

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.

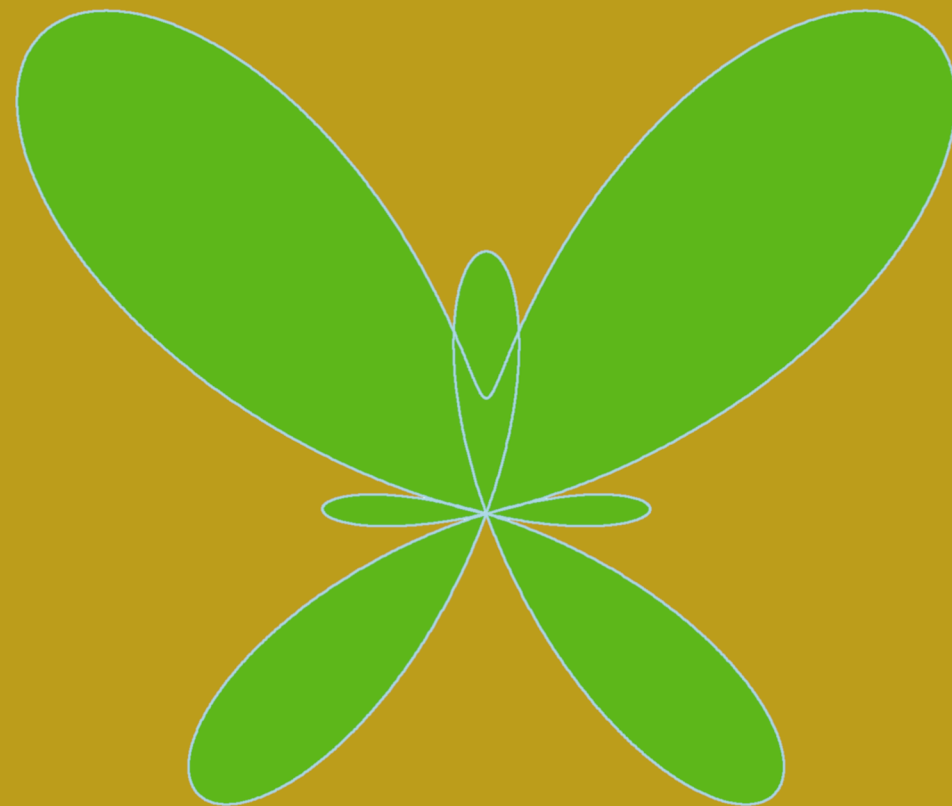
E quando trovero' rugiada, ringraziero' Dio dei giorni che mi sta' regalando. E quando, trovero' afa e deserto, ringraziero' Lui dei giorni che mi ha regalato."

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

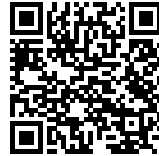
©Andrea Lo Pumo (Kareh)

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 | xiv |
| 1 Prima dell'inizio del tempo | 1 |
| 2 Tracce sul cammino | 15 |
| 2.1 Classici | 65 |
| 3 L'importanza del lavoro umile nell'era del capitalismo | 73 |
| 3.0.1 Sui lavori utili | 77 |
| 3.0.2 Sui consumatori | 79 |
| 4 La ricerca di Dio con approccio scientifico | 81 |
| 4.0.1 Cosa segue | 85 |
| 4.0.2 Avvertenze dottrinali | 86 |
| 4.1 Amare | 87 |
| 4.1.1 Se stessi | 87 |
| 4.1.2 La non dipendenza dall'esterno . | 90 |
| 4.1.3 L'Altro | 95 |

| | | |
|--------|---|-----|
| 4.1.4 | L'inconscio | 98 |
| 4.2 | La ricerca di se stessi e di Dio | 102 |
| 4.2.1 | Sull'istituzione religiosa | 107 |
| 4.3 | Sul peccato e sul perdono | 111 |
| 4.4 | Sulle leggi della religione | 111 |
| 4.5 | Il Grazie | 114 |
| 4.6 | La Natura | 120 |
| 4.6.1 | Perche' questa Natura? | 122 |
| 4.7 | Dall'esterno verso l'interno | 128 |
| 4.7.1 | E nella piccolezza, eccoTi | 132 |
| 4.7.2 | L'Io psicologico e Dio | 138 |
| 4.7.3 | Uomo \neq Dio, ovvero perche' non <i>dobbiamo</i> essere Dio | 140 |
| 4.7.4 | Note dottrinali | 141 |
| 4.7.5 | Sul nichilismo scientifico | 143 |
| 4.8 | Procedimento assiomatico | 145 |
| 4.8.1 | Sulla ricorsione del Se' | 149 |
| 4.8.2 | Sull'unicita' | 149 |
| 4.8.3 | Lo Spirito | 153 |
| 4.8.4 | L'Io | 153 |
| 4.8.5 | Dio come Spirito | 160 |
| 4.8.6 | Dio come Anima | 162 |
| 4.8.7 | Dio come Figlio | 166 |
| 4.8.8 | Il Se e l'Altro come corpo di Cristo | 169 |
| 4.8.9 | La preghiera | 175 |
| 4.8.10 | Lo Spirito Santo | 175 |
| 4.8.11 | Lo zero | 178 |
| 4.8.12 | Dio come realizzazione vera di ogni desiderio | 183 |

| | | |
|----------|----------------------------------|------------|
| 4.8.13 | Definizioni negative | 185 |
| 4.8.14 | Considerazioni geometriche . . . | 186 |
| 4.8.15 | Futuri sviluppi | 189 |
| 4.9 | Appendice A | 190 |
| 5 | Cambiare il mondo | 193 |
| 6 | Riferimenti | 201 |
| 7 | Note sull'autore | 205 |
| 7.0.1 | La farfalla | 207 |

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.

