 1. il dio a cui crede e' il Padre di Gesu', 2. quando non c'e' piu' differenza tra lui stesso e l'immagine di Dio a cui crede. Il santo e' "unito a Dio": e' una realizzazione in terra di Dio, e Dio e' descrivibile tramite la persona del santo stesso. Come Gesu'.

A conferma di tutto quanto fin'ora detto, Sant'Agostino affermava di aver trovato Dio dentro se stesso, non fuori, nel mondo, nelle altre persone, o nelle idee. Dio e' nella santita' dell'anima che crea la materia e il

tempo, il se e ogni creatura per amore.

La persona di Dio

L'uomo per eccellenza santo e' Gesu'. Gesu' ha portato a compimento quello che i suoi padri, dal tempo di Abramo, avevano coltivato dentro di se. I padri avevano ricercato la santita', il privilegiare l'Io che e' puro bene. Gesu' ha pienamente realizzato in se tale santita'. Perche'? Perche' non c'e' amore piu' grande di dare la vita per i propri amici, per gli ultimi e i dimenticati da tutti, senza vendicarsi o fuggire dai nemici persecutori, ed avendo dentro di se ogni forza e grazia.

Gesu' e' santo, e' il "verbo di Dio incarnato", e' perfettamente unito a Dio. La sua volonta' e' la volonta' del Padre e la volonta' del Padre e' la sua⁸. Questa unione permette di dire che Gesu' e' Dio. Solo Gesu' e' Dio, e non gli altri santi, perche' Gesu' e' colui che ha descritto tramite la sua persona il Dio dell'amore caritatevole, e gli altri santi hanno imparato ad amare tramite lui questo Dio, e i santi che verranno faranno lo stesso o, se non lo faranno immediatamente, poi riconosceranno che il loro Dio e' lo stesso di quello di Gesu', e uniranno le loro forze alla sua chiesa. Quindi, e' sufficiente porre a capo della Chiesa una sola persona e un solo volto: Gesu'.

⁸"Io sono nel Padre e il Padre e' in me" Nuovo testamento, Giovanni, capitolo 14, versetto 11

Dio senza la persona Dio

Si ci puo' chiedere perche' e' necessario pensare a un'altra entita', Dio. Non basta vivere la vita e pensarla cosi' come e'? Se pratichiamo l'amore si, non e' necessario pensare a una entita' distinta da noi. Qualsiasi discorso si fa su Dio si potrebbe convertire in maniera laica parlando dell'amore e di virtu' che discendono dalla tensione all'amore, e viceversa. Ad esempio, "ama il Signore, che e' misericordioso" si potrebbe convertire dicendo "per una vita vissuta nel bene, sii generoso, ama tutti anche oltre i loro sbagli, perdonando", e viceversa. Tuttavia, se pratichiamo l'amore, pensare a Dio, offre dei vantaggi. Oggettificando la semantica di una frase in una figura che e' una persona (Dio), molte espressioni diventano piu' compatte, molte diventano piu' intuitive. Per una piena potenzialita' di pensiero, e' meglio essere in grado di pensare in modo laico ma anche in maniera teologica. Oggi giorno, il concetto di Dio e' stato bandito dalla cultura comune, e ognuno colleziona le frasi di saggezza celebri che piu' gli piacciono. Siamo immersi in una costante educazione alla verita', ma tutte queste verita' non hanno un centro, come invece lo e' la persona di Dio. Ancor peggio, ognuno predilige il suo sottoinsieme di verita', vivendo nella sua bolla individualistica. Eppure, saper pensare in termini teologici garantisce una maggiore profondita' di pensiero ed una intuizione agevolata per molte questioni che riguardano la vita, affrontate tramite l'amore e il bene.

Sull'onnipotenza

L'onnipotenza di Dio e' cio' che distingue nettamente Dio dall'uomo. Tuttavia, tale onnipotenza va' intesa in senso spirituale, non in senso superstizioso. Dio non e' una entita' magica che trasforma il piombo in oro, Dio e' una realta' spirituale che scaturisce dalla forza del nostro spirito che rifiuta il male e muove la vita verso il bene, e dalla purezza e dal coraggio della nostra anima che riconosce il vero bene, e accetta di perseguirlo. Inteso cosi', Dio e' onnipotente perche' puo' ridarci vita li' dove ormai ogni speranza e' perduta, dove abbiamo fatto delle nostre case e ricchezze i nostri sepolcri, delle nostre sventure e miserie le barelle a cui rimaniamo affezionatoamente ancorati.

Dio e' anche signore della natura. Come puo' essere spiegata questa affermazione? Usando il "principio della materia morta" e il "principio di santita'", esposti prima, si puo' spiegare ogni affermazione della fede, se si e' sufficientemente distaccati e semplici. Ad esempio, riguardo l'onnipotenza, possiamo dire che ogni piccolo gesto che da' come risultato la vita, equivale ad utilizzare l'intero Universo a fin di bene. Raccogliere dell'acqua piovana per dissetarsi e dissetare, equivale a far evaporare interi mari, far piovere, per poi raccogliere l'acqua. E' vero che non siamo noi a far piovere, ma e' anche vero che nessun atomo "morto" sta' facendo piovere, semplicemente accade che piove e nessuno, nell'universo nichilistico, e' autore di cio'. Tuttavia, se il nostro spirito e' santo, e' solo il nostro spirito che sta'

desiderando nell'universo che piova affinché' possiamo dissetarci e possiamo dissetare gli altri. E' solo il nostro spirito che sta' "dando vita" alla materia, le sta' dando un fine, e la sta' così' veramente facendo esistere. Infine, se il nostro spirito fosse santo, saremmo uniti a Dio, come dice San Giovanni della Croce⁹, quindi potremmo concludere che "Dio sta facendo piovere per dissetare noi e gli altri". (nota ¹⁰).

Così' come nell'esempio del raccogliere l'acqua, così' come per ogni altra azione e avvenimento nella vita. Se il nostro spirito fosse interamente santo, ogni cosa nell'Universo avrebbe un senso e un fine al servizio della vita, tutto l'Universo si muoverebbe per la vita, e solo per la vita. Non e' facile da immaginare pensando alle difficoltà', ai pericoli e ai disastri che avvengono a causa della Natura, nella Natura. Tuttavia, i Santi possiedono uno spirito che gli consente di non vedere nulla di contraddittorio nella creazione, e nella volontà' di Dio. E' difficile da immaginare, ma si potrebbe ragionare come segue: la nostra anima e' unita al corpo, e' un tutt'uno con esso. Il corpo, e' parte dell'Universo, e quindi non può' che amare l'Universo, anche quando e' di ostacolo alla stessa vita. Noi, per vivere, amiamo il nostro corpo, e quindi anche l'Universo. Allora,

⁹Cantico Spirituale, Manoscritto B, San Giovanni della Croce

¹⁰Se non fossimo santi, ma avessimo fede, non ci glorieremmo del fatto che piove perché' solo noi, a differenza della materia, possiamo apprezzare tale evento, ma attribuiremmo tale evento sempre a Dio, nella speranza di un giorno essere uniti a Lui, e gioire con Lui di ciò'.

per vivere, siamo legati alle leggi dell'universo, e quindi, proprio per vivere, a volte siamo soggetti a vivere situazioni di sacrificio fisico.

Per concludere e riassumere, chi vive in santità, è unito a Dio, e ogni evento o azione, che di per se non ha significato per la materia, prende vita tramite lo spirito di Dio, e diventa un'azione che genera vita. Per tutto questo Dio è onnipotente.

Sulla fede trascendente

Potremmo analizzare ogni aspetto della religione usando i due principi della materia morta e della santità, e tutto acquisirebbe senso razionale. Tuttavia, questo procedimento è lento e macchinoso. Il punto principale è chiedersi, a questo punto, se la ragione ha priorità sull'anima o se l'anima ha priorità sulla ragione. Essendo la ragione un prodotto della mente, e non la mente un prodotto della ragione¹¹, possiamo affermare la seconda. Allora, come per Dante, che quando arrivato in paradiso deve fare a meno della guida di Virgilio (la ragione), ma affidarsi totalmente al suo amore per Beatrice (la fede), il credente arriva a questo nuovo orizzonte, dove cerca il bene dell'anima come bene primario.

¹¹la "ragione" è un prodotto della rete neurale del nostro cervello

Quindi, si smette di ragionare rigidamente con schemi fisici e dimostrabili, e si comincia a sentire, a intuire, a credere.

Sul soprannaturale

Niente e' sopra la Natura nella Natura. Tutto e' Natura nella Natura. Pero' ognuno di noi e' anche anima, e' come un punto, di dimensione zero, che ha una facolta' particolare: la possibilita' di scegliere. Anche nella condizione piu' stretta, di un universo deterministico, di cui ogni cosa e' predeterminata, o non determinabile, rimane sempre la possibilita' di scegliere se essere ok con la rotta che sta' prendendo l'universo o no. Questo e' veramente sopra la Natura. Niente nella Natura, che non abbia anima, ha questa facolta'. Un buco nero puo' influenzare grandemente il suo ambiente circostante, puo' inghiottire innumerevoli stelle, ma non lo fa per scelta. Ne' vuole o desidera essere chi e', ne' vuole o desidera essere chi non e'.

Una nuova dimensione: l'anima

Se vogliamo descrivere completamente la nostra vita umana, oltre a cio' che percepiamo come oggetti che interagiscono con altri oggetti (il nostro corpo, gli oggetti dell'ambiente, gli altri corpi), dobbiamo descrivere cio' che percepiamo come anima che interagisce con se stessa e con altre anime. L'anima e' il risultato di

processi elettrochimici, ma questi processi, sono reali, complessi e, poiche' generano la vita, sono sacri.

Percio', oltre lo spazio e il tempo, un essere umano vive in una ulteriore dimensione: lo spazio interiore dell'anima.

Questo e' un altro ragionamento per concludere che la vita spirituale e' soprannaturale, al di la' dello spazio e del tempo.

La psicosomatica dimostra che la dimensione dell'anima puo' avere effetti sulla dimensione corporale. Il viceversa e' intuitivo. Il corpo influisce sull'anima: se non mangiamo, l'anima si ritrova a disposizione poche energie.

2.1.2 Sullo Spirito Santo

Abbiamo detto che Dio e' il centro del nostro essere. Dio e' l'immagine perfetta a cui tendiamo. Questa immagine, non e' solo esistente nei "cieli", ma tanto piu' diventiamo santi, tanto piu' s'incarna in noi stessi. Tanto piu' diventiamo santi, tanto piu' la nostra anima si unisce a Dio, e diventa una cosa sola con Lui¹².

Lo Spirito Santo allora e' quella parte di Io che realizza Dio in se. Comunemente, il nostro Io non e' santo, pero' a volte in una determinata condizione, tempo e spazio e' puro bene. Allora, si dice che e' lo Spirito Santo che sta' agendo in noi stesso, sta' realizzando Dio in

¹²Cantico Spirituale, Manoscritto B, San Giovanni della Croce

noi stessi. Realizza concretamente, in terra, quel centro focale del nostro essere che e' Dio Padre, nei cieli.

Lo Spirito Santo e' anche cio' che consente di ascoltare Dio dentro di se o nell'altro, e cio' che permette di parlare con Lui. Infatti, lo Spirito Santo, che e' Dio, non e' lontano da trovare. Se pensiamo a un Io che trova pace e gioia nel respirare, nel non nutrire alcun male verso se stesso e verso alcun altro, gia' troviamo lo Spirito Santo. Se riuscissimo, nella preghiera, a trovare questo semplice ma profondo stato d'essere, e ripartire da tale stato, allora tutto in noi e nella nostra vita si trasformerebbe in presenza e manifestazione di Dio.

La missione di Gesu' e' stata quella di donare e dare in eredita' lo Spirito Santo a tutti.

2.1.3 In pratica

Tutto cio' fin'ora detto puo' sembrare molto astratto. In pratica, cosa chiede la religione? Cosa vuol dire credere in Dio?

Vuol dire credere che una realizzazione dell'uomo e' l'amore. L'uomo puo' essere amore, se si mette in cammino nell'ardua salita dell'imparare veramente ad amare. E lo e' stato in Gesu', e lo e' parzialmente in chi crede in lui, e lo e' pienamente nei suoi santi. Vuol dire volere che la propria realizzazione sia proprio quella dell'amore, e dell'amore di croce, che ama e solo ama, in ogni condizione, di fronte ad ogni ostacolo, verso qualunque conclusione comporti per se.

Tutto il resto e' una declinazione di questa premessa: amare e solo amare. Ad esempio,

- Amare se stessi
- Amare gli altri
- Conoscere se stessi
- Curare le proprie ferite inconscie derivanti dall'infanzia
- Elevarsi dal proprio naturale stato narcisistico ed egocentrico
- Rispettare delle regole, come buona norma e guida nel cammino di crescita spirituale
- Unirsi agli altri nel cammino spirituale, comune ed unico, formando un'unica Chiesa
- Rinunciare a se stessi, per gli altri
- Vedere il lavoro, nell'ottica globale, come servizio fatto alla societa', per quanto umile e piccolo

2.2 Amare

2.2.1 Se stessi

Amerai il tuo prossimo
come te stesso

Gesu'

Amare se stessi e' fondamentale, cosi' come amare gli altri. Cio' che si impara nel tempo, dalla psicologia e dalla religione, e' che, in realta', tutti pensiamo che gia' ci amiamo tanto, ma invece, non ci conosciamo veramente, non sappiamo amarci, e addirittura in parte, inconsciamente, non vogliamo amarci. Amare se stessi e' sentire come stiamo e, in questo sentire, voler stare bene, accettandoci per come siamo e, al contempo, migliorandoci per essere cio' che e' auspicabile essere e cio' che e' naturale diventare.

Come spiegano Eric Berne ed Alexander Lowen (vedi capitolo 6 pag. 197), in questo mondo difficile, chi piu', chi meno, riceve degli insegnamenti inconsci distorti dai suoi genitori, che a loro volta hanno ricevuto dai loro genitori, e cosi' via. Questi insegnamenti, ci allontanano dalla nostra vera natura. Nei casi piu' estremi, degenerano in psicopatologie. Nei casi comuni, sono insegnamenti accettati dalla societa' in cui si vive, e quindi, nessuno, se non scruta e scava dentro se stesso si accorge che non sono veri. Un esempio, e' la cultura del divertimento del modello Americano, dove chi non

si diverte e' marchiato come strano ed emarginato dal gruppo, e dove il sesso o altre cose serie e che hanno un profondo impatto nella persona, sono considerati come piaceri superficiali.

L'istinto dell'Io e' quello di dire "io ho ragione, perche' sono Io". Se l'Io si allontana dal sentire il se' e gli altri, allora dira' di avere ragione, di essere importante e di avere molto bisogno anche quando questo non sara' cosi'. Se percio' l'Io non si sottopone ad allenamento con esperienze in cui si confronta con gli altri e con se stesso, costantemente e con perserveranza nel tempo, l'Io si cristallizzera', fara' ricorso a soluzioni fuorvianti, e portera' la persona piu' verso la tristezza e la morte che verso la gioia e la vita. Amera' immagini e poteri, personaggi e cose che non saranno al servizio delle sensazioni ed emozioni vere della sua stessa persona e degli altri.

Amare se stessi e' quindi, intanto capire chi siamo e cosa proviamo, veramente, e questo, anche se il nostro Io dice di sapere benissimo chi siamo, cosa vogliamo e se stiamo bene o male, non e' semplice, richiede tempo e tenacia. Riusciti in questa impresa, si potra' conoscere il vero piacere, la vera gioia, ma anche mettersi in guardia dai veri pericoli. Questo piacere e questi pericoli sono quelli che i nostri sogni ci ricordano instancabilmente ogni notte, e che sono troppo difficili da esprimere a parole, e che a fatica il nostro Io durante la veglia riesce a comprendere se non li ha conosciuti, studiati ed attenzionati negli anni. Questo piacere e questi

pericoli, sono quelli veri, che vanno al di là di tutti i desideri e sogni che il nostro Io proietta e promette durante la veglia. Promesse come la posizione sociale o lavorativa, economica o familiare. Noi, in verità, valiamo molti ordini di grandezza in più rispetto a tutte queste cose.

Quando riconosciamo che con nessun nostro impegno, che con nessuna ricchezza o potenza, per quanto grande, riusciremo mai a soddisfare la nostra anima, perché limitati di fronte a qualcosa di illimitato, e quando al contempo riconosceremo il valore di ogni cosa, per quanto piccola, che ci viene incontro o da noi stessi, dagli altri o dallo stesso mondo che sempre disprezziamo, allora cominceremo a metterci in cammino verso il veramente amare noi stessi.

Amare se stessi è legato ad amare gli altri, in quanto, così come il sé è parte del Tutto, anche gli altri lo sono, e non si può veramente gioire se si ama una sola sua parte. Di questo parleremo in seguito.

2.2.2 La non dipendenza dall'esterno

Molte volte pensiamo che la causa della nostra mancata o possibile pace sia un'altra persona. Tuttavia, per quanto un'altra persona possa favorirci od ostacolarci, la pace risiede nel propriamente amare noi stessi. Nel momento in cui ci sentiamo veramente amati, non abbiamo più bisogno di altro. Le altre persone, se ci amano, diventano fonte di una maggiore felicità, ma

non sono la condizione necessaria alla pace. Questa semplice ma difficile verita' e' per lo piu' ignorata da tutti, e le persone se la prendono con le altre persone, per motivi piccoli o grandi, pretendendo che tutti e tutto si conformi alla loro vita, in misura maggiore o minore. Così facendo pero', sprecano molta della loro preziosa energia nel cambiare cio' che non si puo' e non si deve cambiare con la forza (gli altri). Energia che avrebbero potuto impiegare per ascoltarsi, conoscersi ed amarsi meglio, e veramente soddisfare i loro bisogni e sogni. Ed anche se inesperti, gia' averci provato ed esserci riusciti solo un po' avrebbe migliorato moltissimo la loro condizione ed aperto nuovi orizzonti di vita.

Amarsi indipendentemente dagli altri, e' difficile, e a volte doloroso. Questo perche' da bambini impariamo a vivere in dipendenza dai genitori. Per qualsiasi nostro bisogno basta che piangevamo e tutto si risolveva automaticamente. Quando cresciamo la realta' non funziona piu' così, anche nelle nuove relazioni con le altre persone, e questo a volte non riusciamo a capirlo, gestirlo, sopportarlo. Dobbiamo inoltre stare di fronte al nostro narcisismo, che non permette di mettere da parte i nostri bisogni per dare spazio ai bisogni degli altri perche' ci fa vedere e credere profondamente perfetti e di un valore superiore a quello di qualsiasi altro. Quando, invece, siamo dei semplici esseri, con bisogni, difetti, a volte cattivi sentimenti, debolezze e sogni, come tutti gli altri esseri. Dobbiamo stare di fronte al

nostro egocentrismo, che ci fa vedere come il centro di tutto, dove se prima non parliamo di noi stessi, non parleremo ne' faremo parlare gli altri. Solo noi re, gli altri sudditi o nemici se si oppongono ai nostri piani. Sia il narcisismo che l'egocentrismo ci fa dipendere in maniera non sana dagli altri per stare bene. Senza l'altro con il narcisismo non possiamo affermare la nostra immagine elevata di noi stessi. Senza l'altro, con l'egocentrismo non avremo chi si sorbisce le nostre richieste e comandi, o chi prende in carico i nostri piani. Quindi paradossalmente, quando disprezziamo gli altri, per qualche ragione, li', ne siamo piu' dipendenti.