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 faticoso 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. Perché le aziende clienti dell'azienda del lavoratore, ad ogni minimo calo di qualità od aumento del costo passerebbero subito ad altre aziende, perché, altrimenti, non riuscirebbero a soddisfare le richieste dei loro stessi clienti. Di conseguenza, l'azienda del lavoratore diventerebbe più debole nel mercato e le aziende competitive 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 società, 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 collettività così che lavorare non sarà più così pesante per l'uomo.

Il lavoro non è il fine, è 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 ciò che si è e gli altri sono, 2. impegnarsi per dare a tutti, 3.

non dare immotivata priorit  a nessuno, compresi se stessi, al costo di rinunciare a molti privilegi.

Vale la pena ricercare la vera vita. Il piacere della vita vera   ineguagliabile. E' genuino e ricco,   raffinato e inarrestabile. Vedere e sentire che la propria e altrui vita cresce e poi fiorisce   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, cosi', solo tramite la Carita', 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 cio' che dava vita e cio' 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   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 metropoli-

tana. 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 25 febbraio 2025

0.1 Links

Pagina web del libro:

<https://kareh.github.io>



Codice sorgente (LaTeX):

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



Capitolo 1

Prima dell'inizio del tempo

Cio' che esiste ha sempre un fine, o a favore degli uomini e delle donne, o contro essi, oppure a volte a favore ed altre volte a sfavore. Ad esempio, la montagna esiste ed e' grande. E' difficile da scalare, ma raggiunte le alture, nasconde in se ruscelli e sorgenti d'acqua pura. E allora la sua vista e' sia sfida che ammirazione. Ora, dal punto di vista strettamente fisico-matematico, nulla esiste, perche' nulla ha un fine, ma tutto e' solo un susseguirsi meccanico di trasformazioni di materia morta. Ad esempio, la terra che compone la montagna non ha un cuore per curarsi di quanto sia difficile scalarla, ne' di quanto sia gioioso trovare in se' acqua che sgorga dagli anfratti puliti delle sue rocce. Infatti, a rigor di scienza non ha fibre nervose per concepire alcun che'. Allora, al di la' delle nostre sfide e delle

2CAPITOLO 1. PRIMA DELL'INIZIO DEL TEMPO

nostre gioie, la materia e' niente, e' un niente che sotto alcune condizioni e' a noi utile e sotto altre e' a noi d'ostacolo. Ma finche' ci sara' vita, e finche' la vita avra' speranza nella vita, sommando tutti i pro e i contro, ci sara' almeno un pro, seppur piccolo, che fara' vedere la terra ammucchiata in gran quantita' come una bella montagna, che reca nei suoi segreti doni preziosi.

Cosi', avendo fede nella vita che affronta paziente e con coraggio gli ostacoli d'innanzi a se, non tramite il potere e il dominio su la natura, su le cose, su gli uomini e le donne, ma solo tramite il suo amore per tutta la vita, posso parlare della generazione dell'universo, come facevano gli antichi, che come noi avevano affrontato secoli di pericoli, e che tenendo cara la vita di ognuno, avevano intuito i segreti delle nostre anime, le nostre debolezze, le nostre virtu'. Quindi, sono autorizzato ad andare oltre un discorso prettamente scientifico, e ad estendere la visione dell'Universo includendo cio' che nutre l'anima, oltre la mente.

«Nell'eternita', prima dell'inizio del tempo, vi era un'unica Anima, infinita e bella, quella di Colui che Unicamente e Sempre Ama. Non possedeva ne' un corpo, ne' memoria, ne' alcun che' di cio' che ci piace oggi, ma della sua stessa pace era appagata, e tale era il suo appagamento che non provava interesse per spazi, tempi, forme e colori. Anche se, di queste cose se ne intendeva, e si compiaceva nel crearle, vederle, studiarle e poi riporle nel libro della Conoscenza. Nel far cio', non impiegava tutto se stessa, gli bastava impie-

gare una piccola ed infinita parte di se', che chiamiamo Natura. Oltre a Natura, vi erano altre Sue parti, che chiamiamo Angeli, che, seppure una miriade in numero, erano tutte in armonia ed unite, cosi' che Lui era sempre Uno.

Cosi', nell'eternita', prima dell'inizio del tempo, Natura, bambina, giocava. Era intelligente, e di matematica ragionava. Con l'abilita' di un'artista, sorprendevasi tutti creando piccole piante, facendo zampillare l'acqua dal terreno, sfornando pietre e cristalli di vari colori e forme, alcune semplicemente belli alla vista, altri con sorprendenti proprieta' di resistenza o di essenza. Gli Angeli si meravigliavano del suo talento, si divertivano a giocare con lei con tutte le cose curiose e interessanti che portava loro, ed amavano coccolarla e riempirla di attenzioni.

Quando divenne grande, rivelo' a tutti la sua opera piu' bella a cui lavorava da tempo. Parlo' di una sfera luminosa di vari colori che sprigionava un forte calore. Parlo' di particelle che cariche di energia andavano in tutte le direzioni, sbattevano tra loro, emettevano luce, generavano altre particelle. Poi parlo' di stelle e di galassie. Tutti le chiesero cosa fosse. Lei rispose: "Questa sfera e' l'Universo. In esso e' racchiusa luce e materia. Esse si trasformano perpetuamente, conservando l'energia, cosi' anche se tutto al suo interno muta, in realta' nulla cambia. Questo e' l'Universo e lo progetto secondo l'amore dell'Altissimo." Gli Angeli rimasero stupiti guardando quella sfera che emanava

4CAPITOLO 1. PRIMA DELL'INIZIO DEL TEMPO

una luce intensa di molti colori, anche se non capivano bene quello che diceva la Natura. Poi, un angelo bambino chiese: “Cosa vuol dire Amore? Che cosa vuole il Signore fare?” La Natura chiamò Sapienza, e lei rispose: “Amore vuol dire Altro. Dall’eternità esiste Lui, e noi in Lui, e solo Lui. Ma nell’Universo, esisterà un essere a Sua immagine e somiglianza, distinto da Lui, fuori da Lui, che Lui amerà’. Questo essere si chiamerà Uomo, sarà una moltitudine, all’apparenza, ma una cosa sola, nella verità. Maschio e femmina sarà’.” Poi continuò Natura: “Per questo suo progetto, mi rivolsi al Nulla, e pregai il Signore per lo spazio ed il tempo, ed il Nulla divenne infinito e vasto. Poi riempii il Nulla di altissima energia, ma neutra, né cattiva né buona, e secondo Sapienza, stabilii di aspettare moltissimo tempo, per ricamare e tessere con finezza la materia, e così accumulare e produrre nelle Stelle gli elementi che sarebbero serviti per la Meraviglia.”. Gli Angeli, ascoltato il discorso di Natura, sentirono anche loro il desiderio di vedere l’Opera del Signore. Compresero che sarebbe stato qualcosa di veramente grande e speciale. L’angelo bambino chiese: “Voglio anch’io amare secondo nostro Signore!”. Un angelo bambino disse: “Voglio aiutare e vedere il momento della nascita della Meraviglia!”. E mille altri angeli ancora, esclamarono la loro eccitazione. Sapienza allora profetizzò: “L’Uomo sarà simile a Lui tutto, padroneggerà le forze dell’Universo per prosperare, dalla materia fredda si ergerà e la renderà simile a quella calda delle stelle. Ma più di

tutti i doni, avra' il Libero Arbitrio, avra' volonta' propria, e potra' scegliere di seguire le Sue parole o perfino di ribellarsi a Lui, perche' Lui vuole dare tutto di se stesso all'Uomo, anche la Sua liberta', la Sua incondizionata volonta'." Sapienza aggiunse: "Una miriade¹ di anime nasceranno nell'Universo. Il Signore formera' il loro corpo nel grembo della loro madre. Fara' di loro una meraviglia stupenda². Avranno con loro la potenza dello Spirito, e li' dove ci saranno pericoli e difficolta', se con coraggio Lo ascolteranno, li supereranno nella Sua gloria, e li' dove il male regnera', se con la preghiera ascolteranno la Sua voce, saranno dei semi che da cio' che marcisce faranno sorgere fiori e campi. Nella pace, insieme gioiranno delle forme, dei colori, dei suoni, e potranno liberamente muoversi e danzare nello spazio. Così, scriveranno nella materia, per l'eternita', la Sua storia. Ogni passo fatto da loro per amarlo, sara' a Lui gradito, lodato e favorito."

¹Dalla nascita dell'uomo, ad oggi, 117 miliardi di esseri umani hanno abitato la Terra. [https://www.prb.org/articles/](https://www.prb.org/articles/how-many-people-have-ever-lived-on-earth/)

[how-many-people-have-ever-lived-on-earth/](https://www.prb.org/articles/how-many-people-have-ever-lived-on-earth/)



²Frase presa dal Salmo 139 della Bibbia [https://www.](https://www.bibbiaedu.it/CEI2008/at/Sal/139/)

[bibbiaedu.it/CEI2008/at/Sal/139/](https://www.bibbiaedu.it/CEI2008/at/Sal/139/)



6CAPITOLO 1. PRIMA DELL'INIZIO DEL TEMPO

Diversi angeli rimasero a guardare l'universo per qualche tempo. Vedevano in esso lo spazio: la possibilita' per i viventi di scegliere di stare nel punto che piu' si gradisce. Vedevano la luce: la possibilita' di vedere le forme che piu' piacciono. Vedevano la materia, che permetteva di mantenere una forma stabile nel tempo, in un punto dello spazio. Ancora le condizioni iniziali non erano scelte, per questo l'universo non era come lo conosciamo, era instabile. Ma molti Angeli erano incantati, vedevano luci e forme che si creavano e si distruggevano. Danze di materia ed energia che dipingevano sulla tela dello spazio. Poi, capirono che la vita, in un Universo stabile, avrebbe avuto una forma. E questo fra tutte le meraviglie li stupi'. L'Uomo avrebbe potuto guardare l'altro Uomo, maschio o femmina, ascoltarlo e parlarci, cantare e correre con lui. Così, cominciarono a pensare solo a come sarebbe stato bello tutto questo e solo a questo. Crebbe in loro un desiderio grandissimo ed indistruttibile di amare gli uomini e le donne che sarebbero venuti ad essere. Poi, Natura, tra tutti i possibili universi concepì quello dove era favorevole la nascita della vita. Così scelse le condizioni iniziali, le costanti che avrebbero determinato la storia dell'Universo. E il tempo ebbe inizio.