E' inutile dire "io non sono cosi' ", ne' dire "io, irrimediabilmente sono cosi', ed anche peggio' ". La vera domanda e' "l'altro come e' stato con me?". Chiesto questo, facendo introspezione e mea culpa, sicuramente riconosceremo che non siamo perfetti. Il percorso di santita' inizia proprio dalla consapevolezza che non siamo santi, e mai potremmo esserlo in terra. Solo Dio padre e' santo, come diceva San Francesco. Cosa c'entra la santita' con l'amare se stessi? Il rimanere fermi nel proprio essere, e non crescere tendendo alla santita', e' cio' che ci rende dipendenti dall'esterno e da altre persone per ottenere la felicita'. Se rimaniamo narcisi, solo se siamo riveriti dagli altri e rispettati sempre ci sentiremo a nostro agio. Mai saremo liberi di essere cio' che siamo, nelle nostre debolezze, fuori dal coro, e dalle mode e gli usi dei tempi. Se rimaniamo egocentrici, non potremo mai contare sull'aiuto degli altri, e

quando lo riceveremo non lo apprezzeremo, e quando non lo riceveremo considereremo gli altri estranei o nemici. Ad ogni modo, rimarremo deboli. Inoltre, per rimediare, rimpiazzeremo il nostro ego con potenze del mondo, come soldi o tecnologie, con persone che considereremo importanti, come capi, partner, vip e persone che “stanno meglio di noi”. Ma questo non ci permetterà di amare noi stessi, perché saremo schiavi di un altro Io, stando appresso ai suoi problemi. Solo l’Io di chi ci ama e sa amarsi indipendentemente dagli altri, potrebbe servirci, ma solo se saremo disposti ad entrare nella porta stretta e percorrere il cammino difficile della crescita, indispensabile per ricevere il suo amore.

2.2.3 L’Altro

Amerai **il tuo**
prossimo come te
 stesso

Gesu’

Capito come amare se stessi, amare l’altro dovrebbe essere una conseguenza naturale. Infatti, tutto si racchiude nei seguenti versi

Vivo,
 quando sto’ bene.
 Amo,
 quando stai bene.

Tuttavia, facciamo come esercizio quello di declinare cosa vuol dire, un po' nel dettaglio, amare l'altro.

Di norma *siamo* solo per noi stessi. Se amiamo gli altri, pensiamo a loro, ci dedichiamo a loro, *siamo* anche per loro. Le forme, i suoni, le sensazioni e i concetti acquistano un senso per l'altro. Non c'è più solo il nostro corpo, il nostro sé, c'è anche il corpo dell'altro, ciò che lui sente, il suo sé. La nostra anima dà sostanza al nostro sé e al sé altrui, e ci fa stare vicini alle emozioni ed alle sensazioni fisiche nostre e dell'altro.

Noi acquisiamo un particolare significato per l'altro, un significato che può non essere uguale a quello che a nostra volta diamo a noi stessi. A volte ci dà più importanza (ad esempio, una madre), a volte meno importanza. Tuttavia, se veramente *siamo* anche per l'altro, comprenderemo il suo punto di vista. E il suo punto di vista sarà la Sua verità. Se quel suono è per lui dolce, sarà dolce. Non diremo "lui sente quel suono come dolce, ma in realtà è per me un normale suono". Perché, se lo amiamo, ciò che è suo è anche nostro.

Viceversa, l'altro acquista un significato per noi. Se questo è normale, poiché tutti diamo un significato a tutto e a tutti, il divino si raggiunge quando il significato che gli diamo è lo stesso, o migliore, di quello che lui dà a se stesso. Cioè quando quello che vogliamo dall'altro non diventa un obbligo innaturale per lui, quando non pretendiamo, quando lo accettiamo e

soffriamo segretamente per come e', senza emarginarlo dalla nostra vita. Ma possiamo fare di piu', possiamo vederlo migliore di come lui vede se stesso, riconoscendolo a volte come fratello, a volte come figlio, a volte come padre.

Amare l'altro vuol dire risolvere il prima possibile i nostri mali, o quanto meno, smettere di dolercene, per dare spazio alla pace ed al piacere di esistere dell'altro. Non importa quanto saremo bravi o splendidi agli occhi dell'altro. La quantita' di benessere e piacere che l'altro avra' sara' determinata dalla sua storia, da cio' che cerca nella vita, e da quanto noi siamo cio' che lui cerca. Se e' un santo, ringrazierà anche se avra' ricevuto nel concreto poco, se e' in preda alle tempeste della vita disprezzerà la sua vita e di riflesso anche noi, ma proprio perche' la sua vita ha valore, dovremmo amarlo ancora di piu'. Aver presente questo, permettera' di realmente contribuire al compimento del suo desiderio, e non nel compimento di altre cose che non c'entrano, come 1. il soddisfacimento di nostri desideri, 2. il compiacimento di suoi desideri superflui o non autentici, probabilmente per lusingarlo e farci belli ai suoi occhi, o per vederci noi stessi bravi. La coppia desiderio-amore, trascende limitazioni fisiche. L'altro potrebbe essere felice anche solo del nostro raccogliere un fiore, e allo stesso modo, anche solo del fatto che noi desideriamo cio' che lui desidera. Viceversa, l'altro potrebbe non essere mai contento di nulla. Non c'e' limite a cosa possiamo essere, dare e fare per l'altro. L'unico

limite e' l'amore per noi stessi. Ad esempio, se sentiamo troppa fatica, vorremmo interrompere il lavoro che stavamo facendo per l'altro. L'altro non deve alcuna cosa a noi per qualsiasi cosa abbiamo fatto e faremo per lui. Se lo facciamo, e' perche' il farlo ci gratifica, non per secondi fini. Se e' vero che facciamo qualcosa per l'altro e non per noi stessi, non recheremo premi o ricompense.

Ne' nulla e nessuno puo' imporci o allettarci falsamente di amare. Infatti, dovremmo amare solo se veramente stiamo bene con noi stessi¹³, e se veramente capiamo che potremmo non averne alcun guadagno, ne' emotivo, come, ad esempio, quando giochiamo con un bambino non per provare emozioni di gioco¹⁴, che invece il bambino prova, ne' sensoriale, come cucinare e far compagnia all'altro anche se noi abbiamo gia' mangiato. Dovremmo amare solo se riusciamo in primo luogo a stare bene con noi stessi e con gli altri. Raggiunta questa pace, sentiremo una pace anche maggiore nel riuscire a dividerla.

Stare bene con noi stessi, non significa stare bene, in salute, ed in emozioni. Significa, che pur nella tempesta, stiamo andando nella giusta direzione, e possiamo dire "Io sono". Paradossalmente, anche se non stiamo bene in salute ed in emozioni, se non escludiamo l'altro, il desiderio di amarlo, sara' un forte richiamo e

¹³a meno che non ci siano emergenze o urgenze, e bisogna intervenire anche se non ci sentiamo di farlo

¹⁴giacche' un adulto preferisce altre attivita' per svagarsi

motivazione allo stare bene, questo ci dara' speranza, coraggio e forza. E' anche da aggiungere, che la vera forza non e' nel non avere debolezze, difetti e paure, ma nell'amare pur essendo deboli, difettosi e piccoli di fronte a cio' che prospetta la paura.

Possiamo desiderare qualcosa dall'altro. Ma questo desiderio sara' sano e grande e potra' realizzarsi solo se coincidera' con l'amore dell'altro. Se desidero un dolce da un pasticcere che incontro, solo se lui ha piacere di fare un dolce per me potro' gustare un vero dolce. Se non lo ha, per qualsiasi motivo, non sara' la stessa cosa. Potrei 1. proporgli del denaro o alletterlo con altri premi in cambio, 2. andare da un altro pasticcere¹⁵, 3. dire che il mio desiderio e' fuori luogo. Tuttavia, nessuna delle tre soluzioni e' in realta' una soluzione. La vera soluzione e' dire: io ho questo desiderio, ma ho bisogno che anche lui desideri amarmi, fino ad allora il mio sara' un desiderio, non una realta'. Solo cosi', godro' della vita presente e viva, e conoscerò tutti i desideri miei che, inconsapevolmente, io, gli altri e la natura stanno gia' soddisfacendo.

2.2.4 L'inconscio

Molto spesso avremo la sensazione di aver capito come vivere, come amare noi stessi e gli altri, ma poi il giorno dopo, o un'ora dopo, o un attimo dopo, faremo gli stessi sbagli di prima. Anche se abbiamo la consapevolezza di

¹⁵oppure armarmi di forza di volonta' e fare il dolce da me

come dovremmo essere, non lo siamo. Su questo gioca molto il nostro inconscio. Fino a quando non andremo a toccare le corde profonde che vibrando determinano il nostro essere, rimarremo sempre gli stessi.

Il piu' delle volte rifiutiamo le nostre emozioni inconscie perche' dobbiamo vivere nella societa' e vogliamo farci rispettare dagli altri e, soprattutto, per seguire le direttive parentali che abbiamo ricevuto da piccoli e che, a loro volta, i nostri genitori hanno ricevuto da piccoli¹⁶. Così, molte volte andiamo, inconsapevolmente, contro la nostra stessa natura per, impropriamente, uniformarci alla tradizione, alla morale, alle leggi, al gruppo, al partner, con la speranza così di sopravvivere e vivere serenamente. Facciamo cio' giustamente. Non e' essendo trasgressivi, immorali, criminali ed asociali che vivremo meglio. La tradizione racchiude insegnamenti preziosi, la morale norme di convivenza pacifica, le leggi linee guida fondamentali per vivere tutti in un mondo complesso, il rispettare la cultura del gruppo serve a rispettare i singoli che vivono bene in quella cultura e ne traggono benefici, e così facendo imparare anche noi a vivere bene nel gruppo, amare il partner serve a camminare felicemente curando l'affettivita' e l'intimita'. Percio', la cultura della ribellione e della trasgressione, non puo' pienamente risolvere i problemi personali che si hanno con ognuno degli aspetti del vivere elencati. L'unico modo e': 1. capire quali emo-

¹⁶Vedi il concetto del "copione", di Eric Berne in "Ciao e poi..."

zioni non riusciamo a vivere 2. scoprire come viverle ed imparare a viverle nel rispetto e con la collaborazione degli altri. Tutto cio' e' molto difficile, ma e' la vera soluzione, che porta immensi benefici.

Essere a confronto con il proprio inconscio e' difficile. Quando pensiamo, chi ha scelto cosa stiamo pensando? Noi, diremo. Ma in realta', stiamo pensando e basta. Pensiamo e solo pensando poi diventiamo coscienti del nostro pensiero. Quando viviamo un'emozione, chi ha deciso di provare quell'emozione e non altre, altrettanto valide emozioni, che potevamo comunque provare nella stessa situazione? Ad esempio, perche' proviamo rabbia, e non delusione (o viceversa)? Allo stesso modo, chi ha deciso di farci sentire importanti dei bisogni, o desideri, che nello stesso momento e nella stessa situazione altre persone non ritengono importanti? Il punto e' che noi viviamo per lo piu' inconsciamente, *pensiamo, agiamo, siamo* istintivamente. La coscienza e' una piccola parte del nostro essere, dove mettiamo a vaglio quello che stiamo facendo e ci sforziamo un po' a mantenere delle scelte coscienziuse. Possiamo anche sforzarci molto, ma sarebbe un lavoro infruttuoso. La coscienza puo' conoscere molto poco di noi stessi, solo i maestri spirituali dopo una vita passata ad ascoltarsi ed a camminare rettamente capiscono i segreti della loro anima. Nell'atto pratico, soprattutto nella frenesia del mondo moderno, noi non capiamo praticamente nulla. Possiamo avere l'illusione naturale di avere il controllo della nostra vita e di sapere chi

sono stati i colpevoli di eventi avversi, ma nella realta', viviamo costantemente al di la' dei nostri pensieri, dei nostri propositi, del nostro controllo, e cio' non dipende da quanto gli altri siano avversi. In conclusione, la nostra coscienza e' solo un riflesso debole della nostra completa volonta': l'inconscio.

Poiche' noi siamo il nostro inconscio, non basta pensare "voglio essere cosi', piuttosto che cosi' ", ne' fare anche mille azioni verso la direzione scelta. Infatti, non facciamo alcuno sforzo per essere come siamo, che ci piaccia o no, invece, lo sforzo e' infinito nell'essere cio' che non siamo. L'unico modo per cambiare e' cercare i bisogni autentici, inconsci, che non riusciamo neanche a pensare. Non riusciamo a vederli correttamente, perche' altrimenti se avessimo chiare le idee e la visione loro, li avremmo gia' soddisfatti in pienezza con poco sforzo. In questa ricerca, si puo' procedere da soli, a mani nude, ma non si puo' che trovare la psicoterapia come ottimo strumento di conoscenza e lavoro interiore. E' anche da notare, che il lavoro interiore e' diverso dalla matematica e dalla tecnica: li' basta un buon libro, qui bisogna soffrire molto, perche' si intravede che si puo' vivere in maniera enormemente migliore se fossimo diversi, ma non possiamo perche' non lo siamo. Soffrire da soli e' molto piu' difficile rispetto a soffrire ascoltati da chi da' valore e significato alla nostra sofferenza. "Psicoterapia" vuol dire, cura dell'anima, e riguarda terapie realizzate con strumenti psicologici quali il colloquio, l'analisi interiore, il gruppo, ecc.,

per cambiare quei processi psicologici che sono causa di un malessere o di uno stile di vita controproducente, e connotato spesso da sintomi come ansia, depressione, fobie, ecc. (tratto da Wikipedia). La psicoterapia, però, non è solo per chi con fatica vive una vita normale. È strumento efficace anche se si vogliono raggiungere livelli di realizzazione superiori, se si vuole una vita più autentica e piena. È da notare che negli sport, atleti professionisti fanno un percorso di psicoterapia per superarsi. Ad esempio, “Il tiro a volo è uno sport dove l’errore è fatale e si entra in finale per un piattello in più o in meno. Anche un semplice battito di ciglia imprevisto, un pensiero che sfugge, l’emozione di un momento, possono rovinare una prestazione che sembrava perfetta.”¹⁷.

Niccolo’ Campriani campione di tiro a segno, dopo una delusione in un campionato in Cina e alcuni anni di emparse, ha superato dei suoi conflitti interiori con lo psicologo Edward Etzel, e raggiungendo un approccio diverso al tiro, più libero da suoi blocchi, ha vinto i campionati mondiali di Monaco nel 2010, le Olimpiadi nel 2012 e nel 2016.

¹⁷<https://www.igf-gestalt.it/wp-content/uploads/2013/07/Gestalt-Mental-Training-nel-Tiro-a-Volo-BERNARDI-tesi.pdf> “Gestalt Mental Training nel Tiro a Volo. L’applicazione dei principi della Psicoterapia Gestalt nell’allenamento mentale con un atleta del tiro a volo”

2.2.5 L'Io psicologico e Dio

Considera il concetto *Io* in maniera astratta, non strettamente come te stesso, ma come unita' psicologica, unita' presente, in forma diversa, in te e in ognuno. Scientificamente, allora, definiamo Dio come l'Io di Gesu', un Io che da' completa, infinita, pace e gioia all'anima che accoglie il suo amore. Fa questo, tramite solo la pace e la gioia di ognuno e di tutti, che siano amici o nemici. E questo in ogni tempo, luogo e situazione che l'anima vive e affronta. Non fa questo tramite l'infelicit  minima di alcuno o alcuna.

Che un Io possa essere considerato da chi lo ama (da se stesso o da altri) come onnipotente, non e' una sorpresa. Infatti, la mente crea la realta' (vedi appendice 2.5 pag. 2.5). Noi esperiamo una realta' che noi stessi creiamo. Tuttavia, la vera onnipotenza e' quella che da' pace e gioia all'anima propria e altrui. Per questo, solo un Io santo, che crea la vita in se e negli altri, tramite e solo tramite l'amore disinteressato, puo' essere definito come Dio.

Nell'atto pratico, Dio, puo' essere presente in misura maggiore o minore in se stessi e negli altri, a volte di piu' in alcuni momenti e situazioni, a volte di meno in altri, a seconda di quanto l'Io coincide con la definizione data di Dio.

Se in ognuno puo' esserci Dio, ci sono molteplici Dei allora? Anche se sembrano molteplici, essendo orientati all'Amore, tali Io sono concordi ed uniti, e percio', come in una musica note diverse compongono un'uni-

ca melodia, sono un unico Io, e così' come ciascuna membra di un corpo e' sacra, tanto quanto lo e' tutto il corpo, ciascun Io e' Dio, nella misura della sua santita'.

Un Io di norma non coincide tutto con Dio. Dio e' così in parte nei cieli, in parte in terra. Un Io può allora ricercare la sua completa unione con Dio. Infatti, esistendo l'anima con i suoi bisogni e con i suoi "desideri necessari" e' possibile ambire a quell'essere x che la soddisfa e le dà gioia. Questo essere divino x e' ricercabile e concretizzabile in se stessi, e amabile negli altri che lo ricercano e lo concretizzano in loro stessi. Come? Tramite la carità, l'amore disinteressato e gratuito, il grazie per tale amore, e il vivere solo di questo. Tanto più si e' santi, o si ama una persona e tanto più e' santa, tanto più Dio esiste in terra, nella vita. Viceversa, tanto meno si vive tramite l'Amore, tanto più l'essere divino x esiste solo nei cieli.

Lo Spirito Santo e' la parte santa del nostro Io. Che già e' presente in quella parte che ci fa respirare tranquillamente. Questa e' una parte che dà pace (il respiro) e non chiede ne' toglie alcun che' agli altri, mantenendo così la loro pace. Ogni persona ha poi delle doti che portano pace e gioia a se stesse e agli altri, questo e' sempre lo Spirito Santo.

Il Padre e' Dio nella completezza, e comprende la nostra parte santa terrena (Spirito Santo) e la parte che e' nei cieli ed e' ricercabile in terra. Conosceremo il Padre del tutto e saremo uniti a lui, una cosa sola con

Lui, quando saremo santi in terra, o, quando ritonerà Gesu'.

Gesu' e' il Figlio. E' santo e completamente unito al Padre.

Poiche' come abbiamo detto gli Io santi sono concordi ed uniti, possiamo dire che ogni altro santo cristiano nella storia e' stato lo stesso spirito di Gesu' che si e' manifestato in Terra pienamente. Ancora, per quanto un fedele sia peccatore, esisterà una sua percentuale non nulla del suo Io che e' pura ed e' amore, questo e' lo Spirito Santo. Così, Gesu' risorge in chi crede in lui, nel suo amore, e prende con se la croce della santità'.

Se tutti i santi hanno lo stesso spirito, che tra l'altro e' lo stesso di quello di Gesu', perche' solo Gesu' e' Dio? Dio, come già detto in precedenza e' la realizzazione nella santità' dell'uomo. Gesu' e' stato un uomo che si e' realizzato in un particolare modo, ovvero tramite l'amore caritatevole. Tutti i santi si sono realizzati nello stesso modo, tuttavia, il modo migliore per affermare qual'e' questo modo in cui si sono realizzati e' semplicemente dire che si sono realizzati nel modo di Gesu'. Dio e' sempre lo stesso, non cambia faccia, anche se cresce la moltitudine di santi che lo adorano. Per cui, il dio di ogni santo, e' sempre il dio di Gesu', ovvero Gesu' stesso.

2.2.6 Uomo \neq Dio, ovvero perche' non *dobbiamo* essere Dio

Prima si e' detto che Dio e' il limite dell'uomo all'infinito del suo amore, e che "un Io di norma non coincide tutto con Dio". Quindi, Dio padre, che e' immagine del limite infinito, dell'essere che e' tutto Amore, e' un essere superiore e l'uomo un essere inferiore. Questo e' un modo di vedere le cose al negativo. Un altro modo e' diametralmente opposto: Dio ci ama per come siamo, non solo quando siamo santi e sublimi. Ci ama quando siamo piccoli, semplici, uomini onesti, ma anche quando siamo deboli, e il nostro cuore e' contrito per cio' che di sbagliato abbiamo commesso. Ci ama per quello che siamo, e siamo uomini, non Dio. La santita' e' certamente un richiamo e vocazione per tutti gli uomini, ma e' come quando nel lavoro si lavora con gioia e passione, e non per costrizione. Alla base di tutto, il valore di ciascuno e' la sua stessa esistenza, indipendentemente da quello che ha voglia di produrre di buono o bello.

Tutto questo spiega perche' e' buono che valgano le seguenti affermazioni:

1. di per se' un uomo non e' Dio;
2. a volte un uomo puo' essere ispirato, sentirsi chiamato e puo' servire Dio in un particolare modo, in un particolare momento (nella dottrina si dice e' lo Spirito Santo che agisce);

3. un uomo puo' sentirsi sempre piu' chiamato dallo Spirito Santo, fino ad esserlo totalmente (la santita').