All'inizio del tempo, lo spazio nacque e crebbe vertiginosamente ad ogni istante. Assieme allo spazio, un incommensurabile fuoco scaturì dal centro dell'universo. Il fuoco era composto da un mare di particelle, che cariche di energia, andavano in tutte le direzioni, sbat-

tevano tra loro, emettevano fotoni, generavano altre particelle. Gradualmente, sotto l'azione della gravita', si formarono le nebulose, nuvole di particelle variopinte che si estendevano per milioni di miliardi di chilometri. Nelle nebulose, le stelle si formavano e brillavano, roteavano su se stesse, e quest'ultime, in gruppo, formavano le galassie. Così le cose continuarono per un miliardo di anni, fino a che il fuoco iniziale, ormai raffreddato, veniva mantenuto acceso dalla miriade di stelle rimaste. Per l'esattezza, mille miliardi di miliardi di stelle³. Le stelle brillarono nel vuoto dello spazio per altri 9 miliardi di anni⁴. Poi in un punto dell'universo, in un pianeta blu, gli atomi e le molecole si erano mescolate e ricombinate molte volte, così molte volte che la vita si sprigionò come un'ulteriore esplosione. La vita, inizialmente mono-cellulare, era sorprendente, perché mentre la materia era alla merce' delle forze della natura, la vita poteva fare delle piccole azioni meccaniche e chimiche che le permettevano di perpetuarsi nel tempo. 4 miliardi di anni dopo⁵, i primi esseri senzienti aprirono gli occhi. Inizialmente,

³<http://scienceline.ucsb.edu/getkey.php?key=3775>



⁴Cerca su google "age of life on earth" e "age of the universe"

⁵"Intelligent life emerged on a timescale similar to that of Earth's lifetime. It took 4 Ga for intelligent life to emerge, ..." <https://www.liebertpub.com/doi/full/10.1089/ast.>

8CAPITOLO 1. PRIMA DELL'INIZIO DEL TEMPO

gli animali erano delle strane creature, deboli, istintive e sentivano due sole emozioni: paura e piacere. Nel tempo però, grazie all'abbondanza di energia e risorse disponibili nella natura, la vita accumulò doni e ricchezze. Il loro corpo si modellò per meglio sopportare le fatiche e vincere gli ostacoli, sviluppò nuovi organi di senso come quello dell'udito, e poi quello della vista (inizialmente senza colori). Tutto questo avvenne tramite l'ereditarietà della specie e tramite il rinnovamento e il cambiamento dei geni nei figli. Il termine scientifico è "selezione naturale". Tuttavia, con questo termine sembra quasi che la Natura sceglie chi vive e chi muore. Vista in ottica diversa, è semplicemente che i tratti buoni si tramandano ai figli e a volte i figli hanno tratti migliori, che li avvantaggeranno, e che tramanderanno ai loro figli. E' chiaro che gli esseri più avvantaggiati permaneranno e popoleranno di più la terra. Ma ciò non significa che i più popolosi saranno migliori di quelli che poi, pian piano, non avranno più discendenza. Infatti, è un uomo vivo migliore di un uomo buono e che ha fatto sempre del bene e che è morto ? Agli occhi di Dio, tutte le creature sono importanti, e così anche agli occhi della Natura.

2019.2149



See also, Franck S, Bounama C, and

Von Bloh W (2006) Causes and timing of future biosphere extinctions. *Biogeosciences* 3:85–92. Crossref, Google Scholar

125 mila anni fa', nacque l'uomo come lo conosciamo⁶. L'uomo, come i mammiferi, non provava solo paura e piacere, ma anche amore. A differenza però degli altri mammiferi, eccelleva in intelligenza. Così che mentre tutti gli altri animali erano sempre ciò che erano, l'uomo poteva scegliere chi era. Le cose e gli animali sono sempre ciò che sono. Esse e loro appartengono armoniosamente all'opera di Dio. Infatti, anche quando potrebbero sembrare fuori posto, non sono odiose, ad esempio, un masso pesante che ostacola il cammino da' fastidio ma non e' odiabile, poveretto lui era li' da centinaia d'anni. Un animale pericoloso e' temibile ma non e' odiabile, lui cerca di ricavarsi il suo territorio nell'aperta natura selvaggia, per difendersi da altri animali e per assicurarsi il cibo. E per far questo dipende dal suo istinto di predatore. Un uccello che non si avvicina per essere ammirato meglio non da' frustrazione, piccolino cerca di ripararsi da pericoli piu' grandi di lui. L'uomo, invece, ha la capacita' di scegliere chi e'. Ha la capacita' di dirigere la sua vita in una di molteplici direzioni. Alcune di queste sono fruttuose, danno pace e incarnano in lui il Suo spirito,

⁶H. s. sapiens is thought to have evolved sometime between 160,000 and 90,000 years ago in Africa before migrating first to the Middle East and Europe and later to Asia, Australia, and the Americas. <https://www.britannica.com/topic/>

Homo-sapiens-sapiens



lo rendono buono e forte. Altre rendono la sua vita piu' pesante e difficile di quella degli animali e lo rendono piu' brutto e crudele degli insetti. 12 mila anni fa', dopo l'ultima era glaciale, nacque l'agricoltura.⁷ L'uomo diventò sedentario e costruì case e villaggi. I villaggi divennero città'. Nelle città' però l'uomo sceglieva quasi sempre una direzione che lo allontanava da se stesso. E ciò provocava avidità, tristezza, infedeltà'. E la vita in città' era forse più pericolosa della vita nelle foreste. I capi, per mantenere l'ordine, imposero leggi dure e severe⁸. Allora, i saggi studiarono e prepararono a lungo e per molte generazioni, per capire chi era veramente l'uomo e quali erano le migliori direzioni. Molti saggi e profeti avevano parlato e insegnato, in tanti popoli, in molte culture. Fino a quando, una donna, piena di Spirito di Dio, concepì un uomo saggio e santo: Gesù'. Gesù' studiò e pregò fin da quando era bambino. Quando fu' adulto, divenne povero come i poveri che amava, divenne santo e

⁷[https://en.wikipedia.org/wiki/History_of_](https://en.wikipedia.org/wiki/History_of_agriculture)

agriculture



⁸Un esempio è il codice di Hammurabi, [https://it.](https://it.wikipedia.org/wiki/Codice_di_Hammurabi)

[wikipedia.org/wiki/Codice_di_Hammurabi](https://it.wikipedia.org/wiki/Codice_di_Hammurabi)



perfetto ma buono con i peccatori, insegno' la legge di Dio anche quando gli uomini ingiusti che detenevano il potere avevano fastidio di lui. Diceva apertamente cio' che tutti volevano dire, ma non osavano dire. Lo poteva fare perche' lo diceva per amore e con amore, e non accusava personalmente neanche le persone piu' corrotte col potere. Predicava comportamenti e mete per indirizzare la propria vita in maniera semplice e fruttuosa, predicava un cammino di vita che il Padre nostro, l'Altissimo stesso, amava. Ma poiche' i frutti che predicava non erano mangiabili con la propria bocca, ne' facilmente visibili ad occhio nudo, adoperava parabole. Infine, con i piu' deboli e poveri, dimenticati dal resto degli uomini, parlava in maniera diretta, e loro lo capivano subito e, finalmente, avendo trovato loro di nuovo scandita a voce alta la parola di Dio, che non udivano da molto tempo, ritornavano ad alzarsi e ad amare la vita. Gesu' sapeva che cosi' facendo seminava semi piu' nutrienti del grano per tutto il popolo e che rivelava sempre piu' palesemente che lui era il Messia profetizzato dai saggi e profeti del passato, che Lui era figlio di Dio. Al contempo, i prepotenti, e i servi loro, accumulavano odio verso lui. Loro volevano il potere, la fama e la gloria che Gesu' stava acquisendo sempre di piu'. Loro governavano tramite la paura, Lui guidava tramite l'amore. Loro esaltavano solo se stessi, lui esaltava l'essere umano, gli uomini e le donne, povere e ricche, gli esseri emarginati e quelli integrati. Lui parlava di liberta' ai cuori degli uomini ormai rinchiusi in

12CAPITOLO 1. PRIMA DELL'INIZIO DEL TEMPO

gusci di ferro, costruiti per difendersi gli uni dagli altri. Loro, invece, con una mano sorridevano, con quella dietro si approfittavano delle debolezze degli altri. Così', dopo non molti anni, successe cio' che era stato predetto, molti lo lodavano e ascoltavano le sue parole, molti altri lo odiavano, e fu messo a morte. Tuttavia, lui aveva amato l'uomo, e molti con i suoi insegnamenti e il suo esempio rinacquero. Molti uomini capirono che la loro vera direzione e' quella dell'Amore. Che l'Amore e' la piu' difficile delle direzioni, ma la piu' fruttuosa e bella. Con questa nuova forza Gesu' risorse e fu' sempre accanto a loro, in ogni gesto d'amore, piccolo o grande, che si scambiavano. Da allora, i saggi e i santi di molte culture non dissero piu' di essere saggi. Il piu' saggio e santo per loro era stato Gesu'. Tutti questi, seguendo il suo esempio, ricercarono l'Amore e la Pace, nella Sua stessa maniera, conformandosi a Lui, lodandolo e amandolo. E cio' che insegnavano lo insegnavano a nome suo, per continuare il suo Vangelo. Ma anche i saggi di ancora altre molte culture, ammirarono la condotta e le opere di Gesu', e ispirati da lui, fecero al pari cose grandi. Oggi, sono trascorsi 2022 anni dopo la nascita di Gesu', questo e' il 17% del tempo passato dalla nascita dell'agricoltura e solo l'1.6% dalla nascita dell'uomo. L'uomo e' sempre l'uomo, ed e' sempre posto nella difficile impresa di gestire il suo potere di scegliere tra la vita o la morte propria o altrui, nel lavoro, o nella vita privata, di scegliere il vantaggio per se o per l'altro. E' vero che e' molto piu'

agevole e sicuro camminare in Europa. Esistono leggi che sono concepite per tutelare i diritti umani, ospedali che, anche se a volte non sono efficienti, salvano vite umane. E molti possono lavorare in maniera onesta e utile per gli altri, e molti ancora hanno avuto la possibilita' di istruirsi e di comprendere le dinamiche del mondo. Tuttavia, fino a quando il mondo sara' sbilanciato e ci saranno paesi superiori e paesi inferiori, uomini che stanno bene e uomini che stanno male, non sara' cambiato molto da allora. La guerra intestina fra gli uomini continuera'. Anche se oggi e' piu' difficile vederla, c'e' ancora: competizione per il lavoro, stress letale per non perdere il posto del lavoro, alienazione e distanza dalla propria umanita'. Tuttavia, per chi ha orecchie per sentire, la Parola e' gia' stata rivelata, e chi dedica la propria vita per incarnarla in se', non solo conoscera' momenti di Pace e di gioia, e l'umilta' e potenza dell'Amore, ma ricordera' a tutti il Suo fine: la vita, la pace e la gioia di tutti.»