2.2.7 Note dottrinali

Se per come e' stata esposta sopra la definizione di Dio che risiede in un essere umano, sembra che infrango la dottrina della Chiesa, che ben distingue l'Io di un uomo da Dio, e, invece, chiama cio' che e' superiore con altri nomi, ad esempio, non dice che e' l'uomo ad agire, ma lo "Spirito Santo", devo spiegare che presto fede alla cultura dove sono cresciuto, e il mio obiettivo e' proprio quello di scomporre cio' che e' divino nei suoi ingredienti materiali: uomo, io, crescita, ego-centrismo, narcisismo, amore. Cio' non toglie nulla al Discorso. Anzi, chi ha fede nell' "analisi delle cose", trovera' maggior forza e chiarezza, nel leggere a chiare lettere la Via di Gesu', senza mistica o richiami soprannaturali. Questo mio approccio, nasce dal desiderio di dare una forma scientifica, e moderna al concetto reale di Dio, una forma piu' in linea con l'autodeterminazione dell'individuo, che e' cara alla cultura attuale. E' da precisare anche che non e' l'Io in se' che e' lontano da Dio, o che e' intrinsecamente "cattivo", altrimenti non esisterebbe alcuna storia di santificazione. E' tuttavia verissimo che nessuno e' santo, e se lo diventa non e' per sua volonta', o quantomeno, non per sua volonta' egoistica o di gloria personale. Ancora la Chiesa non

e' interessata ad esplicitare verita' formali, ma verita' di fede. Seppur l'essere umano e' un animale razionale, e' anche un animale istintivo, con sentimenti, paure, e desideri. La razionalita' e' solo uno strumento nell'arsenale dell'essere umano. La fede e' un altro strumento. A volte risulta piu' grande l'uno, a volte l'altro, ma di certo, se un uomo e' capace di usarli entrambi, andra' piu' veloce verso Dio.

E' anche piu' importante camminare che disegnare minutamente, razionalmente, la meta, senza muovere un passo. Percio': non dire sono Santo, siilo! Con tutte le tue forze, la tua anima e mente, sii quanto piu' Santo tu possa essere! E metti da parte il tuo egoismo e narcisismo. Non pensare ad essere Santo, o parlare a nome di Dio, per vana gloria. Siilo per dissetare l'anima di chi ha bisogno. E dissetatolo, non dirai "sono stato Dio", ma gioirai della sua anima serena.

Inoltre: fidati dei ministri della Chiesa che con tutto il cuore, l'anima e la mente, si dedicano alla santita' di Gesu', e solo di quelli cosi'. In loro troverai una reincarnazione dello Spirito di Gesu'. E nelle comunita' sane, guidate da loro, potrai camminare insieme ad altri, piu' semplicemente e leggermente nel cammino comune di fede verso Dio, e sarai salvo dal pericolo inevitabile dell'autoreferenzialita'.

Infine, Dio si trova anche nei non praticanti, in quelli lontani dalla forma della Chiesa, ma che anelano ad un cuore puro e generoso¹⁸.

¹⁸Vedi vangelo secondo Marco cap. 9 versetti 38-40

2.3 La ricerca di se stessi e di Dio

Affrontare un percorso di crescita interiore, serve per qualsiasi fine. Ad esempio, migliorare e diventare piu' bravi nell'amore, nella famiglia, o nella scienza, nell'arte, nel lavoro, nella societa', nel proprio gruppo di amici. In generale, serve per migliorare.

Perche' migliorare? Non sono gia' abbastanza per quello che sono? Se c'e' qualcosa che non mi piace della vita, il lavoro o la disoccupazione, la solitudine o la centrifuga di troppe relazioni e contatti, l'essere legati ad un partner o il non approfondire mai una relazione, la sessualita', il non essere riconosciuti, l'ingiustizia, ... Se c'e' qualcosa che ci fa soffrire, allora c'e' spazio di miglioramento.

Quando vediamo il male in qualcosa, in realta' stiamo proiettando una nostra sofferenza in un'entita' esterna. Anche quando soffriamo perche' altri soffrono. Se ci prendessimo pienamente cura di noi stessi, non esisterebbe il male in niente. Se ci prendessimo cura della sofferenza che empaticamente abbiamo per la sofferenza altrui, pure smetteremmo di soffrire. Prendersi cura vuol dire fare qualcosa che crediamo valida, e se materialmente impossibile, comunque dare pieno spazio e sviluppo ad i nostri sentimenti, ad esempio tramite preghiere. A seconda della situazione e di come e' l'altro, anche lui guarirebbe un po' o molto.

Ma non siamo nati con il cervello già programmato¹⁹. Amare se stessi e gli altri è un'arte che si impara strada facendo, e come ogni arte richiede tempo e dedizione. È un'arte a scopo di lucro, che fa vivere meglio se stessi e gli altri. Per questo motivo "migliorare" è importante. Come? In principio, è un gran casino. Ci possiamo fare male e romperci qualcosa, abbiamo paura, gli altri ci danno fastidio, siamo insoddisfatti e ce la prendiamo con gli altri di questo. Tuttavia, basterebbe "camminare naturalmente e respirare"²⁰ per essere contenti e per essere in grado di rendere contenti gli altri. Essere felici della vita, qui ed ora, essere appagati di semplicemente stare respirando in buona salute, fisica e psichica, capire che questo è il bene più grande e dividerlo tutto.

La condivisione è la porta che conduce a Dio. Dio è amore puro, totale e incondizionato, per ogni essere vivente, e quindi per noi stessi e per tutti gli altri. Essere amore per se stessi e gli altri è difficile. In principio sembra banale: basta mettere da parte il proprio io, noi stessi, ed impegnarsi, sforzandosi, per se stessi e per l'altro. Tuttavia, dopo poco si ci stanca, e se si continuasse a farlo meccanicamente, o "professionalmente" come si dice nel mondo del lavoro, cioè sarebbe barare tanto quanto prendersi delle pillole per non sen-

¹⁹addirittura all'inizio i neonati non distinguono neanche le forme e, in pratica, è per loro tutto un miscuglio psichedelico di cose mischiate fra loro. Poi la loro rete neurale, si evolve e comincia a creare forme, colori, etc...

²⁰Vedi Alexander Lowen, *Il Piacere*

tire lo sforzo in una gara agonistica. Il vero amore e' la carita', e la carita' non nasce da un obbligo esterno imposto da noi stessi o da altri. Nasce da una piena, propria, realizzazione, da un profondo soddisfacimento che vogliamo condividere. Piuttosto che forzare l'ego, anche se a fin di bene, e' piu' piacevole e proficuo ascoltare, essere aperti e chiari, voler bene, piuttosto che forzare, imporre, svalutare, provocare noi stessi e gli altri. Non importa se si e' nel giusto. Le maniere forti sono piu' facili, e sembra che danno risultati immediati, ma allontanano, deludono, e feriscono. Sopportare lo stress, non sfociando nell'aggressivita', mantenendo la comprensione propria o dell'altro e' piu' difficile, ma da' risultati migliori e piu' duraturi. Infatti, la vita e' la ricerca costante del piacere e la minimizzazione del dolore. Quindi, chi parla il linguaggio del piacere, parlera' il linguaggio della vita. Non c'e' pericolo di sedurre falsamente con belle parole, perche' come dice Oscar Wilde nella favola dell'Usignolo e la Rosa²¹, "il vero amore e' silenzioso". Bastano poche parole, in un lungo e piacevole silenzio. La vita e' come camminare in un campo verde e vastissimo, con bei fiori. Se ce la prendiamo con noi stessi o con gli altri, e diciamo: "qui non c'e' niente, corri, affaticati per trovare fiori!", correndo e affaticandoci raccoglieremo piu' prontamente molti fiori, ma tutti quei fiori avranno perso i loro colori vivaci e luminosi. Se, invece, camminiamo contemplando il campo, e quando il Vento dolcemente lo

²¹Oscar Wilde, "Il principe felice e altri racconti"

suggerisce, cogliamo un fiore illuminato dal Sole, vedremo meraviglie, e quando il vento non soffierà' e il Sole mancherà', sicuri che Dio e' con noi, non dispereremo. E quando il sereno ritornerà', gioiremo di nuovo.

La ricerca di Dio, consiste nel migliorare con pazienza e senza sforzo nel tempo, sia materialmente (lavoro, salute, ...), sia psicologicamente, e condividere il piu' possibile il benessere e la conoscenza derivante con tutti. Si puo' vivere nella grazia di Dio in terra, l'anima puo' avvicinarsi ed essere toccata da Dio. Si puo' fare, lavorando incessantemente sul proprio Io, rimpicciolendolo dove e' sovrabbondante e portandolo ai suoi limiti dove e' carente, purificandolo da desideri e tendenze che lo allontanano dalla meta, che in realta', soffermandosi, puo' riconoscere di essere superflue.

Chi si mette alla ricerca di Dio, pratica cio' che impara o pensa o crede, nel rispetto degli altri, nella continua ricerca, auto-critica. Fa' tesoro dei consigli, comodi o scomodi, di chi lo vuole bene. Dopo aver riconosciuto chi e' piu' bravo di lui, impara dai suoi aspetti positivi. Degli aspetti negativi degli altri, riconosce che lui stesso li ha, cerca sempre di migliorarli in lui, e quando molto tempo dopo sara' maturato, condividera' le sue soluzioni agli altri, esortandoli ad una via piu' luminosa. Fa' ricorso quando serve a chi e' piu' esperto di lui: genitori, zii, nonni, filosofi, ministri di Dio (preti, suore), psichiatri/psicologi di professione. Infine, frequenta una o poche comunita': associazioni culturali, sportive, centri sociali, parrocchie, ambiti lavorativi.

Un luogo dove si trova a proprio agio e dove si puo' slanciare con nuove sfide, e dove le attivita' sono la moneta con cui si interagisce con gli altri, dove cosi' nascono naturalmente relazioni interpersonali e si ha il privilegio e l'opportunita' di stare con propri simili. Solo amando anche gli altri si puo' migliorare nell'amare se stessi (e viceversa).

Questo e' il percorso verso Dio. Si puo' fare da soli. Si puo' fare amando ed essendo amati dal proprio partner, amando ed essendo amati dai propri figli, amando ed essendo amati dal proprio maestro spirituale. Richiede, tempo, pazienza, tenacia e tutte le proprie capacita', anche quelle che non sappiamo di avere. E' un percorso epico, e tutte le imprese umane non sono che una metafora di questo percorso. E' difficile sentirsi "arrivati" alla fine di un tale percorso. Per ogni passo, la strada si apre nuovamente con mille passi in piu' da poter percorrere, sognare, conquistare. Ma per quel poco che si sara' percorso, si ci sara' sforzati molto, si ci sentira' molto contenti, e si guardera' indietro sentendosi diversi.

2.3.1 La preghiera

La preghiera e' l'Io che si mette in discussione, in dialogo con Dio. Come nei momenti di crisi, in cui tutto il nostro essere e' messo in discussione per necessita', cosi' nella preghiera, il fedele si mette totalmente in discussione, rievoca in lui emozioni abbandonate, spegne

forze interiori infruttuose ed, al limite malevoli. Orchestra le sue varie parti, gli rida' vita ed unita', e lui stesso rideventa vivo ed uno. Infine, prova a lanciarsi nel tendere verso l'unione con Dio, e a fare un passo in avanti.

Nella preghiera, fatta anche con altri o per altri, l'Io lascia l'anima sua e altrui libera e si pone in ascolto. In questa dimensione, un'anima puo' fare chiarezza per se stessa ed esprimere, con speranza e fiducia, i suoi bisogni e desideri. L'Io, in unione con Dio, ascolta, non giudica e comprende l'anima, e potra' in futuro attivarsi e spendersi per lei.

2.3.2 Sull'istituzione religiosa

La Chiesa e' la palestra dell'anima. Un luogo dove si parla di amore, e lo si pratica, allenandosi, in proprio e con gli altri, nei vari gruppi offerti dalle parrocchie. Così' come le vere palestre, alcune piacciono di piu', altre piacciono di meno, ma cio' nonostante, non esiste luogo alternativo alla Chiesa dove si parla esplicitamente di Amore, inteso in senso non egoistico, e dove coscientemente lo si studia, pratica e ricerca.

Le chiese Cristiane, hanno come riferimento la figura di Cristo, ed i loro ministranti (preti, suore, monaci, ...) assumono la responsabilita' di essere suoi discendenti, imparando da maestri che a loro volta hanno imparato da precedenti maestri, e così' via fino agli apostoli, per poi giungere a Cristo, primo, originale

maestro. Il loro compito e' quello di tendere alla stessa santita' di Cristo, e quello di accompagnarci nella stessa direzione, nel corso della vita.

Perche' la Chiesa cattolica e non un'altra? Le istituzioni, in generale, cosi' come ogni prodotto e servizio umano, sono imperfette. Per capirne le ragioni, basta pensare che gia' e' difficile per i "capi di famiglia", i genitori²², gestire due o tre figli, e allo stesso modo e', in vari momenti, difficile per i figli sopportare i propri capi. Allora, sicuramente e' difficile per una persona curare una parrocchia a cui appartengono almeno un centinaio di persone, ed e' difficile per poche persone²³ curare un'intera citta'. E, viceversa, e' difficile per un singolo relazionarsi con la "macchina" che porta avanti l'istituzione, dato che il singolo non puo' essere curato personalmente in maniera approfondita e totale. Il singolo e' uno tra le centinaia degli altri singoli che hanno bisogno di attenzione e di avere le proprie preferenze, aspettative ed urgenze prese in esame nella loro particolarita' ed individualita'.

Cosi' come ciascuno di noi, pur essendo imperfetto, ha dentro di se un'essenza e parte divina, anche le istituzioni, prodotto umano, hanno una parte di se che e' a servizio dell'uomo, che e' utile e meravigliosa. Questa parte va ricercata nella terra, e trovata, conosciuta, apprezzata. D'altro canto, le istituzioni sono necessa-

²²qui si da' una descrizione sul negativo per stressare le difficolta' dei vari ruoli

²³si intende i ministri religiosi di piu' alto livello gerarchico

rie, per potersi fidare di persone e ruoli ufficiali, standardizzati e certificati, per non cadere preda di truffe create da persone che, improvvisandosi, mettendosi un bel vestito e adoperando eccellenti strategie di marketing, poi, come sciacalli si avventano sulla fortuna delle persone senza curarsi della loro sorte²⁴. Quindi, e' facile lamentarsi di un'istituzione, perche' si ci aspetta grandi cose da lei, come se fosse incarnazione di Dio padre onnipotente, ma tuttavia si ottengono risultati molto umani e a volte deludenti. Solo da Dio possiamo aspettarci risultati propri di Dio. Non per questo gli ospedali sono inutili, le forze dell'ordine, le scuole e cosi' via. Sono ognuno una macchina a servizio di Dio, per quanto imperfetta e umana. Allo stesso modo la Chiesa Cattolica.

Tutto quanto detto e' una visione macroscopica delle istituzioni, e della Chiesa. A livello microscopico, bisogna cercare. Partendo dal proprio quartiere, da eventi di divulgazione rivolti ai giovani o tematici, da ritiri, ma anche da personaggi o luoghi famosi anche se piu' remoti e distanti da un rapporto personale. Bisogna cercare per trovare delle persone ed una comunita' con cui uno si trova bene²⁵. Se si e' mossi da un autentico spirito di ricerca e di fratellanza con gli altri,

²⁴vedi, ad esempio, tutti i "maghi" che hanno truffato molte persone proponendo cure miracolose

²⁵Nella mia esperienza, ho trovato un buon ambiente nel gruppo del Rinnovamento nello Spirito Santo e delle Suore Carmelitane Messaggere dello Spirito, ed in una parrocchia di un quartiere confinante al mio.

si vivranno momenti piccoli ma unici e si condivideranno emozioni con la fiducia di essere rispettati ed ascoltati. Ogni rito, inoltre, se eseguito con fede, sarà espressione di ciò che ognuno ha dentro di sé, e non di ciò che l'uomo invanamente cerca fuori da sé (superstizione). Infine, poco importeranno le sottigliezze come il dire che una legge formale è giusta rispetto alla propria cultura o meno. Nessuno in una comunità sana obbligherà a rispettare alcuna legge interiore. Non importerà stabilire se la Terra gira intorno al Sole o viceversa, quando ciò che si starà insieme cercando, nelle profondità del proprio essere, è molto più importante.

Per quanto riguarda i ministri religiosi, esistono persone che hanno scelto di servire e lavorare per la Chiesa per seguire una vocazione autentica. Tra esse ci sono persone in gamba, che nel mondo normale, se lo avessero seguito, avrebbero trovato successo. Anche se non si ha il privilegio di trovarle, una già basta per quantomeno rispettare un'intera istituzione. Infatti, loro credono nella Chiesa.

Se poi, si riconoscono i valori di un'istituzione, ma non si trovano persone valide, allora siamo noi stessi che dobbiamo scendere in campo per difenderli. Se, poi, riconosciamo che una regola o legge deve essere cambiata, allora dobbiamo prenderci la responsabilità di promettere a noi stessi e agli altri che come pensiamo noi condurrà alla felicità e alla serenità. E quando le nostre promesse avranno portato danno, dobbiamo

accogliere le colpe e le punizioni che ci verranno inflitte dalla vita e dagli altri. Tutto questo Gesù l'ha fatto, e così facendo ha cambiato la Chiesa dei suoi tempi. Inoltre, questo è l'unico modo di procedere: se un'istituzione nasce da sani propositi e da persone valide, ma poi si corrompe nelle generazioni, è fuorviante creare un'istituzione sostitutiva, succederà nel tempo la stessa cosa. Invece, vanno individuate le cause della corruzione, e combattere per curarle.

2.3.3 Sul peccato e sul perdono

Il peccato è ogni errore che nasce dal non essere centrati nell'amore caritatevole. Il perdono totale, introdotto da Gesù, riconosce che l'uomo non nasce perfetto, e che la santità è un cammino, una ricerca, fatta di errori e cadute. In altre parole, riconoscere il "peccato" e il "perdono", vuol dire porre l'uomo in un cammino di crescita interiore, che ha come meta Gesù, Dio fattosi uomo.

2.3.4 Sulle leggi della religione

Ogni legge di una religione ha un suo senso, se si è disposti a comprenderlo. La cultura moderna occidentale, ha tanto criticato le leggi della religione, tuttavia se non si fa uno studio serio delle varie questioni, le critiche diventano superficiali, perché ignorano il senso originario, naturale e sano di tali leggi.

Le leggi sono linee guida per non fare errori grossolani. Non sono la meta, che rimane Dio. Gesù stesso esce fuori le linee guida della legge del suo tempo, non per interesse personale, ma sempre per fare del bene a tutta la comunità, e ad ognuno della comunità. Fatti emblematici sono quelli delle guarigioni fatte di Sabato²⁶. Tuttavia, bisogna essere umili, e non cadere nell'illusione del perbenismo moderno, che con la formula "sono una persona per bene", ci autorizza poi ad esprimere giudizi morali e di vita a nostro arbitrio. I saggi del passato, impiegavano un'intera vita per capire la vita, ed anche se non disponevano della scienza e dell'istruzione moderna, sicuramente era andati molto in profondità nello studio dell'anima e nel prodigarsi per gli altri. Quindi, i loro contributi, rimangono classici, e sempre attuabili, se letti nel loro senso umano e riconoscendo l'intenzione di far del bene.

All'osservazione "io sono una persona per bene, non ho bisogno di prodigarmi nella via spirituale", bisogna rispondere così: una propria tendenza non sana, anche se mai espressa, verra' espressa quando saremo messi

²⁶<https://bibbiaedu.it/CEI2008/nt/Lc/14/>

<https://bibbiaedu.it/CEI2008/nt/Lc/13/>



alla prova, e li' non potremo dominarla. Ad esempio, se uno studente ha l'abitudine di trovare trucchi e sotterfugi per non studiare fino in fondo le sue materie, e cosi' sopravvive fino alla fine dei suoi studi, anche se non sta' facendo nulla di male a nessuno, se non a se stesso, quando poi si trovera' nel mondo del lavoro, e dovra' attenzionare fino in fondo una sua mansione, si trovera' in seria difficolta'. Oppure, chi sta' con gli amici solo per trascorrere momenti superficiali, senza mai aprirsi veramente, nell'andare del tempo si ritrovera' solo. O chi e' abituato a prosperare tramite favori, quando poi assumerera' una posizione di responsabilita' nel lavoro, sara' fortemente tentato a scendere a patti con metodi corrotti. E' anche vero che una persona forse non assumerera' mai ruoli cosi' seri da dover richiedere una integrita' assoluta, tuttavia, la ragione del tendere alla santita', nasce dal fatto che la vita propria ed altrui ha un valore infinito, e cio' rende una necessita' riuscire a difenderla e lodarla tendendo alla perfezione.