Capitolo 2

Tracce sul cammino

L'universo,
infinito, freddo.

L'amore,
caldo, limitato.

Cosa altro cercare?

Dimostra che
l'amore esiste,
vero matematico!

Vivere: stare bene.
Amare: stare bene, tutti.
Gioiando di come si e',
di come ognuno e',
per come l'ambiente e',
e stare meglio.

Da soli,
con altri.
Nel deserto,
nella valle in fiore.

Perseverare costanti.
Studiare, sperimentare, cambiare,
camminando verso l'infinito bene.

Volgere il proprio stare,
affinche' ognuno
stia bene,
ma ancora di piu',
dica: vivere, amare!

Per quanto,
le due parole,
consumino tutta
la propria vita,
in un travolgente
fuoco.

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 e
fare proprio,
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.

Dio e' morto?
Sì, perche', 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.

Dio e' in Pace
ed e' Pace
per ogni uomo.
Anche se Lui
e' denudato
di ogni gloria,
di ogni affetto e riguardo umano,
eternamente e' Pace.
Anche se Lui
e' emarginato e rifiutato,
stabilmente, incessabilmente,
e' in Pace
ed e' Pace.

Dio e' vero e presente,
e lo ha dimostrato
Gesù Cristo,
e lo dimostra
chi lo ama,
con la propria vita.

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 soltanto 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,
ma perche' 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.

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, e
un decennio di studi, tra i libri ed esami, e
un decennio di tirocini,
lontani da casa,
poco pagati.

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 sacrifici,
da 2000 anni,
e noi,
in piccola misura,
gradualmente nel tempo,
fino all'anzianita',
ogni giorno nella macchina.
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 ingranaggio,
giro.
Giro contemplando
la sua bellezza,
e il suo viso
che per te
sorride.

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,
un atomo piccolo
lo hai reso re del mondo
e dei cieli,
per proclamare 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 4.8.12 pag. 183

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 è 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 alcinche' 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, cosi', solo cosi' sono".

Tale centro non e' statico, puo' 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.

Gesu'
ama,
solo ama.

Colui che l'anima
chiama, desidera, invoca,
spera, prega.
Colui che,
nella nostra piccolezza,
siamo come risposta.
Colui che,
nella grandezza del Figlio,
ha dato risposta.

2.1 Classici

Poesie e citazioni di autori classici.

Il suono
dell'acqua
dice
cio' che penso ¹

¹Haiku Zen

Vieni, guarda
i veri fiori
di questo mondo doloroso. ²

²Haiku Zen

Occorre veramente preoccuparsi
dell'illuminazione?
Non importa quale via percorro,
sto andando a casa. ³

³Haiku 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.

4

⁴Massima 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.⁵

⁵Sant'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.

⁶Lettera 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.

⁷

⁷Messalino, in ascolto, agosto/anno B

Capitolo 3

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, innanzitutto, 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.

3.0.1 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 3, 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 elogiara' 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.

3.0.2 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.

Capitolo 4

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 nell'amare Lui, 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 perseverare 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 possibilità 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 mecca-

nico, 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

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



un desiderio e bisogno piu' grande.

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.

4.0.1 Cosa segue

Ci sono due modi per leggere questo capitolo su Dio, uno partendo dal basso verso l'alto, in cui leggendo sequenzialmente i paragrafi, si arrivera' solo alla fine in 4.7.1 pag. 4.7.1 alla definizione su Dio, e si iniziera' dagli ingredienti fondamentali come la definizione dell'amore verso se stessi, verso gli altri e dall'armonia con la natura. L'altro modo e' procedendo dall'alto verso il basso, leggendo all'incontrario il capitolo, partendo dalla definizione in 4.7.1 pag. 4.7.1 su Dio, e poi andando nei dettagli della vita spirituale umana. A chi piace una via dolce, basata su una ricerca di Dio da vi-

vere nei vari momenti del quotidiano, e' consigliata la prima modalita', dal basso verso l'alto, a chi piace la via ideale dove Dio e' subito descritto a chiare lettere, e subito si dichiarano le intenzioni del Suo amore, e' consigliata la seconda, dall'alto verso il basso.

Nel paragrafo 4.7 pag. 128, si discute sulla visione atomistica e meccanicistica del Tutto.

Nell'ultimo paragrafo 4.8 pag. 145, si fara' una esposizione formale, in stile matematico di quanto detto in questo capitolo. Questo paragrafo e' per chi ha imparato a ragionare in maniera rigorosa o matematica/scientifica. In esso si cerca di condensare tutto il pensiero su Dio, in definizioni precise e logiche.

4.0.2 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.

4.1 Amare

4.1.1 Se stessi

Amare se stessi e' fondamentale, cosi' come amare gli altri. Cio' che si impara nel tempo, dalla psicologia

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



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. 201), 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 perseveranza nel tempo, l'Io si cristallizzerà, farà ricorso a soluzioni fuorvianti, e porterà la persona più 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 potrà 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 e' legato ad amare gli altri, in quanto, cosi' come il se' e' parte del Tutto, anche gli altri lo sono, e non si puo' veramente gioire se si ama una sola sua parte. Di questo parleremo in seguito.