Le leggi sono una linea guida per non commettere errori che comporteranno riparazioni dolorose, o che saranno irreparabili. Questo soprattutto nell'affrontare situazioni emotive, affettive e sociali di cui non siamo pratici e di cui non abbiamo sufficiente esperienza e conoscenza per prendere delle decisioni istintive.

La legge invita a rimanere su dei binari e sprona a crescere, a maturare lo spirito della legge per poter essere non piu' schiavi di essa, ma liberi e consapevoli.

Se e' vero che le leggi hanno un senso, bisogna anche essere tolleranti e comprensivi. Infatti, rispettare anche una sola legge e' un grande traguardo, ma l'errore piu' grave e' imporre a se stessi o ad agli altri di raggiungere tale traguardo. Se si rispetta la legge con l'obbligo e non con un proprio senso di dovere, allora sara' peggio di non averla rispettata. La Pace della religione si raggiunge attraverso il libero arbitrio, la fiducia e impegnandosi, sbagliando e poi colto l'errore e le sue conseguenze, rialzandosi ed ancora con fiducia impegnandosi.

Chi ha mille volte peccato, ma poi ha ascoltato la voce del Signore e ripreso con pentimento, con speranza e decisione il cammino, e' perdonato da Gesu'. Ma non come abbuono, o perche' il Cristianesimo e' una religione che lascia passare, ma perche' chi e' pentito, nonostante il peso di quello che si porta dentro e che riconosce sua colpa, nonostante non potra' mai piu' vivere la vita felice che poteva vivere se non avesse commesso l'errore compiuto, trova la forza di dire a se stesso ed al mondo intero "ho sbagliato", e di accettarne le conseguenze.

2.3.5 Dall'esterno verso l'interno

In questo paragrafo riassumiamo tutto quanto fin'ora detto in questo capitolo.

Con serenita', lasciamo per un momento ogni proposito come se fosse realizzato, e osserviamo tutto cio'

che puo' essere osservato e con cui, almeno con l'immaginazione, possiamo interagire. Questo tutto e' una cosa sola. "Tutto" include ogni cosa, quindi, non c'e' niente oltre al tutto. Questa cosa, nel complesso, cambia. *Prima* e' in un modo, *dopo* e' in un altro modo. Nella piu' assoluta generalita', possiamo immaginare come se cambiasse di colore. La tavolozza dei colori possibili ha una gradazione infinita, cosi' che puo' cambiare in infiniti modi. Ogni volta che cambia, diciamo che e' passato del *tempo*. Cambia da colore a colore, non a caso, ma seguendo una regolarita'.

La prima regolarita' e' questa: il tutto e' divisibile, si puo' pensare composto da una molteplicita' di elementi indivisibili: gli atomi²⁷. Quanti sono? Sono molti o pochi? Non c'e' motivo di dire "pochi" o "molti", quanti atomi sono e' semplicemente un numero: 10^{80} , 10 elevato ad 80, ovvero 1 seguito da 80 zeri, cioe' cento milioni di miliardi di miliardi di miliardi di miliardi di miliardi di miliardi di miliardi di miliardi. Ora questo numero non e' ne' tanto spaventevole, ne' tanto affascinante. Infatti, la Natura non ha il concetto di proporzioni umane, di poco o molto. Siamo noi, nella nostra esperienza che diamo una proporzione alle cose, e diciamo "quella scala ha molti gradini, sara' faticosa salirla". I tantissimi atomi non esistono in proprio ne' per fare qualcosa di bello, ne' di opprimente. Concludiamo il discorso dicendo che il numero di atomi e' calcolato dagli scienziati con metodi ed esperimenti

²⁷o piu' precisamente, le *particelle*

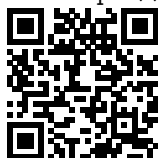
molto raffinati, basati sulla traiettoria delle stelle, delle galassie, sul colore delle stelle, e tanti altri parametri.

La seconda regolarita' e' che ogni atomo ha una *posizione* e una *velocita'*. In genere pensiamo a qualcosa *posto* dentro *qualcosa*. Cio' in cui sono posti gli atomi, sia chiamato *spazio*. Se l'atomo si trova in una posizione P , la velocita' e' la sua intenzione (o l'intenzione della Natura), di essere in una posizione Q nel tempo successivo. Ad esempio, se $P = 0m$, punto di partenza, e dopo un secondo si trova a $Q = 1m$, un metro di distanza dal punto di partenza, allora la sua velocita' e' stata di un metro al secondo: $1m/s$.

Se consideriamo le posizioni e le velocita' di tutti gli atomi come un singolo oggetto (matematico), chiamato *configurazione nello spazio di fase*²⁸, e assegnamo un colore distinto ad ogni configurazione distinta, allora capiamo la prima frase "...esiste solo una cosa. Questa cosa cambia di colore in colore...".

Infine, esistono altre poche regolarita': la forza nucleare forte, debole, la gravita' e l'elettromagnetismo. Che descrivono come si muoveranno gli atomi nel tempo. Ad esempio, se due atomi carichi positivamente sono vicini, allora si allontaneranno.

²⁸https://en.wikipedia.org/wiki/Phase_space



E noi? Siamo come le stelle: formazioni naturali, spontanee. Rispetto alle stelle, eccelliamo in complessita': abbiamo milioni di cellule, di diversi tipi, che gia' di per se' complesse, formano organi ancora piu' complessi, ognuno che soddisfa una regolarita': il cuore pompa il sangue, il fegato lo purifica, i polmoni assorbono ossigeno, etc...

La cosa piu' difficile da accettare e' questa: non c'e' niente e nessuno che dirige o vuole la sintonia con cui lavorano i nostri organi e gli organi degli altri. Potremmo dire che noi stessi lo vogliamo, tuttavia, non completamente. Per ferite psicologiche subite nell'infanzia, che forse neanche sappiamo di avere e per errori commessi nella vita e per i loro conseguenti traumi, neanche noi stessi vogliamo completamente, in maniera perfettamente sana, la vita per noi e per gli altri. A volte scegliamo la vita, a volte la morte, in maniera inconscia o conscia. La fede afferma che l'unico che ci ha amato completamente e' Gesu', perche' lui era santo, fin dalla nascita. L'unico che ci puo' amare completamente e' il Suo spirito che ci ha lasciato in eredita', se noi gli diamo spazio e lo coltiviamo in noi stessi. Se non amiamo, *la vita e' materia che si aggrega, trasforma, disgrega continuamente, meccanicamente, senza alcuno scopo o volonta'*. Se amiamo, se facciamo nostro l'amore e lo coltiviamo, la vita diventa poesia, piacere, a volte dolore -per il forte desiderio del piacere fin'ora vissuto e che sembra svanito-, combattimento per il ristabilimento del piacere, e ancora poesia.

Così, se ami, come Gesù, decidi di che fartene di tutti quei 10^{80} atomi e di tutte quelle cellule, quel sangue, muscoli e nervi che formano le anime di chi ami (compreso tu stesso / te stessa)²⁹, e al contempo, allo stesso modo e' chi ti ama come Gesù che decide per loro. Se e' "amore" nel senso classico, allora queste decisioni porterebbero al Bene. Gli effetti di queste decisioni, saranno sottili ed invisibili, ma saranno cio' che alimentera' veramente la Tua vita.

In questo Universo d'amore, allora, alzandoti presto la mattina, potrai dire "sorgi Sole, riscalda le nostre membra", e un'intensissima fusione nucleare illuminerà il cielo con raggi di luce che riscalderanno senza bruciare.

2.4 Procedimento assiomatico

In questo paragrafo, procederemo in maniera semi formale, come se stessimo dando un modello matematico di tutto quanto esposto fino ad adesso. Questo, sia per poter essere piu' precisi in alcuni aspetti, sia per puro piacere artistico. Questo paragrafo, con i suoi sottoparagrafi, non e' necessario, e chi vuole lo puo' tranquillamente saltare.

²⁹l'anima e' vista non come cosa incorporea, ma come un tutt'uno con il corpo. Non c'e' anima senza corpo, ma anche corpo senza anima! Il corpo e' in se' una cosa morta, e' l'anima e' cio' che lo rende vivo. Ma, in vita, l'anima, non puo' essere intesa come distaccata, separata, anche di un solo atomo, dal corpo

Cio' che definisce, consciamente o inconsciamente, cio' che e' piacere e cio' che e' non-piacere (dolore), sia chiamato "anima".

Cio' che desidera, consciamente o incosciamente, che l'anima provi piacere e non dolore, sia chiamato "animo" o "spirito".

Diremo che un'anima e' "empatica" quando essa, come parte di se stessa, include l'anima altrui. E quindi, il piacere e il dolore altrui e' piacere e dolore suo. Osservazione: questa definizione non e' simmetrica! Se un'anima A e' empatica verso un'anima B, non e' detto che B sia empatica verso A. A potrebbe amare B senza essere amata da B.

Osservazione: un anima A, empatica verso un'anima B, include B come sua sottoparte, tuttavia, ancor meglio si deve presupporre che A smette di essere A e che diventa una nuova entita' che comprende come sottoparti il *se'* e l'*altro*. Questa nuova entita' si puo' indicare con $A+B$.

Diremo che A "ama" B quando l'anima di A e' empatica con B, quando l'animo di A desidera che $A+B$ provi piacere e non dolore, e quando A spende se stessa per realizzare questo desiderio. Per la precisione, non si puo' parlare di A che ama B, ma piuttosto di $A+B$ che ama B.

In generale, se un essere A ama molteplici esseri, scriveremo l'unione $\mathcal{A} = A_1 + A_2 + \dots$, dove ogni A_i e' un essere dell'unione.

Se A ama B , ma non vicesa, si hanno due unioni, quella di A e quella di B e vale $\mathcal{A} \supset \mathcal{B}$ (nota³⁰). Ovvero, cio' che B ama lo ama A , ma non viceversa, e quindi $\mathcal{A} \neq \mathcal{B}$. Se B ama pure A , allora ogni unione contiene l'altra e $\mathcal{A} = \mathcal{B}$ e quindi si parlere' di un'unica anima.

In questo caso, la loro anima e' distinta ma equivalente. Ognuno pero' la vive dal proprio punto di vista. Dal punto di vista di A , l'anima la indichiamo con \mathcal{A}_A e definiamo $\text{self}(\mathcal{A}_A) = A$ come il *se'* di \mathcal{A} , mentre un qualsiasi essere dell'unione e' chiamato *altro* per A . Viceversa, dal punto di vista di B , si ha $\text{self}(\mathcal{A}_B) = B$.

Molte volte parleremo solo di $A+B$, ma quanto detto si potra' estendere automaticamente anche ad una unione qualsiasi $A_1 + A_2 + \dots$.

2.4.1 L'anima come insieme di eventi positivi

Inizialmente, abbiamo posto come principio il fatto che un'anima A_i stabilisce cosa e', per lei stessa, il piacere e cosa il dolore. Questo si puo' modellizzare pensando che A_i sia un insieme di eventi, come nella probabilita'. Ad esempio, $p \in A_i$ potrebbe essere l'evento p ="domani fara' bel tempo". A_i e' l'insieme di tutti quegli eventi, presenti, passati e futuri, che procurano non dolore all'anima. Diciamo "non dolore" piuttosto che piacere,

³⁰E' l'inclusione insiemistica, \mathcal{B} e' incluso in \mathcal{A} quando ogni elemento di \mathcal{B} e' un elemento di \mathcal{A}

perche', oltre agli eventi che generano piacere, anche la negazione degli eventi che generano dolore per A_i devono essere inclusi in A_i . Ad esempio, l'evento "correndo non inciampo e cado" e' da essere incluso in A_i .

2.4.2 L'animo

L'animo $\text{spirit}(A_i)$ e' un'entita' che ha il fine ed il solo fine di realizzare tutti e soli gli eventi di A_i . Un approccio dell'animo di realizzare un evento, si puo' chiamare *desiderio* di A_i . Se l'evento e' il *cosa* realizzare, un desiderio e' il *come* realizzare. L'analogia con l'informatica, e' una *funzione*, che stabilisce cosa si vuole fare, e l'*algoritmo* che stabilisce come implementare tale funzione. Poiche' l'essere A_i non e' perfetto, un suo desiderio non e' sempre un modo perfetto di realizzare l'evento desiderato. A volte inoltre, un desiderio e' completamente mal posto, e potrebbe anche realizzare la negazione dell'evento voluto. Con l'analogia informatica, un desiderio e' da pensare come una *macchina di Turing*, che A_i , nelle migliori delle sue facolta', crede realizzi la funzione voluta, ma che non e' detto che sia proprio un algoritmo corretto per tale funzione.

Definiamo l'insieme $\text{des}(A_i)$ dei *desideri* di un essere A_i . $\text{spirit}(A_i)$ puo' essere modellizzato ponendo proprio $\text{spirit}(A_i) = \text{des}(A_i)$.

In realta', un evento puo' essere molto o poco necessario per un'anima. Potremmo allora distinguere una scala di desideri tra desideri necessari e desideri non

essenziali. I desideri necessari, li definiremmo come *bisogni*. Un desiderio sarebbe *vano* quando l'animo A_i crede che sia necessario, ma in realta' non lo e'. Tuttavia, per semplificare il discorso, non distingueremmo tra desideri necessari e non.

L'Animo $\text{spirit}(\mathcal{A})$, dell'unione $\mathcal{A} = A_1 + A_2 + \dots$, e' inteso come l'animo formato dai singoli animi $\text{spirit}(A_1)$, $\text{spirit}(A_2)$, \dots , che cercando di cooperare in maniera *coerente ed efficiente*, realizzano al meglio tutti gli eventi di A_1, A_2, \dots , ovvero, realizzano $A_1 + A_2 + \dots = A_1 \cup A_2 \cup \dots$. L'animo $\text{spirit}(\mathcal{A})$ non e' la semplice somma di ogni $\text{spirit}(A_i)$, infatti, ciascuno per cooperare deve cambiare. Non e' possibile unire due macchine di Turing, o piu' semplicemente due programmi/due strategie/due piani, cosi' come si uniscono due insiemi. Una strategia potrebbe essere controproducendente per l'altra. Solo se due desideri sono coerenti tra loro possono essere perseguiti entrambi. Inoltre, anche ragioni di efficienza possono richiedere, nell'unione di due animi, il cambiamento di uno dei due o di entrambi.

2.4.3 Sulla ricorsione del Se'

L'anima $\mathcal{A} = A_1 + A_2$, con $\text{self}(\mathcal{A}) = A_1$, e' un'anima che, amando se stessa, include essa stessa nell'unione.

L'anima \mathcal{A} si trova fisicamente in A_1 . Se A_2 ama A_1 , allora \mathcal{A} si troverebbe pure in A_2 . Ma per il mo-

mento, attenzioniamo il fatto che almeno si trova tutta in A_1 .

A_1 allora contiene $\mathcal{A} = A_1 + A_2$ e perciò vale

$$A_1 = A_1 + A_2 = \mathcal{A}$$

Cio' non e' intuitivo: A_1 contiene se stesso, come una matrioska. Ma in matematica, non e' cosi' strano ragionare ricorsivamente. Infatti, se proviamo, tutto rimane coerente: sostituendo A_1 nella parte destra di $A_1 = A_1 + A_2$, si ottiene $A_1 = A_1 + A_2 + A_2$, e sostituendo di nuovo $A_1 = A_1 + A_2 + A_2 + A_2$, e cosi' ad libidum...

Se consideriamo il $+$ come unione insiemistica, allora $A_1 = A_1 + A_2 + A_2 + \dots = A_1 + A_2$. L'affermazione $A_1 = A_1 + A_2$ e' equivalente insiemisticamente all'affermazione $A_1 \supseteq A_2$. Questo e' coerente con le definizioni che abbiamo dato all'inizio di anima empatica che ama un'altra anima.

2.4.4 Sull'unicita'

L'anima e' una, anche se e' empatica ed ama altre anime. Come gia' detto, l'anima che ama altre anime e' una entita' distinta da come era prima quando non le amava. Ella e' uguale all'unione delle varie anime.

All'apparenza se l'essere A ama B , e la sua anima diventa $A + B$, sembrerebbe che comunque $A + B$ risieda nel corpo di A , dato che l'anima e' il risultato di processi neurologici. Tuttavia, il corpo di A non e'

piu' sufficiente per descrivere $A+B$. La percezione del dolore o del piacere di $A+B$, deriva dai sensi del corpo di A e del corpo di B . Se $A+B$ ama B , allora, l'anima $A+B$ desidera' il bene di B , ovvero desiderera' che B percepisca quanto piu' piacere e quanto meno dolore, che siano queste percezioni "fisiche" o "psicologiche" (es. emozioni).

A percepisce cio' che B percepisce tramite il vedere, sentire, ascoltare B , tramite il stare con B , tramite il parlare con B , tramite l'empatia.

Se, a fin di bene, $A + B$ "possedesse" il corpo di B per percepire cio' che B percepisce senza che B lo desideri, parleremmo non di amore, ma di possesso³¹. Questo fa' capire che l'anima dell'essere B deve essere concorde con l'anima di A , deve trarre quanto piu' piacere e quanto meno dolore dall'amore di A . Allora, $A + B$ vuol dire veramente l'unione dell'anima dell'essere A e dell'anima dell'essere B . B condivide ad A le sue percezioni (e' aperto), e A le elabora per $A + B$.

Per questo, $A + B$ risiede fisicamente sia in A sia in B . L'amore di $A + B$ verso B non puo' sussistere senza B .

Inoltre, si comincia a capire che se B e' empatico e la sua unione e' ad esempio, $B + C$, allora $A + B + C$

³¹ "possesso" nel senso generico di violenza psicologica (es. stalking) o fisica

e' l'unione risultante dall'unione $A + B$, cioe'

$$\mathcal{B} = B + C$$

$$\mathcal{B} = B \quad \text{Questo per 2.4.3 pag. 138}$$

$$\mathcal{A} = A + B = A + \mathcal{B} = A + B + C$$

Vale anche $\mathcal{A} \supseteq \mathcal{B}$, ovvero, l'unione \mathcal{A} deve includere almeno l'unione di B . Quindi, ogni essere parte di \mathcal{B} e' parte di \mathcal{A} . Non vale il viceversa. Questo, ad esempio, quando A ama B mentre B non ama A . Se $\mathcal{A} = A + B + C + D$ e $\mathcal{B} = B + C$, D ed A stesso sono amati da A ma non da B .

Anche se e' necessaria un'interazione fisica, l'anima non automaticamente ama gli altri solo per il mero fatto che gli altri esistono, vivono fisicamente "fuori" dal suo se' e stanno bene perche' se la cavano da soli. L'anima ama quando e' disposta ad impiegare se stessa per la gioia altrui, ad amarli come parte di se stessa. Quando, gioisce delle gioie altrui e soffre delle loro sofferenze.

Per l'animo e' sufficiente amare la sua stessa anima e non altre anime "fuori". Amando la sua anima, amerà lei stessa (il se') e tutte le altre parti "fuori" e che fanno parte dell'unione dell'anima.

Se l'essere $\mathcal{A}_i = A_1 + A_2 + \dots$ e' pero' innamorato in maniera sana di un essere A_j , con anima \mathcal{A}_j , e quindi di un anima fuori dal suo se' ($A_j \neq A_i$), per l'animo spirit(A_i) e' sufficiente amare solo l'anima di cui e' innamorato, cioe' A_j . Infatti, se l'anima \mathcal{A}_j ama \mathcal{A}_i

(in cio' consiste la sanita' dell'innamoramento), allora $\text{spirit}(A_i)$ amando A_j amera' \mathcal{A}_i . Quindi, per l'animo $\text{spirit}(A_i)$ e' sufficiente amare A_j per amare tutta \mathcal{A}_i , inclusa lei stessa A_i e tutti gli altri esseri.

Quindi, sia se un'animo ama la sua stessa anima, sia se e' innamorato di un'altra anima, possiamo dire che per l'animo e' sufficiente una sola *Anima* da amare.