4.1.2 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 piu' 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 biso-

gni e sogni. Ed anche se inesperti, già 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' dobbiamo stare di fronte al nostro narcisismo, ovvero nel vederci e profondamente crederci perfetti, 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, solo noi re, veramente importanti, e tutti gli altri o sudditi o nemici. E' inutile dire "io non sono cosi' ", ne' dire "io, irrimediabilmente sono cosi', ed anche peggio' ". La vera domanda e' "se fosse vero, cosa hanno percepito gli altri di me quando sono stato con loro ? Come hanno vissuto la mia presenza ?". 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. La santita' non e' l'acquisire un titolo, vincere una gara. Detto cio', la domanda successiva sara': "Posso essere piu' presente per gli altri ? Posso amarmi senza giudicare, anche quando sono in difetto, ed allo stesso modo amare gli altri, anche quando sono in difetto e sono contro la mia persona e la persona di chi amo, per amarli come figli di Dio?".

Cosa c'entra la santità con l'amare se stessi? Il rimanere fermi nel proprio essere, e non crescere tendendo alla santità, e' cio' che ci rende dipendenti dall'esterno e da altre persone per ottenere la felicità. 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 permettera' di amare noi stessi, perche' saremo schiavi di un altro Io, stando appresso ai suoi problemi. Solo l'Io di chi ci ama, 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.

Facciamo un esempio per concludere questo paragrafo: un ragazzo dice "mio padre mi fa passare i pomeriggi a studiare duramente, e' oppressivo ed io sono troppo scarso e debole". Dicendo così, il ragazzo sta' totalmente attribuendo la responsabilita' di quello che gli succede a suo padre, in piu' non tollera di vedersi in difficoltà, ne' riesce a vedere obbiettivamente suo

padre come persona e a cosa sta' ambendo. Se, invece, fosse maturo nell'amare se stesso, potrebbe dire "Io mi fido di mio padre, che credo mi stia guidando nella mia crescita, e per il mio avvenire. Sto' studiando ogni pomeriggio, intensamente, per ascoltarlo. Tuttavia sto' soffrendo. Io voglio essere libero, studiare senza soffrire e vivere semplicemente. Mio padre, tuttavia, forse vuole raggiungere un altro obiettivo, che non coincide con il mio". Capito, questo, potrebbe poi parlarne col padre. Il padre potrebbe capire le difficolta' del figlio ed andargli incontro, spiegargli perche' lui vuole che studi, anche al costo di sacrifici. Se gli obbiettivi del padre sono centrati nell'avvenire del figlio, e sono sani, il padre e il figlio, dialogando, esponendo ciascuno le proprie esigenze e speranze, raggiungeranno una compresione reciproca e cosi', sicuramente, per il figlio non sara' piu' cosi' pesante studiare. Il padre, pero', potrebbe anche rendersi conto che i suoi obbiettivi non sono gli obbiettivi di vita del figlio ³. Se il figlio, rimane radicato in se stesso, esponendo le sue difficolta',

³anche utilizzando tutta la conoscenza della psicologia, della neurofisiologia cerebrale e del vivere nel mondo, non si amerebbero i propri figli se non avessero liberta'. Come dice Richard David Precht, "posso volere cio' che voglio? E' vero che la psicologia-positiva [e' un insieme di regole efficaci per raggiungere la felicità], ma [comunque non risolve il punto fondamentale della liberta']. A cosa mi servono [le direttive e le regole] piu' intelligenti [e piu' giuste] se non sono libero di metterle in pratica?" Vedi libro di Richard David Precht, "Ma io chi sono? (ed eventualmente, quanti sono?)"

il padre vedra' che cio' che chiede sono sacrifici inutili, e che il figlio potrebbe vivere piu' serenamente, maturando lentamente nel tempo, ed avere comunque un avvenire radioso. Infine, il padre potrebbe non capire le esigenze del figlio, rimanere duramente radicato nelle sue ambizioni. Anche se cosi' fosse, il ragazzo sarebbe gia' a meta' dell'opera. Infatti, comprendendo che non e' giusto studiare immoderatamente, ma che e' anche importante riposarsi, e crescere anche in altri aspetti della vita, facendo esperienze diverse, e pur comprendendo che e' importante studiare per il suo avvenire, potrebbe prendere in mano la situazione e scegliere con responsabilita' per se stesso. La situazione potrebbe evolvere in mille modi, dal collaborare con compagni nello svolgimento dei compiti in eccesso e nel migliorare e sviluppare tecniche per fare piu' compiti in maniera piu' efficiente, al parlare con i propri professori della sua difficolta'. Infine, raggiunti dei risultati gia' buoni a scuola, potrebbe rifiutarsi con consapevolezza di perfezionare lo studio, andando oltre i suoi limiti, essendo gia' fiducioso di stare facendo il necessario per il suo avvenire, e avendone conferma tramite il feedback di suoi amici che studiano con serietà, e avendone conferma dal feedback dei professori. Ad ogni modo, non dipendendo esclusivamente dal padre per amare se stesso, ne' pretendendo di essere infallibile per amare se stesso, ritornerebbe a vivere, smettendo di covare solo risentimenti e trovando vere soluzioni.

4.1.3 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, cioè 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.