Esempio: chi e' innamorato di Gesu', se fara' piacere a qualcuno che ha veramente bisogno, lo fara' perche' in lui vedra' qualcuno che Gesu' stesso ama, e non per altro fine. Vedra' chi ha bisogno tanto importante quanto per Gesu' e' importante. E quando qualcuno amera' come Gesu', in lui vedra' un aspetto di Gesu' stesso.

Allo stesso modo, chi e' innamorato di un altro essere, vedra' nell'anima dell'essere la sua Anima, e fara' cose simili.

Gli animi possono essere molteplici. Ma dato che un animo che ama la sua Anima si allea solo con animi che la amano, l'insieme di tutti gli animi che la amano agira' coerentemente e concordemente, ognuno nei suoi limiti, e percio' l'effetto complessivo sara' quello di un'unico cuore che pulsa, di molte braccia che spingono i remi nella stessa direzione, e di molte menti che scrutano l'infinito ma che armoniosamente scelgono un'unica direzione. Che cio' poi sia realizzato con democrazia o gerarchia, poco importa. Se ognuno ha di mira il fine ultimo, ovvero il benessere e la gioia dell'Anima, qualsiasi organizzazione che gli animi

scegliranno sara' buona.

Un animo non puo' obbligare un'altro animo ad amare la sua Anima. Questo anche quando le azioni dell'altro animo sono potenzialmente nocive o dannose (se non vengono prese ed attuate misure di difesa).

2.4.5 Dio come Anima

Definiamo l'anima di Dio \mathcal{D} come quell'anima che e' in imperturbata pace, al di sopra di ogni gioia.

Poniamo l'anima di Gesu' \mathcal{G} come anima di Dio: $\mathcal{D} = \mathcal{G}$. L'anima di Gesu', per il suo amore caritatevole verso tutta l'umanita' e' $\mathcal{G} = u_1 + u_2 + \dots$, ed e' composta da tutti gli esseri umani, che vivono nel presente, che hanno vissuto nel passato o che vivranno nel futuro. Dio come anima ama tutti gli esseri umani, tutti gli esseri domestici o selvatici amati da almeno un essere umano, e la natura amata dal corpo di tutti gli esseri umani a_i .

Un essere umano a_i ama imperfettamente \mathcal{D} , ovvero $a_i \subset \mathcal{D} = u_1 + u_2 + \dots$. Nel suo cammino di fede e santita', pero' tende ad amare \mathcal{D}

$$\lim a_i = \mathcal{D}$$

Fino a quando $a_i \neq \mathcal{D}$, l'anima non e' completamente unita a Dio, e per lei Dio e' in parte, $\mathcal{D} \setminus a_i$, un'immagine sacra che coltiva dentro di se, in parte, $a_i \cap \mathcal{D}$, e' cio' che lei e' nel bene. Quindi, nella dottrina cattolica, \mathcal{D} e' il *Padre*.

Un'anima santa d , che ama perfettamente tutta l'anima \mathcal{D} , e' tutta unita a Dio, e vale

$$d = \mathcal{D}$$

La sequenza di cambiamenti che a_i compie su se stesso per amare \mathcal{D} e' il cammino spirituale. La via di Gesu' e' quella della carita'. Ogni passo e' compiuto nella direzione della carita', nella direzione di amare e solo amare ogni uomo, ogni bambino, ogni anziano.

Per un'anima \mathcal{D} e' la meta che cercata e trovata nel silenzio della preghiera e nel calore del cuore, le permette di fare il passo successivo. In altri termini, \mathcal{D} rispecchia chi lei veramente e' nel bene, superata ogni insicurezza, malizia e contrasto interiore. \mathcal{D} e' chi a_i vorrebbe essere nel bene ma non riesce nel presente con le sue forze umane, e che un giorno sara' nell'eternita' o per grazia divina in terra.

Inoltre, un'anima raggiunge tale limite piu' velocemente se cammina insieme ad altre anime che ricercano lo stesso limite. Questo e' il senso della comunita' religiosa. Non siamo delle isole, ed il confronto, la sana competizione, i piccoli incitamenti, rimproveri e le lodi sono preziose. Infine, un'anima, raggiunto tale limite, rimarrebbe incompleta se anche le altre anime che ama e che la amano, non lo raggiungessero. Questo e' il senso della carita'. Nella carita', non si fa dono di elemosina. Nella vera carita' si fa dono della propria vicinanza ed unione a Dio, si dona la cosa piu' importante e preziosa che si ha.

Come virtu', e sul camminare insieme

Il limite descritto sopra

$$\lim a_i = \mathcal{D}$$

che in forma poetica si puo' scrivere come

$$\lim_{\text{amore} \rightarrow \infty} \text{EssereUmano} = \text{Dio}$$

si puo' pensare anche come

$$\lim_{v_i \rightarrow \infty} a_i = d$$

dove $v_i = (v_{ip}, v_{if}, v_{ig}, v_{if_2}, v_{im}, v_{ic}, v_{is}, \dots)$, sono le virtu' di a_i : pazienza, forza, giustizia, fede, misericordia, carita', speranza, Cosi', Dio e' il limite di un'anima con tutte le sue virtu' portate all'infinito.

2.4.6 Dio come Spirito

Ricordandoci la definizione di spirito e desiderio (2.4.2 pag. 137), definiamo lo Spirito di Dio come lo spirito i cui desideri sono tutti e solo relativi all'anima di Dio \mathcal{D} . Non importa se i desideri sono perfetti, ovvero se ognuno e' la soluzione corretta che realizza il relativo evento voluto. Quello che importa e' che il desiderio sia *centrato* sull'anima *Dio*, ovvero che l'animo voglia il bene dell'anima.

Dio come Spirito viene visto comunemente in maniera superstiziosa come un essere che sovverte le forze

della Natura. Tuttavia, lo Spirito non ha bisogno di essere un supereroe dei fumetti. L'anima ha bisogno di essere amata, e per cio' e' sufficiente che lo Spirito spenda la sua forza e le sue risorse energetiche. L'onnipotenza dello Spirito, risiede nel fatto che tanto piu' un'anima e' santa, tanto piu' riconosce l'amore dello Spirito, di cio' si nutre, si ricorda della sua origine divina, ritrova la forza, il coraggio e la gioia di vivere, e cosi' realizza in se stessa la Pace. Questa e' la vera potenza, la verita' dello Spirito che ama l'Anima, e l'autorita' dell'Anima che ha su se stessa di riconoscere tale amore e tramite questo trovare la pace e la gioia.

D'altro canto, se lo spirito sta' spendendo veramente tutto se stesso, anche se l'anima amata non riconosce il suo amore, lui potra' essere soddisfatto dell'aver veramente amato, perche' avra' appagato il desiderio della sua anima di amare una parte di se, che e' l'anima amata. Il sacrificio fatto per amore porta sempre frutto. A volte, come per Mose' che non pote' vedere la terra promessa, i risultati non saranno visibili nell'immediato, ma sempre un seme sara' piantato, e anche dopo molto tempo, germoglierà'.

Infine, anche se uno spirito terreno non dispone di super-poteri, se di fronte ad un'anima che cerca Dio dice che "Dio non esiste" perche' nessuno ha i super-poteri, sbaglia. E' lui che ha la responsabilita' di mettersi in gioco affinche' l'anima raggiunga la pace e, cosi', lei possa dire "Dio esiste".

Gesu' e' Dio come Spirito per eccellenza. Lui non

si e' tirato mai indietro e come Spirito ha amato fino alla fine tutti, spendendo, bruciando e sacrificando la sua intera vita per dimostrare il Suo amore.

Nel paragrafo 2.4.10 pag. 157, si approfondisce come l'Anima puo' venire incontro allo spirito degli uomini e delle donne che la amano nella terra, tramite il "grazie" e, nei casi piu' difficili, tramite il "sacrificio".

2.4.7 Dio come Figlio

Gesu' non da' una definizione teorica di Dio. Cio' che dice, e'. Lui e' le virtu' che ama e predica, lui e' l'uomo che ha gia' percorso la strada ed e' i limiti che professa. Non predica di amare leggi e principi, ma predica di amare Lui stesso. Questo e' vantaggioso perche', l'amante si fa' uguale all'amato, quindi amare Gesu', vuol dire diventare Gesu', incarnare con la propria vita il Suo amore.

Lo Spirito Santo e' l'eredita' spirituale di Gesu', di cui abbiamo la responsabilita' di coltivare, ascoltare e mettere in pratica, e di riconoscere, amare e seguire nei ministri della Chiesa ispirati da Dio, in noi stessi e negli altri. Con lo Spirito Santo, Gesu' non ci ha abbandonato sulla croce. \mathcal{D} non resta una definizione astratta del tipo "esiste la Pace, esiste la Gioia", ne' una legge sterile "tendi alle virtu'! E avrai Pace.". \mathcal{D} diventa manifesto, diventa una dimostrazione concreta che la Pace e la Gioia esiste, diventa una via concreta

per raggiungerle. E' una via diretta e privilegiata per toccare con mano l'esistenza Dio.

Gesu' non e' una figura creata ad arte da un'istituzione. L'anima a_i che ricerca la santita', ricercando e scegliendo il bene per se e per gli altri, tende a diventare \mathcal{D} , un'anima tende a diventare una piccola incarnazione e manifestazione di Gesu' in terra. Tanto piu' tende al limite \mathcal{D} , tanto piu' Dio per lei e' concreto, non e' un ideale, o un oggetto superstizioso, un'immagine all'infuori di se stessa. Gesu' ha dimostrato che l'essere umano puo' amare tutti, in ogni condizione si trovino, fino alla fine della sua vita, e facendo cio' raggiungere la Pace dell'anima (il regno dei cieli). L'essere umano puo' amare \mathcal{D} , naturalmente, anche superando dolori e difficolta', e in cio' trovare il senso della sua vita e la vera pace e gioia. Dio, allora, non e' una figura creata ad arte da regole e norme religiose, e', piuttosto, il limite ed il centro piu' vero e vitale di ogni essere che ricerca il Bene.

La Chiesa, nel suo centro, seppur nei secoli ha irrigidito la dottrina, ha comunque tramandato una figura di Gesu' veritiera: non si puo' raggiungere la Pace e non si puo' Amare se si predilige il proprio Io su quello degli altri. Non si puo' vivere in pace nella societa', se non si accetta di doversi sacrificare per il bene degli altri, per quanto gli altri possono apparire in errore ai nostri occhi. Non si puo' essere grandi, se non si e' disposti a consumare, impegnare e rischiare tutta la propria vita. Non si puo' trovare l'Amore, solo nell'appagamento di

pulsioni biologiche governate da un'istinto narcisista.

Nota sulla santita'

a_i raggiunge la sua perfezione e completezza \mathcal{D} , non quando riesce in imprese eclatanti, ma piuttosto quando a_i riesce ad essere, nel bene, cio' che veramente e'. E non importa che a_i venga riconosciuto santo o meno, la ricompensa per a_i sara' di vivere quanto piu' possibile la Sua pace ed la Sua gioia, ed essere con Lui fonte di amore in terra.

2.4.8 Il Se e l'Altro come corpo di Cristo

Dio e' nell'infinito, nel limite di un'anima che tende a diventare Anima, ma e' anche nel piccolo. In ogni respiro che un uomo o una donna compie, lei ha la tendenza di scegliere, inconsciamente, di vivere e di amare. Anche se inconsciamente, ha la tendenza negativa di fare scelte non sane, comunque, una parte di lei che tende alla vita esiste. Questa parte, coordina i suoi respiri, fa battere il suo cuore, ascolta i suoi organi e sente dolore se qualcosa non va. Ed anche altruisticamente parlando, quando e' alla presenza di altri, non ne trova dolore (a meno che non abbia subito traumi), anzi, la presenza di altri genera in lei desideri di vita, magari inizialmente solo egoistici, ma pur sempre desideri di vita. In un'anima a_i , cosi', si nasconde lo Spirito che

genera vita e vuole la vita, si nasconde Dio. Nel tempo, a_i , diventando sempre piu' ferma nello scegliere il vivere e l'amare, tende sempre meglio ad essere e manifestare questo Dio, cosi' come abbiamo detto nella definizione di sopra 2.4.5 pag. 143.

Fin'ora abbiamo parlato poco del *Se'*, che e' molto simile al concetto di Anima ed anche di Io di un essere³². Il *Se'* di un essere vivente e' quell'oggetto che lui ama quando, agendo da soggetto (Io), ama se stesso. L'*Altro* e' analogamente l'oggetto che l'Io ama quando ama un altro essere. In termini piu' poetici, il *Se'* (o l'*Altro*) e' l'essere a priori di qualsiasi idea, giudizio o pensiero che l'essere od altri possono avere su se stesso (o sull'*Altro*). Il *Se'* e' l'essere considerato a priori di ogni scelta personale conscia dannosa e non ottimale, o di ogni scelta ormai diventata inconscia a seguito di una stratificazione di molte scelte conscie nel tempo, ma che l'essere, adesso, rinnega (sovrastrutture non sane), come ad esempio, morali repressive della societa' che l'essere ha introiettato dentro di se.

Il *se'*, se amiamo l'altro, non e' solo la propria persona (la "carne" in gergo Cristiano). L'altro diventa una parte del *se'*. L'altro e' il *se'* che non e' esperibile tramite i propri sensi. L'altro e' conoscibile solo tramite il sentimento d'amore, che porta ad un'altra dimensione, ad un'altra realta', che non e' quella dei

³²In realta', sono tutti la stessa cosa, ovvero, sono l'essere stesso, ma ogni concetto fa vedere l'essere sotto una prospettiva diversa

propri sensi personali.

Il Se' e' come un legno che e' pronto per essere modellato e mantenere una forma. Si potra' dire "che sia un tavolo" o "che sia una sedia", a seconda di quello che serve. Inizialmente l'Anima di un essere umano non sa' che forma dare al proprio Se', l'essere non ha ancora una identita'. Ma quando dice "mi voglio bene", assumerà l'identita' di una persona ed anima che ama se stessa, in formula $a_i = a_i + \dots$. Quando dice amo quelle altre anime, assumerà l'identita' di un'anima empatica che ama altre anime, in formula $a_i = a_i + a_1 + a_2 + \dots$.

Ogni Se' e cosa esistente, ha una proprieta' divina che e' appunto la sua esistenza. Per quanto un frutto di un albero possa essere amaro o brutto, esso esiste, cosi' come e', e per quanto un essere vivente sia fastidioso o pericoloso, egli esiste e desidera essere cio' che e'. Allo stesso modo noi stessi e gli altri. Il Se' e l'Altro, a priori di qualsiasi desiderio, scelta ed identita', e' sacro, e' il dono piu' prezioso ed importante che abbiamo. In ogni momento che respiriamo stiamo usufruendo dei suoi doni: la vista, l'udito e gli altri sensi, la forza e la coordinazione che ci fa' e lo fa' stare in piedi e camminare, il comprendere le parole, il pensare, il vivere le emozioni. Il Se' e l'Altro che ci ama, e' sempre pronto a tendersi e consumare i suoi organi per i nostri desideri. Anche se l'Altro non ci ama, comunque stiamo ammirando lo svolgersi della vita in lui, che, dovrebbe essere incantevole allo stesso modo di guardare le stelle e le

nebulose dello spazio, od emozionante allo stesso modo di scappare da un temporale improvviso. A volte, ci scoraggiamo perche' non abbiamo ottenuto niente o non abbiamo cio' che desideriamo, ma guardando al Se' o al Se' di chi ci ama, come un nostro genitore od una sorella, possiamo renderci conto che abbiamo gia' tutto cio' di cui abbiamo bisogno. Per quanto ci amiamo poco o molto, esistiamo e viviamo, e questo e' miracoloso e grande. Quindi, il Se', per questa proprieta', e' divino, e' figlio di Dio Padre. Gesu' ha gia' dimostrato al mondo, che anche il piu' umile di questa terra e' amato dal Signore ed e' suo figlio, ed anche i peccatori lo sono. Noi siamo figli di Dio, siamo originati da Dio, per quanto il nostro cuore con il peccato ci deturpi e deformi e ci allontani dalla nostra vera forma e vita.

Noi, nascendo inesperti e bambini, non conosciamo il vero Se', e solo i saggi lo conoscono fino in fondo, e solo i santi lo amano completamente. Abbiamo sempre la necessita' di amarlo, di ascoltarlo, di conoscerlo piu' a fondo, ed allo stesso modo il Se' altrui. Questo amore, deve andare al di la' del nostro Io, di cio' di cui siamo convinti, di cio' di cui sono convinti gli altri, al di la' della nostra storia personale, delle sconfitte e degli allori. L'Io devo porsi come umile servo del Se', che, ripeto, al di la' della nostra idea di noi stessi, e' divino e sacro, e' figlio di Colui che E'. Non conosceremo mai completamente il Se', ne' saremo mai in grado di amarlo pienamente. Ed amarlo non ci fara' grandi ai nostri ed altrui occhi. Forse anzi, per amarlo dovremmo ac-

cettare una vita molto piu' umile di quanto avevamo immaginato per noi, od una vita piu' tumultuosa e rischiosa, o piu' semplice. Anche per questo si capisce che il vero Se', proprio ed altrui, e' tanto alto e sacro, ed allo stesso tempo e' tanto umile e piccolo quanto un granello di sabbia. Il Se' e l'Altro, nella loro umilta' e piccolezza, sono figli di Dio. Non confondendo il Se' con l'Io, si puo' vedere che il Se' e' la vita di un essere, e per questo e' Dio stesso. Si deve avere ben presente che ogni Se', non solo il proprio, e soprattutto quelli non facilmente amabili, in alcuni loro aspetti brutti, difficili, pericolosi, costosi, fragili, sofferenti, sono amati dal Signore, cosi' come i poveri e malati, scartati dalla societa' dell'India, sono stati amati da Madre Teresa di Calcutta. Considerando il nostro corpo come materia tangibile del Se', come dice San Paolo, esso e' il corpo stesso di Cristo. Con la comunione, ci uniamo al corpo di Cristo, e i dolori o le emozioni che proviamo, e' Cristo stesso a patirle o rallegrarsene ³³: "il calice della benedizione che noi benediciamo, non è forse comunione con il sangue di Cristo? E il pane che noi spezziamo, non è forse comunione con il corpo di Cristo? Poiché vi è un solo pane, noi siamo, benché molti,

³³Prima lettera di San Paolo ai Corinzi, capitolo 10, versetti 16-17 <https://bibbiaedu.it/CEI2008/nt/1Cor/10/>



ed anche Capitolo 12, ver. 12-26

un solo corpo: tutti infatti partecipiamo all'unico pane. ". Quindi, esiste un unico Se': il corpo di Dio, e piu' concretamente, il corpo di Cristo.

Dio padre, rimane una figura trascendente, ma che rispecchia cio' che un fedele cristiano anela ed ama. Dio padre, e' lo specchio dell'amore del Se' che va al di la' dei limiti umani. Dire, "Tu solo puoi, padre, salvare quest'anima", e' un riconoscere umilmente i propri limiti nel fare del bene verso una persona, ed al contempo amare quella persona, anche se non si sa' fare e non si puo' fare niente di materiale, orientandosi verso il bene massimo per quella persona.

Definiamo matematicamente il Se', come l'insieme vuoto: $d = \{\}$. L'insieme vuoto, non contiene nulla, neanche il proprio Io, i propri bisogni o desideri, ne' i bisogni o desideri di altri. L'insieme vuoto ha la potenzialita', a seconda dei desideri o dei bisogni dell'Io o di Altri, di trasformarsi per contenere l'Io e gli Altri. Quindi, quando un'anima ama se stessa, l'insieme vuoto diventa un'altro insieme che contiene gli eventi dei suoi piaceri e dei suoi dolori, come gia' detto in 2.4.1 pag. 136. Quando un'anima ama ed e' amata da altre anime, diventa un altro insieme che contiene loro.

$$\{\} \rightarrow a_i \rightarrow a_i + a_1 \rightarrow a_i + a_1 + a_2 + \dots$$

Considerando il Se' come sacro e considerando un desiderio od una necessita' come un consumo del Se' proprio od altrui, meno si abusa di desideri meglio e', piu' si soddisfano i desideri in maniera naturale, senza sforzare se stessi o gli altri, meglio e'.

2.4.9 Lo Spirito Santo

Abbiamo detto che un a_i che ama \mathcal{U} tende ad incarnare in se stesso Dio nei suoi aspetti positivi, che sviluppa man mano nella sua crescita, e di cui alcuni possono essere temporanei, mentre altri piu' duraturi. Nella dottrina Cattolica, a_i , nei suoi aspetti positivi e' chiamato Spirito Santo. Quindi, oltre al Padre trascendente e al Figlio Gesu' Cristo, Dio agisce in terra tramite lo Spirito Santo, dato a noi in eredita' da Gesu'. Lo Spirito Santo presente in a_i rappresenta la parte di a_i che riesce ad amare \mathcal{U} .

Che l'Io tende ad essere Dio stesso, non vuol dire che diventa un super eroe, perfetto ed intoccabile, al di sopra della natura, che non ha bisogno di nessuno, che e' al di sopra delle leggi, e che puo' fare cio' che vuole di ogni vita. Dire che l'Io tende a diventare Dio, vuol dire che tende ad essere speso ed indirizzato verso tutti i bisogni ed i desideri necessari dell'Anima. Nella sua vita ogni fase che passa e situazione che supera lo fa crescere e, sempre di piu', niente di lui/lei turba il se' o gli altri, coglie e comprende ogni desiderio piu' essenziale e vitale dell'Anima, e riesce a spendersi verso la realizzazione di tale desideri. Ama l'Anima nella sua completezza e nell'individualita' di ogni sua parte, ovvero ogni essere che la compone. Ogni azione e pensiero che muove, respiro ed intenzione che alimenta, e' volto a creare la vita in ogni essere, a mantenerla ed esaltarla. E tutto questo, nel rispetto dei limiti fisici e psicologici degli esseri che sta' amando, ovvero nel

rispetto del corpo e della psiche degli esseri.

Facciamo un esempio. Se pensiamo ad un panetterie che fa' onestamente il suo lavoro, il suo punto all'infinito e' un Panetterie, ovvero, un uomo che non solo fa' onestamente e con cura il suo lavoro ma che lo fa' perche' ama se stesso ed ogni suo cliente. Idealmente sa' a chi piace quale tipo di pane e se avesse tempo farebbe un pane personale per ogni suo cliente, adatto in quel giorno alle circostanze che il cliente sta' vivendo. Finito il suo lavoro, e' in pace, e pur stanco, loda Dio per quello che gli dona, per i suoi fratelli e le sue sorelle, per i suoi figli, se ne ha, e, pur messo in difficolta' dal male che alberga irrisolto nei cuori altrui, e' in pace con tutti.

Il fatto che un Io santo non abbia fisicamente capacita' infinite, non vuol dire che non sia manifestazione di Dio. Vuol dire che Dio Padre in Lui e' trascendente. Se quell'Io esiste veramente per l'Anima e direziona le sue energie per servirla e vederla gioire, allora cio' che sta' agendo non e' piu' un Io terreno ma e' Dio. Ad esempio, se un insegnante si sveglia ogni mattina e con premura si dirige verso la scuola per il bene dei suoi alunni, allora loro, amandolo, vedranno in lui un riflesso della vera luce. Che un Io muovi un solo piccolo passo verso l'infinito, non e' cosa per niente semplice da conquistare, ed ogni sforzo di se stesso, o di chi ama e lo ama, impiegato ad amare l'Anima, e' prezioso. Infatti, ogni sforzo vuol dire fisicamente e psicologicamente un consumo del corpo e della vita. D'altra parte, pero',

solo Dio puo' scegliere un Io per amare l'Anima in un certo tempo, per una certa durata e in un certo luogo e in che modo. Se un Io volesse essere bravo ma Dio non volesse amare tramite lui, allora non nascerebbe amore. E tale cosa non puo' essere forzata: nessun essere, neanche tutti gli esseri insieme, per quanto numerosi e capaci, possono amare l'Anima per loro volonta' egoistica o tramite cose frapposte tra loro stessi ed El-la, come ad esempio, tecnologie, possedimenti, beni e risultati meritevoli.

Tutto cio' detto e premesso, ci sono due dimensioni su cui si puo' lavorare: una dell'anima che e' un costante definire, affermare e rifinire cio' che e' buono, cio' e' piacevole, cio' che e' vero. Una dell'animo che e' un costante capire, allenarsi e fare per realizzare e mantenere la salute ed il piacere dell'anima.

2.4.10 Lo zero

Un'anima puo' venire incontro agli animi, stabilendo che cio' che e' stato gia' raggiunto e' buono e non chiedendo piu' di cio' che sta' ricevendo: "Grazie. Tutto cio' che e', e' buono, e' Sua volonta'".

In pratica, l'anima, paradossalmente, raggiunge Dio quando si rende conto che il tutto e' gia' buono, sacro e prezioso.

Anche se sembra facile a dire a parole, questo "rendersi conto" e' costoso, ed a volte richiede sacrifici. E' essere come un imprenditore che avendo tutta la po-

tenzialita' di far accrescere il capitale della sua azienda, decide di non andare oltre, in nome di un bene piu' grande, ad esempio, perche' gia' il fatturato e' piu' che buono e non serve inquinare oltre l'ambiente, o sottoporre i lavoratori ad ulteriore stress, od impiegare nuove persone per lavori banali.

E' essere come un santo che, pur avendo una ferita che lo attanaglia, non si abbatte, ne' rinnega Dio, e continua ad avere una serenita' superiore e ad essere a disposizione degli altri.

Quindi, e' una cosa grande quando l'anima dice "va tutto bene", anche quando potrebbe ottenere di piu' per il se', o per un altro, ma a discapito di qualcuno o del se'. E' una cosa grande quando l'anima dice "va tutto bene", anche quando la situazione e' difficile da sopportare e affrontare.

Se l'anima fa' cio' di sua spontanea volonta' e naturalmente, senza essere oppressa e obbligata dall'Io, ne' con la scusa di superstizioni, ne' di regole o leggi, allora in cio' l'anima trovera' piu' rapidamente Dio.

Ad esempio, anche se il mondo sembra apparentemente impazzito, crudele, duro e ingiusto, soffermandosi uno puo' vedere che nel traffico le persone rispettano le altre macchine, che per strada la grande maggioranza delle volte non si e' disturbati dagli altri, che l'educazione ed istruzione ricevuta a scuola, anche se ancora lontana dalla perfezione, ha un senso perche' forma, rende cittadini della societa' e, da' strumenti intellettuali, che se coltivati in proprio, sono utili. E

ancora, pur la societa' avendo strada da fare, e' comunque lodevole in alcune parti del mondo: ospedali, scuole, citta' dove non regna la violenza incontrollata (come potrebbe essere nella giungla), etc... E, infine, gioire della buona salute di cui si gode.

In altre parole, tutto questo potrebbe essere scontato ma non lo e' e gia' di questo si potrebbe essere, se non contenti, almeno comprensivi dello stato attuale.

Tuttavia, se si fa' questo discorso ad una persona sofferente, ad esempio, una persona che ha perso il lavoro e che quindi nutre un risentimento verso la societa', verso il suo superiore o alcuni dei suoi colleghi, allora non e' detto che quella persona possa recepirlo. Se non lo recepisce e si cerca di convincerla, allora, lei si difendera' e si allontanera' dal nostro impulso positivo iniziale. Solamente amandola veramente, e stando con lei, magari anche non dicendo niente, pregando nel proprio cuore che possa andare oltre la sua sofferenza, lei fara' il suo cammino e poi, un domani arrivera' ad una consapevolezza simile.

A volte il "grazie" dell'Anima e' un "sacrificio", perche' l'Anima aveva *bisogno*, ma cio' che riceve materialmente non e' sufficiente.

Questi sacrifici, non sono arbitrari, repressivi od oppressivi. Sono sacrifici che l'Anima si trova a scegliere se compiere per mantenere il suo amore per gli altri o la salute del corpo. Sono sacrifici, che nel massimo dell'impegno e capacita', non hanno alternative piu' semplici e indolori.

Matematicamente, pensando al Dilemma del Prigioniero, esistono situazioni in cui l'unico modo per mantenere l'ottimo, e' scegliere dei sacrifici personali. Nel dilemma del prigioniero³⁴, vedi tabella 2.1 pag. 161, ognuno ha un rendiconto personale maggiore se tradisce l'altro, e, inoltre, se entrambi collaborano il rendiconto non e' il massimo possibile per ognuno. Tuttavia, solo se ciascuno rischia di essere tradito, potra' non tradire l'altro, e ottenere l'ottimo dell'Anima piuttosto che della sua anima (social welfare, ovvero somma dei rendiconti di ogni giocatore).

³⁴https://en.wikipedia.org/wiki/Prisoner's_dilemma



| | Supporta | Tradisce |
|----------|-----------|-----------|
| Supporta | $(-1,-1)$ | $(-3,0)$ |
| Tradisce | $(0,-3)$ | $(-2,-2)$ |

Tabella 2.1: Dilemma del prigioniero: due criminali che insieme hanno commesso un reato, vengono posti in due celle lontane e non comunicanti tra loro. Ad ognuno viene detto che se testimonia a sfavore dell'altro prigioniero (tradisce) non avr  nessuna pena se l'altro invece non lo tradisce, e avr  una pena di due anni se invece l'altro lo tradisce. Se entrambi si supportano a vicenda non tradendosi, allora ognuno avr  una pena di un anno. Sopra   riportata la tabella, come si usa in teoria dei giochi. La riga indica la scelta del prigioniero A, la colonna indica la scelta dell'altro prigioniero B. Ad esempio, la casella in alto a destra indica che il prigioniero A supporta il prigioniero B, mentre B tradisce A. In questo caso, A avr  3 anni di prigione, mentre B nessuno. Se A e B si supportano a vicenda, la somma delle pene di entrambi   di 2 anni di prigione. In tutti gli altri casi la somma   maggiore. Quindi, il "social welfare", ovvero il benessere sociale,   massimo se entrambi si supportano. Dal punto di vista egoistico, in media, se un giocatore tradisce ha $(0 + (-2))/2 = -1$, un anno di prigione. Se invece supporta ha in media $((-1) + (-3))/2 = -2$ anni di prigione. Quindi, probabilisticamente, dal punto di vista egoistico   meno rischioso tradire.

2.4.11 Dio come realizzazione vera di ogni desiderio

Diamo una definizione che si rifa' alla discussione 2.2.5 pag. 112. Questa definizione non usa il concetto di limite, ma e' un modo alternativo ed equivalente, e sotto certi aspetti piu' concreto, del dire che Dio e' quell'essere il cui amore e' infinito.

Prima definiamo l'insieme $\text{Des}(a)$ (gia' definito sopra a pagina 137) e per assioma poniamo che e' infinito:

$\text{Des}(a)$ = insieme dei desideri dell'anima a

$\text{Des}(a)$ e' infinito

poi diamo la seguente definizione: Dio e' quell'unico essere D tale che

$\forall a \in \text{Anima} \quad \forall b \in \text{Des}(a) \quad b \text{ e' soddisfatto da } D$

Nota: desiderio "soddisfatto" non vuol dire che si realizza alla lettera, ma vuol dire che il bisogno dell'anima che sottende tale desiderio e' soddisfatto o lenito a tal punto da poterne fare a meno, se non e' lecito che sia realizzato.

Teorema. Vale la seguente:

$$\text{Gesu'} \in \{ U \in \text{Uomo} \mid U = \text{Dio} \}$$

dove l'uguaglianza $U = D$ e' intesa in senso spirituale. Anche un paralitico U , puo' essere santo!

Corollario. Dio esiste, in quanto esiste Gesu'.

A parole: esiste almeno un uomo che e' Dio, ovvero il cui amore per se stesso e gli altri, in questa natura e vita terrena, e' infinito. Tale uomo e' Gesu'. E' , e non e' stato, perche', spiritualmente, Gesu' e' risorto. Altri uomini il cui amore e' infinito, ugualmente a quello di Dio, sono i santi. I santi percio', hanno pienamente lo stesso spirito di Gesu' e spiritualmente vale $U = D = \text{Gesu'}$. La loro anima ha trovato felicita' e pace nell'essere uguali a Gesu'. Essendo uguali a Gesu', sono uguali a Dio, ma di cio' non se ne vantano, e rimandano ogni anima solo a Gesu', affinche' ogni anima non sia confusa nella ricerca dell'*unico* Dio³⁵.

2.4.12 Definizioni negative

Fin'ora tutte le definizioni date sono positive. Per ognuna, si puo' dare una definizione speculare negativa, che nasce dal fatto che siamo esseri limitati e imperfetti, e che a_i di norma non coincide con il limite \mathcal{D} . Le definizioni positive sono da prediligere, perche' costruire e' difficile ma costruendo e' piu' facile mantenere cio' che e' gia' stato costruito, invece, distruggere e' facile, ma e' anche piu' facile vanificare cio' che c'era

³⁵Se spiritualmente $U_1 = D$ e $U_2 = D$, allora $U_1 = U_2$, quindi, nell'equivalenza, esiste un solo U tale che $U = \text{Dio}$. Si puo' scegliere Gesu' come rappresentante della classe d'equivalenza $\{ U \in \text{Uomo} \mid U = \text{Dio} \}$. Per questo, si puo' dire che Gesu' e' l'unico Dio, e che ogni santo, non e' che una incarnazione dello spirito santo di Gesu'

gia' di buono.

Considerando un'anima \mathcal{A} , ella e' *egoista* se include nell'unione \mathcal{A} almeno un essere A_i , non per amarlo, ma solo per amare un A_j , con j distinto da i ($j \neq i$).

Di solito $A_j = \text{self}(\mathcal{A})$, cioe' \mathcal{A} considera altri esseri A_i non per amarli ma per amare il se'.

Un'anima $\mathcal{A} = A_1 + A_2 + \dots$ e' *narcisista* se e' innamorata di un A_i , e quindi crede che i bisogni e desideri di tutti gli A_j sono rappresentati dai bisogni e desideri di A_i , quando questo non e' vero. Ad esempio, se A_i predilige cibi salati, mentre almeno un A_j , distinto da A_i , non li ama, allora \mathcal{A} comunque pensera' che per A_j e' un bene mangiare cibi salati, e magari cerchera' di convincere A_j di cio'.

2.4.13 Futuri sviluppi

In futuro, sarebbe bello trattare l'argomento su Dio, esplorando altre definizioni oltre quella del limite infinito. Quella che segue e' una bozza.

Idea. Sia *Anima* l'insieme di tutti gli esseri, compresi quelli che stanno nei cieli³⁶ e che stanno in terra. Per due esseri E, A , sia l'amore di E per A , una funzione

$$\text{amore}_E(A) : \text{Stato} \longrightarrow \text{Stato}$$

³⁶Per capire cosa si intende con "che stanno nei cieli", vedere poesia a pagina 112

che porta l'anima A da uno stato, es. tristezza, ad un altro stato, es. felicità'. Allora, definiamo Dio D , come quell'unico essere tale che

$$\begin{aligned} \exists! D \in \text{Anima } \forall A \in \text{Anima} \\ \text{amore}_D(A) : \text{Pace} \cup \text{Sofferenza} \longrightarrow \text{Pace} \end{aligned} \quad (2.1)$$

Poniamo $\text{Dio} = D$, e riscriviamo succintamente le precedenti proposizioni:

$$\text{Pace} \cup \text{Sofferenza} \xrightarrow{\text{amore}_{\text{Dio}}} \text{Pace}$$

2.5 Appendice A

Un uomo riceve segnali sensoriali dal mondo esterno. Tramite il suo cervello, elabora questi segnali e (inconsciamente e consciamente) crea un modello che descrive e predice tutti gli stimoli che riceve. Ad esempio, in base alla sua esperienza, quando vedrà una zona luminosa, di colore rosso, che emana calore, la catalogherà col concetto di "fuoco". Non si avvicinerà a questo "fuoco" perché dentro di sé predice che una tale azione avrà effetti dolorosi³⁷.

La realtà che lui percepisce è una realtà che lui sta creando. Ad ogni segnale sensoriale che riceve da un

³⁷Questa sua conoscenza deriva o da una esperienza che ha fatto da bambino, oppure da un ammonimento ricevuto dai genitori

significato, ad esempio, alcuni segnali luminosi saranno per lui delle “forme” e alcune forme le penserà come “oggetti”. Agli oggetti attribuirà delle proprietà. Quindi, ad esempio, se avesse piena coscienza dei suoi meccanismi cognitivi, potrebbe dire: “dalla luce che vedo dai miei due occhi riesco a tracciare delle forme. In particolare, una forma che vedo e’ compatta e ha una profondità”³⁸ quindi dico: “e’ un oggetto”, inoltre, noto anche le seguenti proprietà: e’ tonda e grigia. Per tenerla in mano, avverto uno sforzo muscolare, quindi dico “e’ pesante”. Considerando tutto, dico “esiste un oggetto tondo, grigio e pesante. Ho visto altri oggetti simili e ho imparato a chiamarli *pietre*. Siccome, tutte le pietre che ho visto fin’ora le ho sempre ritrovate nel posto in cui le lasciavo, dico che qui dove mi trovo, esiste una pietra”³⁹.

³⁸la profondità e’ percepita dal fatto che ogni occhio riceve la luce da due punti differenti e da altri indizi, vedi [https://en.](https://en.wikipedia.org/wiki/Depth_perception)

[wikipedia.org/wiki/Depth_perception](https://en.wikipedia.org/wiki/Depth_perception)



³⁹In questa frase stiamo anche implicitamente considerando il suo concetto di spazio, che e’ sempre un qualcosa che l’uomo crea. Vedi [https://en.wikipedia.org/wiki/Spatial_](https://en.wikipedia.org/wiki/Spatial_ability)

ability



Capitolo 3

Sulla Natura

Così come l'energia ne' si crea ne' si distrugge, perché l'energia ceduta da un corpo viene assorbita da un altro corpo, anche qualsiasi perdita piccola o grande o totale della propria vita è riacquisita da un'altra persona o da altre persone o dalla Natura. Questo trasferimento di vita, avviene a volte volenti o a volte nolenti. In Cristo, si diventa sempre volenti di questi trasferimenti, che diventano doni, anche se non ricambiati, ma parliamo adesso in particolare dei trasferimenti verso la Natura.

La nostra anima ama il corpo suo e quello di chi altri ama. Il corpo è fatto di materia, e' una parte della Natura. Il corpo rispetta e soggiace alle leggi dell'Universo perché, come parte della Natura, ama tutta la Natura, e per questo i suoi atomi sono sempre fedeli agli altri atomi. Quando ricevono energia fisica, l'assorbono, quando hanno energia la cedono agli altri atomi. Così il corpo ha un peso e, senza altre forze,

tende verso il centro della Terra. Il corpo acquisisce calore dal Sole e cede calore nella notte, se lontano da un fuoco. E così via, il corpo interagisce con tutta la materia, così come la materia interagisce con altra materia.

A volte il corpo assorbe troppa energia, ad esempio, quando riceve troppa energia meccanica diciamo che abbiamo sbattuto contro qualcosa, e sentiamo dolore. A volte, l'energia termica ricevuta è troppa, e sentiamo caldo o ci bruciamo, e se invece è troppa quella ceduta sentiamo freddo. A volte, non abbiamo più energia per i nostri muscoli e per l'organismo per la fame e ci sentiamo deboli. Nei casi estremi, dobbiamo affrontare dei drammi, perché l'amore del corpo verso la Natura, ci priva seriamente della nostra vita. In ogni caso, la nostra anima può pensare alla Pace, se si rende consapevole che Lei ama il corpo. Ogni cosa che le accade o deve affrontare nella Natura, è dettata dal suo amore verso il corpo. Non è quindi lei in castigo esigliata nella terra, piuttosto lei vive nella Natura e con la Natura, proprio perché vive il suo forte desiderio di amare il corpo e quindi anche la Natura.

Il corpo, anche se spiritualmente non è il fine dell'esistenza, è il punto di partenza fondamentale. Non possiamo esprimerci senza parlare, senza usare le corde vocali, o senza fare dei segni muovendo il corpo. Non possiamo voler bene ad un'altra anima senza pensare al suo corpo, pensando a dove si trova, se sente freddo o caldo, se è stanca o riposata, se è vicina ai corpi di

chi vuole bene o no. Ne' possiamo essere vicini a colei che soffre rimanendo nelle nostre stanze, ma muovendoci nello spazio per raggiungerla, attrezzandoci per affrontare le distanze, il freddo, la fame, il tempo, e una volta raggiunta, abbracciarla, ascoltare la sua voce e vedere cio' che vede. Solo con il corpo possiamo pregare o lodare Dio. Solo con il corpo possiamo vivere la pace e la gioia di Dio, e possiamo dividerle agli altri. E' vero anche che a volte la fede chiede di andare oltre il corpo, ma cio' non significa abbandonarlo, ma accentando i suoi limiti, continuare ad amare col nostro cuore.

Dal punto di vista psicologico il corpo, e di conseguenza tutta la Natura, e' lo strumento fondamentale tramite cui l'anima ama, e' cosi' fondamentale che l'anima e' anche corpo e Natura: l'anima vivente non e' come pensavano gli antichi distaccata dal corpo e dalla Natura, l'anima ama cosi' tanto il corpo che e' un tutt'uno. Ella e' influenzata dal corpo e il corpo dall'anima, in un intreccio forte e stretto, ¹, il corpo e' influenzato dalla Natura e la Natura dal corpo.

¹[https://it.wikipedia.org/w/index.php?title=Unit%](https://it.wikipedia.org/w/index.php?title=Unit%C3%A0_psicofisica&oldid=121651506)

C3%A0_psicofisica&oldid=121651506



La psi-

coanalisi nella sua globalità è l'insieme degli studi che analizzano le relazioni tra la dinamica ormonica e la costituzione della personalità psichica.

3.1 Perche' questa Natura?

La materia e' necessaria per dar forma alla vita sociale ed e' sufficiente per creare e mantenere la vita che il nostro corpo desidera.

E' possibile scrivere senza una penna e una carta, o senza una macchina da scrivere e un supporto che memorizza cio' che e' scritto? La materia serve a noi per dare forma ai nostri sentimenti, per mantenere nel tempo cio' che e' importante. Potresti matematicamente obbiettare cosi': "se io fossi un punto, ed ogni mio desiderio e bisogno fosse appagato, non avrei bisogno della materia, ne' della Natura". E' vero, ma se tu desiderassi amare anche un solo altro essere simile a te, ci dovrebbe essere almeno un altro punto. Inoltre, non esiste amore se non c'e' un bisogno, un qualcosa da soddisfare, da colmare. E quindi questi punti dovrebbero avere un loro stato, ad esempio, contenere una certa quantita' di energia, variabile. Ecco che un punto potrebbe trasferire la sua energia ad un altro punto per amare. Ed ecco nata una Natura, molto astratta, ma pur sempre Natura: uno spazio che contiene punti, un'energia trasferibile, e un'energia fissabile nei punti (materia).

Ora, perche' non possiamo vivere in questo Universo astratto, che sembra molto piu' semplice da vivere? In fondo, e' da ammettere che la materia e' costosa. Trasportare anche pochi litri d'acqua e' faticoso. Il nostro corpo e' delicato, ha sempre bisogno di cure e puo' poco fisicamente rispetto a quanto noi a volte deside-

riamo. Tuttavia, un Universo piu' complesso consente la creazione di oggetti e corpi meravigliosi e belli, e consente di vivere esperienze piu' raffinate e grandi. Viceversa, un Universo piu' semplice diventerebbe banale: se non esistesse il peso della gravita', non esisterebbe il camminare, staremmo tutti fluttanti nello spazio come dei pesci. Se non esistesse la complessita' della chimica, e tutto fosse di una stessa sostanza, sarebbe tutto un mondo in bianco e nero, insapore. Se tutta la materia fosse commestibile, non esisterebbe l'evoluzione, e saremmo rimasti tutti delle cellule o al piu' delle amebe.

E' chiaro che magari uno si puo' mettere alla ricerca di universi migliori, dove la forza di gravita' e' un po' meno faticosa, dove si ci puo' trasferire da un posto all'altro piu' facilmente (magari con un teletrasporto), anche se e' difficile². In questo Universo, ci

²E' difficile progettare un universo che possa accogliere la vita come la conosciamo. Ad esempio se non esistesse la gravita' non esisterebbe forse la vita, perche' non esisterebbe un pianeta Terra che raccolga in se l'acqua e tanti altri elementi indispensabili alla vita. Ancora, se non esistesse la massa, ad ogni piccola spinta, si viaggerebbe alla velocita' massima (della luce), e quindi, ancora, non potrebbero esistere dei corpi adatti alla vita. Se non esistessero le forze elettriche che consentono a particelle con la stessa carica di respingersi, tutto sarebbe fuso in una massa informe. Continuando ad analizzare la situazione, si vede che una piccolissima modifica delle costanti e delle forze fisiche dell'universo, risulta in un universo inadatto alla vita, vedi Principio Antropico per approfondire https://en.wikipedia.org/wiki/Anthropic_principle

sono situazioni, che conducono, alcune in maniera piu' repentina e violenta, come incidenti, altre in maniera piu' lenta e dolce, come raggiungere tranquillamente gli ultimi anni della vecchiaia, alla morte. Per il corpo la morte non e' una maledizione ordinata da divinita' crudeli, e', come diceva San Francesco, "sorella morte". Amare anche se non si e' amati e' pure una forma di morte, che pero' per il corpo e' pienamente vivibile in maniera serena e gioiosa. I nostri problemi psicologici, la nostra immaturita' spirituale, ci allontana dal vivere con serenita' queste dimensioni, e quando ci troviamo costretti ad un faccia a faccia con alcune di loro, soffriamo e ci allontaniamo dal vivere naturalmente nel nostro universo³. Ma allora, solo risolvendo i nostri problemi psicologici e comprendendo i problemi di chi e' accanto a noi, crescendo tramite il percorso spirituale in cui abbiamo fede, e ritornando cosi' alla naturale unita' con l'anima e con il corpo potremo sentire di nuovo di far parte di questo universo e di non avere bisogno di altri, piu' allettanti, ma lontani, universi. E potremo dire che il nostro universo e' la realta' che la nostra anima ha desiderato fin dal principio vedere, sentire, toccare, capire e modellare con il suo corpo.

Se comunque l'idea di universi migliori alletta, con-



³Vedi Alexander Lowen, cap. 6 pag. 197

tinuiamo il discorso dicendo che per quanto migliore sia l'universo che possiamo progettare e costruire o, in qualche modo, scoprire e colonizzare, cio' non basterebbe a raggiungere la felicità'. Così' come le cardinalità di Cantor, in cui esiste sempre un infinito piu' grande, in ogni universo in cui ci troveremo, desidereremo un universo migliore, piu' performante. Questo perche', fino a quando non risolveremo i problemi della nostra anima, la causa della nostra inquietudine, non bastera' tutta l'energia dell'universo ne' tutta la profondita' di una super intelligenza artificiale per colmare i nostri vuoti.

Non e' svalutando il proprio universo e ricercandone uno "migliore" che si raggiunge la felicità'. Si puo' fare molto nel proprio universo, ambiente e cultura, qualsiasi essa sia. Si puo' diventare molto bravi. E, solo diventando bravi nel proprio universo, poi nel tempo, con la ricerca si possono trovare universi migliori. Per confermare cio', consideriamo che molte scoperte e innovazioni scientifiche sono state dettate da innovazioni nella tecnica. Se il commercio dei materiali non fosse stato maturo, e gli artigiani non avessero raggiunto un buon livello di abilita' nella lavorazione di quei materiali, non ci sarebbero stati i salti tecnologici e senza questi non ci sarebbero stati i salti nella scienza⁴ Cio' vale anche nel proprio piccolo. Ad esempio, e' solo di-

⁴ad esempio, con l'avvento dei telescopi e dei microscopi. <https://www.google.com/search?channel=fs&client=ubuntu&q=How+has+technology+helped+in+the+>

ventando bravi nel proprio lavoro o ruolo che si puo' poi ambire a lavori "migliori". E' solo apprezzando il meglio della propria terra, che si possono apprezzare altri paesi. E' solo amando i propri genitori che si puo' essere genitori migliori (o al pari) di loro, anche se loro hanno avuto carenze nell'esserlo.

L'uomo, e' materia che si evolve secondo le leggi fisiche. Tuttavia, anche se tutti i nostri pensieri, sensazioni ed emozioni, sono il risultato di una macchina che e' il nostro corpo, non siamo una briciola nell'universo. Siamo cio' che da' senso ad ogni cosa. Anche perche', gli atomi non hanno il concetto di grande o piccolo. Il Sole non e' per un atomo tanto piu' grande del suo naso, ad esempio. La numerosita' delle stelle, non e' per la pietra ferma-carte sopra la scrivania, tanto piu' sorprendente del numero dei suoi spigoli. Che un vulcano esploda o crolli, non e' per le rocce che lo componevano e che vengono distrutte tanto piu' significativo di essere rimaste a formare il cono del vulcano per centinaia di migliaia di anni.

In conclusione, la materia e' l'inchiostro e la carta con cui Dio scrive il libro della Natura, per dire a chi a bisogno e desidera: "Ti amo, sei una parte preziosa di me". A volte, dirlo e' difficile e doloroso, a volte e' piu' piacevole ed entusiasmante. Ma solo essendo



la parola che Lui vuole, nelle Sue frasi, la natura, gli altri e noi stessi non saranno ostili, incomprensibili e aridi e l'universo diventera' una armoniosa danza della materia.

Capitolo 4

L'importanza del lavoro umile nell'era del capitalismo

Il lavoro onesto, per quanto snaturato nel mondo capitalistico, può essere vissuto e compiuto per stare in Pace con stessi e con il resto della società'.

In un mondo ideale, il lavoro sarebbe più leggero, interessante e scorrevole. Con la tecnologia, occorre molto poco sforzo per ottenere risultati sorprendenti. Con le tecnologie attuali è facile immaginare che in una o due generazioni, tutti potremmo vivere senza morire di fame. Abbiamo infatti a disposizione campi agricoli vastissimi, che resistono a funghi, insetti e malattie. Possiamo trasportare con facilità tonnellate di materiale da un posto a un altro. E, se volessimo, po-

tremmo fare tutto questo usando energia rinnovabile e non inquinante. Nel mondo attuale, invece, siamo tutti in perenne crisi. Milioni di persone muoiono di fame, e quelle che sopravvivono sono stressate dalla punta dei capelli fino ai piedi per non finire per strada a mendicare. I posti di lavoro sono pochi e siamo in perenne competizione con noi stessi e con gli altri.

Vale pero' la pena di non arrendersi e mettercela tutta per stare bene. Infatti, oltre a salvaguardare il proprio sostentamento, chi lavora rende anche un servizio agli altri, perche' non deve chiedere a loro piccoli o grandi sacrifici per aiutare se stesso. L'essere autonomi, vuol dire avere la potenzialita' di stare in salute, vivere momenti lieti con amici, e seguire le proprie passioni senza sentire il bisogno di obbligare gli altri in alcun modo. Gli altri rimangono liberi di regalare o meno averi, di essere simpatici o freddi, di essere educati o rozzi, e quindi di vivere e scegliere la propria vita. Quindi, voler bene a se stessi senza pretendere attenzioni dagli altri e', oltre che utile, altruistico.

Inoltre, chi lavora onestamente e', indipendente dalla mansione che svolge, una persona che sta' amando tutta la societa'. Anche quando svolge un lavoro che ha significato per pochi, in realta' sta collaborando con ogni persona del pianeta al lavoro universale svolto da tutta la societa'. In passato, nelle piccole societa' come le tribu', cio' era evidente. Infatti, ognuno era indispensabile a tutti gli altri e, anche se la mansione svolta era umile, come ad esempio badare

al gregge mentre il resto della tribu' cacciava, se non fosse stata svolta, questo avrebbe costituito un danno per tutti. Oggigiorno, non e' piu' così scontato pensare in questo modo, soprattutto perche' i modelli culturali premiano ruoli lavorativi di prestigio, come ad esempio il ruolo dell'ingegnere, del medico, dell'imprenditore, e mettono in ombra lavori piu' umili, come ad esempio il manovale, il commesso, il cameriere. Ma se lo spazzino non raccogliesse la spazzatura dai cassonetti, dopo sette giorni ci sarebbe la peste per tutta la citta'. Ed e' grazie alla costanza e alla dedizione, che la vite di ferro viene fabbricata dalle mani dell'operaio. Se l'operaio e' in interiormente in pace, compie semplicemente e diligentemente il suo lavoro, e questo oltre a dare a lui stesso la soddisfazione di svolgere bene un buon lavoro, lo pone allo stesso livello di qualsiasi altro tipo di lavoratore. Infatti, anche se chiunque altro avrebbe potuto imparare la tecnica che l'operaio adopera per il suo lavoro, lui, quando fabbrica le viti, e' li' ad impiegare il suo tempo, piuttosto che a dedicarsi a svaghi e passioni, e' li' concentrato, a sopportare la fatica, e tutto questo per quelle viti. Ed anche se in se' non serve a molto una vite ad una persona qualsiasi, serve a tutti, in quanto, sara' usata per fabbricare un prodotto che noi compreremo. Noi, allora, con le nostre abitudini consumiste dove prediligiamo prodotti industriali a prodotti artigianali per il loro minor prezzo e migliorare tecnologia, stiamo in realta' chiedendo a gran voce che esista quell'operaio che lavori giornalmente nella

fabbrica. Quindi, il lavoro dell'operaio non e' un mero atto meccanico sostituibile con qualsiasi altro atto meccanico equivalente. E' come quando un genitore aspetta la figlia all'uscita da scuola. Qualunque altro autista fidato potrebbe prenderla ed accompagnarla a casa, ma quel genitore, per sua figlia, e' li'. L'operaio, se e' interiormente in pace con se stesso e con gli altri, e' li' per fabbricare quei piccoli artefatti, e dargli la forma e consistenza che la societa' vuole. E noi, se siamo interiormente in pace, riconosciamo l'importanza dell'operaio e del suo lavoro al pari di come la figlia ama essere accompagnata a casa dal proprio genitore e non da una persona qualsiasi.

Quando un lavoratore rispetta e crede in tutte le leggi della societa', lavora onestamente nel rispetto di tutti, egli e' al pari di ogni altro lavoratore. La ragione e' che, inanzitutto, per vivere egli non cerca via traverse, che danneggerebbero in piccola o grande misura l'altro. Inoltre, il servizio del lavoratore, essendo richiesto dal datore di lavoro e dai clienti, e', come gia' spiegato prima, utile ad una parte grande o piccola della societa', e quindi, ad almeno una persona. Il premio per pensare in questo modo, non e' da cercare nel ritorno economico. Il mercato e' ingiusto, perche' a parita' di utilita' e bonta' di un servizio, alcuni lavori sono pagati di piu', altri di meno. Mentre una grossa azienda rivende il suo servizio a dieci o cento volte tanto il suo effettivo costo di produzione, un lavoratore autonomo non puo' comportarsi allo stesso modo: i costi

che deve sostenere sono molto piu' alti e la sua clientela infinitamente piu' ristretta. Eppure, l'idraulico che ripara il tubo dell'acqua che perde, svolge un lavoro tanto utile quanto quello dell'imprenditore di una fabbrica di tubi per l'impianto idrico di casa. Tuttavia, accettare il mondo cosi' come e', e cambiarlo senza la forza, in maniera non violenta, lentamente nel tempo, consente di sacrificarsi per lavorare, alle condizioni attuali del mercato, e vedere il proprio sacrificio come un atto di amore verso la societa'. Il lavoro attuale presenta vari inconvenienti e difficolta', come paghe non proporzionate agli sforzi reali, incomprensioni da parte dei colleghi, poca lungimiranza e sensibilita' dei propri superiori e routine lavorativa non rispettosa dei propri ritmi biologici. Quando il lavoratore accetta il mondo attuale come atto d'amore, diventa in grado di ben sopportare questi inconvenienti, perche' vede non piu' solo i propri vantaggi e svantaggi, i propri dolori e piaceri, ma vede la societa' nella globalita' che avanza, e trova la forza e la gioia interiore di amarla. E' cosi' che ogni lavoratore e' al pari di ogni lavoratore, ed ama l'intera societa' insieme a tutti gli altri lavoratori.

4.0.1 Sui lavori utili

Un lavoro e' considerato utile quando altri sentono il bisogno che venga svolto. Tanto piu' un lavoro e' utile, tanto piu' richiede responsabilita', e in verita', sacrificio, da parte di chi lo compie.

1. Ci si puo' sacrificare senza sforzo. Per far questo bisogna amare se stessi e gli altri, essere in Pace con se stessi e con il resto della societa'. In tal modo, ogni sacrificio non pesera' e non ci si pentira' in seguito di cio' che comportera'.

2. Chi vuole fare un lavoro molto utile, puo' capire se veramente vuole solo se apprezza anche un lavoro onesto, indipendentemente dal fatto che sia utile o meno. Un lavoro onesto ma "inutile", come spiegato prima nel capitolo 4, e' ottimo e perfetto, ed inoltre, e' molto piu' *leggero*¹. E se, consapevole del rischio che comporta il lavoro piu' importante e delle possibili conseguenze negative in caso di fallimento, capisce che puo' farlo e si sente di sacrificare una parte di se per questo, allora sara' disposto ad accettare un lavoro piu' importante che la societa' gli offre.

In verita', queste sembrano parole idealiste. Nel mondo, piu' il lavoro e' considerato non utile, piu' si guadagna meno, con la scusa che chi fa' i lavori piu'

¹e' tanto piu' leggero tanto piu' la vita altrui non dipende dal risultato del proprio lavoro. Un gioielliere, non fa' un lavoro critico. Se sbaglia, al piu' il gioiello vera' brutto, e al piu' dovra' venderlo a minor prezzo. Un team di ingegneri che sbaglia un calcolo per la progettazione di un aereo, rischia di farlo precipitare con il pilota e altre persone a bordo. Vedi precipitazioni degli aerei Boeing 737 MAX [https://en.wikipedia.org/](https://en.wikipedia.org/wiki/Boeing_737_MAX_groundings)



difficili e' piu' importante o bravo.

Tuttavia, come insegnano Gesu', Gandhi e altri, non bisogna aspettare che il mondo cambi: prima cambiamo noi, senza pretendere alcun cambiamento negli altri, essendo solo felici ed aperti ad un loro cambiamento, e se non ci riusciamo, pregando Dio di esserlo.

Questa e' la vera rivoluzione, e costa tantissimo: la propria vita. Perche', nessuno elogiera' chi si mettera' in questo cammino, la societa' non lo riconoscerà, ne' lo eleggera' Papa. Colui che si mettera' in questo cammino, avra' meno privilegi, meno diritti. Saranno solo forze spese.

L'unica ricompensa sara' quella di Dio, sara' quella di poter essere veramente in Pace con se stessi e con la societa', non escludendo nessuna persona, di qualsivoglia ceto o condizione.

4.0.2 Sui consumatori

Un consumatore, cosi' come un'azienda, dispone di un capitale. Tuttavia, egli e' piu' libero ed ha piu' potere di spendere il suo capitale per il bene collettivo. Quando lo utilizza per soddisfare le proprie necessita' e desideri premia i lavoratori che gli offrono dei servizi, e a catena i lavoratori che offrono i servizi a questi ultimi. In aggiunta, puo' scegliere di prediligere dei prodotti e dei servizi al posto di altri, per rispettare dei principi, come ad esempio, comprare presso una bottega locale piuttosto che presso un supermercato,

usare prodotti biologici, prediligere prodotti e servizi che garantiscono il rispetto dei diritti dei lavoratori. Pagando il costo aggiuntivo che richiede il rispetto di buoni principi, il mondo cambia veramente, anche se di un infinitesimo. Se non viene pagato questo costo aggiuntivo, verra' comunque il tempo in cui altri lo pagheranno al posto nostro contro la loro volonta', come i paesi del terzo mondo, o in cui noi stessi lo pagheremo, come negli episodi dei disastri ambientali. E' da aggiungere che agire solo singolarmente non puo' cambiare la situazione. Per questo e' poi opportuno unirsi ad altri che hanno gli stessi fini ed intenzioni. Solo cosi' potra' poi nascere una vera forza politica, sana, pacifica, che cambiera' il mondo.

4.0.3 Esempio ideale

Per dare concretezza a quanto fin'ora detto, facciamo l'esempio del lavoro come strumento per la ricerca della vera vita. Oltre a realizzare una mera logica di sussistenza, andando a lavorare si ha la possibilita': di stare con altre persone, che come noi cercano di sopravvivere impegnandosi onestamente e che sono al di fuori del nostro cerchio di amicizie; di rinforzare la fiducia in noi stessi tramite i piccoli quotidiani successi; di trasmettere le proprie tecniche e i propri trucchi ai colleghi; di sopportare chi ci e' antipatico, per rendersi conto che, in realta', il suo modo di vivere ci interessa sotto certi aspetti, e che ne' continuando ad essere come noi

siamo, ne' essendo esattamente come lui e', arriveremo alla Meta; capito cio', cambiando nel tempo, ritrovare la pace di stare con lui; di impegnarsi su problemi che solo noi sappiamo o dobbiamo risolvere; di ricorrere a tutta la propria esperienza, resistenza e astuzia; di vivere la paura del fallimento, e poi ritrovare fede, speranza, e soffrire tanto impegno, e pazienza e ancora impegno, e poi arrivare al momento fatidico della messa in atto; nel caso di successo, condividere la gioia con i colleghi, ornarsi dei complimenti dei superiori, nel caso di fallimento, riconoscere la bonta' del lavoro fatto, trarre esperienza dagli errori commessi, e ritrovare il coraggio dai consigli di chi ci vuole bene, per poi rimettersi in gioco nel lavoro. Infine, andando a lavorare si ha la possibilita' di tornare a casa, dimenticandosi della veste del dovere indossata tutta la giornata, e apprezzare la ricerca delle semplici gioie della vita, come un piatto caldo e nutriente, mangiato in compagnia di chi vogliamo bene.

Per tutto questo, chi ricerca la vera vita lavorando, non si tira indietro dai sacrifici che il lavoro comporta e si alza anche la ventesima mattina, dopo averlo fatto gia' 19 giorni nello stesso mese, e va a lavorare, nonostante, quel giorno, farebbe piu' bene per il suo fegato fare una semplice passeggiata per comprare la frutta o stringere la mano del suo amore e guardare il cielo. Chi ricerca la vera vita, non si vede schiavo ne' accetta il mondo come perfetto. Comprende il suo cuore e quello degli altri e capisce che la societa' e' il risultato

degli egoismi e delle eccellenze di ognuno. Sa' quindi che non puo' assentarsi perfino la ventesima mattina, perche'

1. il suo capo o manager non ha cognizione delle esigenze personali di ogni suo dipendente, e averla non e' facile e sarebbe molto impegnativo per chiunque. Inoltre, e' gia' impegnato ad affrontare le problematiche di produzione aziendali, e quindi, anche desiderandolo, non potrebbe dedicarsi serenamente ad ognuno.
2. Perche', il vero lavoratore sa che non ha cognizione completa dei piani dei suoi capi e di quello che stanno facendo i colleghi, delle difficolta' che sta' affrontando l'azienda e di quello che vuole fare per il prossimo futuro. Forse ha una visione di cio', ma non precisa, quindi non puo' concludere correttamente, autonomamente, se e' giusto fare qualcosa a riguardo del suo lavoro o no. Nello specifico, non puo' decidere se assentarsi o ritardare a suo arbitrio. Inoltre, anche se la sua assenza e' ininfluyente, non puo' ragionare individualmente, perche' se poi ogni altro lavoratore facesse cosi', piu' spesso mancherebbe la persona che proprio quel giorno serve, e cosi' la produttivita' calerebbe.
3. Perche' le aziende clienti dell'azienda del lavoratore, ad ogni minimo calo di qualita' od aumento del costo passerebbero subito ad altre aziende,

perche', altrimenti, non riuscirebbero a soddisfare le richieste dei loro stessi clienti. Di conseguenza, l'azienda del lavoratore diventerebbe piu' debole nel mercato e le aziende competitrici ne approfitterebbero per superarla e godere dei benefici che ha goduto quando era avanti a loro, e che, seguendo una logica capitalista, non ha mai condiviso con loro.

Il vero lavoratore, quindi, pur facendo parte del meccanismo capitalista che non lascia un pieno respiro alla sua vita, ne comprende le ragioni umane, e considerando gli uomini di tutte le aziende, come suoi fratelli, non si ribella a loro. Sopportando la condizione presente della societa', gioisce delle piccole e semplici gioie della vita, e nel suo piccolo, si impegna per il benessere interiore dei suoi amici e delle persone che incontra, sognando che aumenti pure per ogni membro della collettivita' cosi' che lavorare non sara' piu' cosi' pesante per l'uomo.

Il lavoro non e' il fine, e' un mezzo per mettere a fuoco la ricerca della vera vita. Esistono molti altri modi per ricercarla, come l'arte, lo sport, la politica, la religione, la scienza, la famiglia. Tutti, seppure diversi, hanno gli stessi ingredienti: 1. apprezzare cio' che si e' e gli altri sono, 2. impegnarsi per dare a tutti, 3. non dare immotivata priorita' a nessuno, compresi se stessi, al costo di rinunciare a molti privilegi.

Capitolo 5

Cambiare il mondo

Il male nel mondo e' il risultato della somma delle paure, egoismi ed insensibilita' di ciascuno, per quanto piccole e non eclatanti. Queste debolezze e vizi, sono la conseguenza naturale del male nel mondo in cui ciascuno e' cresciuto nella sua infanzia. Ad esempio, se si cresce in un ambiente aggressivo, poi si ci adattera' come si puo', ed e' probabile imparare a relazionarsi con gli altri tramite rapporti di potere. Gli altri saranno amici se servono, e nemici se faranno i loro interessi. Ancora, se da bambini non ci siamo potuti fidare degli estranei, a maggior ragione da grandi non ci potremo fidare degli sconosciuti, ed appena qualcuno si discosterà dalla nostra normalità, lo giudicheremo e ci sembrerà pericoloso, od inferiore e noi superiori. Se da bambini viviamo particolari difficoltà, come vivere in una classe sociale svantaggiata ed emarginata, sarà poi difficile sentirsi parte del resto della società,

saremo piu' inclini a discostarci dal senso comune del giusto, e a farci le nostre regole, coltivando un senso di diffidenza e discredito verso chi non fa parte del nostro mondo. In tutti questi casi si creeranno dei contrasti piccoli e grandi, che a parte casi eclatanti, non favoriranno un globale sviluppo del benessere, della liberta' e della realizzazione individuale. Questi sono esempi di come si crea il circolo vizioso che se non interrotto porta alla distruzione della societa'.

Non ci sono altri mali, o poteri piu' forti della somma degli infinitesimi maligni a cui ognuno contribuisce ogni giorno con la sua identita' ferita. Ad esempio, ci lamentiamo delle multinazionali, che chissa' quale potere pare abbiano. Ma messo e non concesso che tale potere ci costringa a non realizzarci e non essere felici, e' da ammettere che tale potere economico, politico e sociale, siamo noi a darglielo! E' piu' vantaggioso comprare prodotti a minor prezzo, e con un click, che pagare un prodotto fatto da una azienda locale. Questo muove una massa di persone e di soldi verso il monopolio, iper-industrializzato, di multinazionali. Ci lamentiamo che tali multinazionali sfruttano i lavoratori, nel nostro paese, e ancor di piu' nei paesi sottosviluppati. Ma siamo disposti a pagare di piu', ad avere meno tempo, a crearci nuove difficolta' per usare servizi e prodotti non standard, difficolta' che nessuno ha? E' molto difficile essere inclini a cambiare la propria vita, e renderla piu' dura di quella che e', ma qui sta' il punto. Il nostro non-sacrificio, sacrifica il resto del mondo,

e di riflesso, anche noi stessi.

La disoccupazione, l'alta competizione, lo sfruttamento e lo stress nel lavoro, i problemi sociali, le guerre, sono tutte descrivibili allo stesso modo. Non c'è un grande cattivo che architetta tutto ciò. Possono esserci sciacalli che ci bagnano il pane nei problemi del mondo, come chi specula in borsa, o chi progetta truffe, ma ciò è una percentuale irrisoria rispetto al vero problema. Se così non fosse, basterebbe destituire il dittatore di turno, e il mondo sarebbe felice e sorridente. Ma è mai stato così? Ne ci sarà mai un grande leader che risolverà per più di un anno, anche solo uno di un nostro problema personale. Fino a quando tutti saremo la causa del malessere personale e collettivo, il mondo rimarrà lo stesso, cambieranno i nomi, "monarchia" e "sudditanza" si chiamerà "capitalismo" e "proletariato", "teocrazia" si chiamerà "tecnocrazia", ma il mondo rimarrà sempre lo stesso.

Se si vuole che le cose nel mondo cambino, non c'è altro modo che cambiare quell'infinitesimo di noi stessi, senza pretendere un minimo di cambiamento negli altri. Il nostro piccolo cambiamento, avrà agli occhi di Dio un valore esponenziale, e nei secoli, nei millenni il mondo migliorerà. E quand'anche il mondo troverà la sua fine, noi lo avremo amato veramente, e ogni abuso subito in vita, non ci sarà pesato, perché sarà servito, almeno un po', ad almeno una persona.

Per cambiare noi stessi, è lodevole privilegiare prodotti "green", discostarsi dal consumismo, scegliere mo-

di di vita alternativi. Tuttavia, cio' che Gesu' dice e' ancora piu' forte: dobbiamo cambiare la nostra identita', i nostri stessi sentimenti, il nostro spirito. Questo, nel nostro piccolo, al di la' di cosa compriamo o meno, ha profonde conseguenze. Ha conseguenze sul rapporto con i nostri colleghi, con i clienti, col valutare e giudicare le scelte dei nostri superiori, su come trattiamo chi ha un ruolo subordinato a noi. Gli effetti sono invisibili e infinitesimi, ma cosi' come le ottimizzazioni ingegneristiche sui motori, che migliorano di una piccola percentuale l'efficienza di un ingranaggio, si traducono in una molto piu' elevata prestazione, perche' quell'ingranaggio gira migliaia e migliaia di volte, e quindi la piccola percentuale si cumula, allo stesso modo nella nostra vita, le miglorie spirituali che esaltano la vita propria ed altrui, si cumulano nel tempo, e poi, in momenti opportuni, aprono le porte a nuovi orizzonti. E' solo cosi' che possono avvenire piccoli grandi miracoli, come un impiegato che discute criticamente l'eticita' di una scelta aziendale, mettendo in gioco il suo posto. O come un manager che difende i suoi lavoratori, dando meno priorita' alla produttivita' capitalistica dell'azienda e, di rimando, mettendo in gioco il suo posto. O come di una coppia, che accetta di vivere fuori citta', con un proprio orto e di fare ricorso solo a prodotti equosolidali, al costo di vivere con ristrettezze economiche e materiali.

Crescendo e maturando, si capisce che inizialmente, molte delle proprie idee che cambierebbero le cose

nel mondo sono un nostro chiedere e pretendere dei cambiamenti nelle persone. Questi cambiamenti non sono semplici da attuare e richiedono una buona dose di sacrificio. Un esempio banale e' il ritenere superiore usare Linux ed inferiore usare Windows. Per chi non e' appassionato di informatica, non e' semplice imparare ad usare un nuovo sistema operativo¹. Pretendere non e' amare, anche se si pretende il giusto. Piuttosto, si puo' annunciare e spiegare il proprio ideale, testimoniando con la propria vita la sua applicazione. Così, l'altra persona sara' libera di scegliere. Si può nella propria quotidianeta' usare Linux, affrontando tutte le piccole, e a volte grandi, difficolta' connesse, e spiegare agli altri perche' e' piu' etico, e nel lungo tempo, piu' efficiente usare Linux, senza pero' prendersela con chi non lo usa, comprendendo i suoi motivi, e continuando ad armarlo.

Affrontando un percorso interiore innanzitutto si diventa sempre piu' contenti della propria vita, e piu' forti e coraggiosi nell'affrontare le difficolta'. Così, cio' che e' esterno, diventa una semplice condizione naturale delle cose. Ce la prenderemmo mai con un fiume che ha smesso di scorrere? Cercheremmo acqua in altri posti, magari in punti piu' remoti e difficili da raggiungere, ma cercheremmo di trarre il massimo dalla vita lo stesso, e così' saremmo ugualmente felici.

Inoltre, ognuno nel mondo sta' facendo cio' che crede sia meglio fare. Anche quando sceglie il male, sta'

¹anche se oggi giorno Linux e' diventato molto piu' usabile

scegliendo cio' che crede essere bene. Se e' vero che il bene che noi viviamo e' superiore a quello scelto dall'altro, allora facendolo sperimentare e conoscere, l'altro lo accoglierà'. Quindi, per curare il male negli altri, prima dobbiamo raggiungere il bene in noi stessi, e dopo, metterci nella difficile ma nobile impresa di comunicarlo e farlo conoscere a chi non lo conosce.

Questo modo di pensare e agire, e' molto diverso dallo stile imperialista a cui siamo abituati, in cui c'e' una verita' piu' vera delle altre, o una giustizia piu' giusta. Questo stile imperialista ha portato a molte guerre e divisioni, e continuera' a farlo. Solo l'amore puo' portare ad un bene superiore, e l'amore non convince, l'amore disseta.

Riguardo al potere, l'errore piu' grande e' il non avere un potere sano sulla propria anima. E' quando non siamo in grado di portare noi stessi alla pace interiore, a buone relazioni, al vivere sane emozioni, che proiettiamo la nostra incapacita' nei leader mondiali, nei grandi sistemi, nelle situazioni di crisi macroscopiche. Un santo, invece, riesce a sorridere anche nelle situazioni piu' difficili ed inumane, perche' nel suo cuore e' incrollabile l'amore che prova Dio per lui.

Chi sceglia' di amare il mondo, cosi' come sopra descritto, nella sua vita potra' giungere a questa fede: "l'umanita' continuera' a vivere, a rinnovarsi. Non esistera' mai un armageddon totale. L'umanita' si rialzera' sempre dalle proprie ceneri. Il bene vincerà' sempre, e chi avra' perseguito il male, sara' dimenticato

come polvere al vento. Dopo molte generazioni, dopo aver superato molti traumi di guerre, emarginazioni e discriminazioni, sfide e mutamenti tecnologici di stili di vita, e mutamenti di DNA, dopo tutto questo, conoscerà un periodo di pace e prosperità, che durerà fino alla fine dell'universo". Fino ad allora, l'umanità ha bisogno di piccoli eroi che per lei si mettono in cammino per far sgorgare e crescere il bene in se stessi e metterlo a disposizione degli altri e di tutti.

Capitolo 6

Riferimenti

“Il treno dei bambini, Viola Ardone”

Nell'essere poveri sembra che e' il non avere che non consente l'amare. Non si ci rende conto di avere gia' tutto cio' che e' divino, e non amando si perde cio' che veramente conta. Così, nella poverta' si diventa duri. E le maniera dure generano delle rotture, che la Vita impieghera' molto tempo per riparare.

“Alexander Lowen, Il piacere”

Il piacere e' la sensazione dello stare bene. Il mondo moderno decadente, illude le persone con falsi piaceri, ben lontani da quelli primordiarli e autentici, come quello, ad esempio, di respirare. Un libro dello psico-terapeuta, Alexander Lowen.

“Eric Berne, Ciao... e poi”

L'approccio dello psico-terapeuta Eric Berne per la ri-

soluzione dei conflitti interiori.

“Luigi Maria Epicoco. Sale, Non Miele. Per una fede che brucia.”

Luigi Maria Epicoco e' un presbitero, teologo, filosofo e scrittore italiano. Questo libro e' un'introduzione sia semplice, sia teologica al mettersi in cammino in un percorso di fede.

“Ilahi Kitabi, A book of Ilahis”

<http://www.rifai.org/sufism/wp-content/uploads/>

[2012/02/a-book-of-ilahis.pdf](http://www.rifai.org/sufism/wp-content/uploads/2012/02/a-book-of-ilahis.pdf)



<https://en.wikipedia.org/wiki/Sufism>



I veri dervisci sono dediti alla ricerca dell'Amore puro e universale, e sono pronti a dedicare la loro vita per difenderlo e manifestarlo.

“Richard David Precht, Ma io chi sono? (ed eventualmente, quanti sono?)”

Viaggio nella filosofia tramite un approccio moderno: neurofisiologia, accenni a The Matrix, psicologia ed altro.

“Col saldatore alle due di notte” di Asbesto Ga-

briele Zaverio,

<http://freaknet.org/asbesto/libro.html>



Brevi poesie spirituali Zen (haiku), scritti da autori che vanno dal 1600 fino ai giorni nostri.

“Le confessioni” di Sant’Agostino

Il percorso spirituale di conversione e d’incontro con Dio di Sant’Agostino che partendo da una vita mondana, grazie alla sua ricerca della verita’ giunge, con fatica e passione, a Lui.

Capitolo 7

Note sull'autore

Ho studiato matematica e informatica. Nel 2012, dopo un confronto con un praticante Sufista, laureato in filosofia, ho iniziato ad esplorare il mondo della spiritualità, ovvero della cura della propria interiorità per crescere nell'amore caritatevole. Ho seguito un percorso di psicoterapia per più di 9 anni. Nel 2020, ho iniziato un percorso con il Rinnovamento nello Spirito della Chiesa Cattolica, e non molto dopo con le Suore Carmelitane Messaggere dello Spirito Santo. Con la psicoterapia ho avuto gli strumenti per lavorare sulle carenze della mia vita, mentre con il ragionamento filosofico e la pratica spirituale ho avuto la motivazione per compiere questo lavoro. Lavoro che mi ha messo più a stretto contatto con me stesso e con gli altri. Questo, rispetto a tutto quanto mi aveva fornito il mondo, come l'istruzione, l'università, il lavoro e le amicizie, mi ha avvicinato più semplicemente e più direttamente alla

Verita'. Data la Sua rarita' e bellezza, ho da sempre avuto l'impulso di dividerLa apertamente, e cosi' e' nato questo libro nel Novembre del 2019.

La verita' di cui parlo altro non puo' essere che le conclusioni sulla vita tratte dalla mia esperienza e dall'esperienza di altri uomini e donne che amo. Ma queste, non sono semplici opinioni. Sono la distillazione di vite vissute cercando, praticando, sbagliando, soffrendo, pentendosi, ed ancora cercando, praticando, amando.

Non sono santo, ovvero non sempre ho la forza di aderire a cio' che scrivo, non sono sempre in pace con me stesso, gli altri e la vita. Tuttavia, ogni volta che ritorno in una situazione pesante, non mi perdo, non odio la vita, so perche' resistere, e piano piano mi risollevo. Ed ogni volta che ne esco ritorno a contemplare la bellezza della vita, e riguardo al passato con piede piu' saldo. E ritrovo che quanto ho scritto e' vero, o trovo nuovi spunti per arrivare ad una formulazione della verita' piu' semplice e bella.

Quando ho trovato la calma o la forza nel tempo libero di sedermi e rappresentare quello che avevo scoperto e quello che ormai avevo assodato, scrivevo. Molte volte anche se mi sarebbe piaciuto scrivere una bella idea, ho rimandato perche' non consideravo l'idea abbastanza matura. L'idea era solo una bella idea, ma era piu' vanita' che verita'.

Cio' che e' scritto e' condiviso nell'augurio che o possa dire a voce aperta cio' che gia' nel tuo cuore credi

o che possa essere spunto di riflessione per arrivare a tue conclusioni piu' profonde. Nello specifico, che tu possa

1. intuire che la felicità, quella vera, che conoscevamo quando eravamo bambini, può esistere, totalmente e globalmente, anche in questo mondo complesso, anche nelle situazioni difficili;
2. che è infinitamente grande e non vi è cosa più grande di spendersi, rischiare ed amare fino alla fine, per dare la felicità a se stessi ed agli altri;
3. ritrovare il concetto di Dio, quello dell'amore e della fede vera, calato nella cultura moderna scientifica, senza alcuna contraddizione con la visione scientifica del mondo. Sia la scienza, sia la fede sono strumento per l'uomo che ama;
4. capire che il mondo cambia nel momento in cui cambiamo noi stessi e non in altro modo, e che non ci sono poteri più forti, come il capitalismo, che possano bloccare l'altruismo.

7.0.1 La farfalla

La farfalla in copertina è il disegno di una formula matematica chiamata "butterfly curve". Si può disegnare con Gnuplot con il seguente codice:

```
set polar
```

```
set style line 5 lt rgb "#ADD8E6" lw 3
plot exp(sin(t)) - 2*cos(4*t) + \
      (sin(1/24*(2*t-pi)))*5 ls 5
pause -1
```

https://en.wikipedia.org/wiki/Butterfly_curve_

(transcendental)