Allo stesso modo di come noi consideriamo noi stessi in un particolare modo, acquistiamo un particolare significato per l'altro, un significato che può non essere lo stesso che 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, cioè che è suo e 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 è, 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 sentia-

mo troppa fatica, vorremmo interrompere il lavoro che stavamo facendo per l'altro. L'altro non deve alcunché a noi per qualsiasi cosa abbiamo fatto e faremo per lui. Se lo facciamo, e' perché 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 può imporci o allettarci falsamente di amare. Infatti, dovremmo amare solo se veramente stiamo bene con noi stessi⁴, 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 gioco, che invece il bambino prova, ne' sensoriale, come cucinare e far compagnia all'altro anche se noi abbiamo già 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 condividerla. Stare bene con noi stessi, non significa stare bene, in salute, ed in emozioni. Significa, che pur nella tempesta, stiamo andando nella giusta direzione. Paradossalmente, anche se non stiamo bene in salute ed in emozioni, se non escludiamo l'altro, il desiderio di amarlo, sarà un forte richiamo e motivazione allo stare bene, questo ci darà 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

⁴a meno che non ci siano emergenze o urgenze, e bisogna intervenire anche se non ci sentiamo di farlo

piccoli di fronte a ciò che prospetta la paura.

Possiamo desiderare qualcosa dall'altro. Ma questo desiderio sarà sano e grande e potrà realizzarsi solo se coinciderà 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 potrò gustare un vero dolce. Se non lo ha, per qualsiasi motivo, non sarà la stessa cosa. Potrei 1. proporgli del denaro o alletterarlo con altri premi in cambio, 2. andare da un altro pasticcere⁵, 3. dire che il mio desiderio è fuori luogo. Tuttavia, nessuna delle tre soluzioni è in realtà una soluzione. La vera soluzione è dire: io ho questo desiderio, ma ho bisogno che anche lui desideri amarmi, fino ad allora il mio sarà un desiderio, non una realtà. Solo così, godrò della vita presente e viva, e conoscerò tutti i desideri miei che, inconsapevolmente, io, gli altri e la natura stanno già soddisfacendo.

4.1.4 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 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.

⁵oppure armarmi di forza di volontà e fare il dolce da me

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 piccoli⁶. 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 emozioni 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.

⁶Vedi il concetto del "copione", di Eric Berne in "Ciao e poi..."

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 coscienziiose. 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, pe-

ro', non e' solo per chi con fatica vive una vita normale. E' strumento efficace anche se si vogliono raggiungere livelli di realizzazione superiori, se si vuole una vita piu' autentica e piena. E' 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 e' fatale e si entra in finale per un piattello in piu' 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."⁷.

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, piu' libero da suoi blocchi, ha vinto i campionati mondiali di Monaco nel 2010, le Olimpiadi nel 2012 e nel 2016.

4.2 La ricerca di se stessi e di Dio

Affrontare un percorso di crescita interiore, serve per qualsiasi fine. Ad esempio, migliorare e diventare piu'

⁷<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"

bravi nell'amore, nella famiglia, o nella scienza, nell'arte, nel lavoro, nella società, nel proprio gruppo di amici. In generale, serve per migliorare.

Perché migliorare? Non sono già abbastanza per quello che sono? Se c'è 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 sessualità, il non essere riconosciuti, l'ingiustizia, ... Se c'è qualcosa che ci fa soffrire, allora c'è spazio di miglioramento.

Quando vediamo il male in qualcosa, in realtà stiamo proiettando una nostra sofferenza in un'entità esterna. Anche quando soffriamo perché 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 è l'altro, anche lui guarirebbe un po' o molto.

Ma non siamo nati con il cervello già programmato⁸. Amare se stessi e gli altri è un'arte che si impara stra-

⁸addirittura 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...

da facendo, e come ogni arte richiede tempo e dedizione. E' un'arte a scopo di lucro, che fa vivere meglio se stessi e gli altri. Per questo motivo "migliorare" e' importante. Come? In principio, e' 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"⁹ 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 e' il bene piu' grande e dividerlo tutto.

La condivisione e' la porta che conduce a Dio. Dio e' 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 e' 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, cio' sarebbe barare tanto quanto prendersi delle pillole per non sentire 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,

⁹Vedi Alexander Lowen, *Il Piacere*

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 Rosa¹⁰, "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 suggerisce, cogliamo un fiore illuminato dal Sole, vedremo meraviglie, e quando il vento non soffiera' e il Sole manchera', sicuri che Dio e' con noi, non dispereremo. E quando il sereno ritornera', gioiremo di nuovo.

La ricerca di Dio, consiste nel migliorare con pazien-

¹⁰Oscar Wilde, "Il principe felice e altri racconti"

za 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. So-

lo 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.

4.2.1 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 responsabilit  di essere suoi discendenti, imparando da maestri che a loro volta hanno imparato da precedenti maestri, e cos  via fino agli apostoli, per poi giungere a Cristo, primo, originale maestro. Il loro compito   quello di tendere alla stessa santit  di Cristo, e quello di accompagnarci nella stessa direzione, nel corso della vita.

Perch  la Chiesa cattolica e non un'altra? Le istituzioni, in generale, cos  come ogni prodotto e servizio umano, sono imperfette. Per capirne le ragioni, basta pensare che gi    difficile per i "capi di famiglia", i genitori¹¹, gestire due o tre figli, e allo stesso modo  , in vari momenti, difficile per i figli sopportare i propri capi. Allora, sicuramente   difficile per una persona curare una parrocchia a cui appartengono almeno un centinaio di persone, ed   difficile per poche persone¹² curare un'intera citt . E, viceversa,   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   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 particolarit  ed individualit .

Cos  come ciascuno di noi, pur essendo imperfetto, ha dentro di se un'essenza e parte divina, anche le isti-

¹¹qui si da' una descrizione sul negativo per stressare le difficolt  dei vari ruoli

¹²si intende i ministri religiosi di piu' alto livello gerarchico

tuzioni, 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 necessarie, 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 sorte¹³. 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. Ma non per questo gli ospedali sono inutili, le forze dell'ordine, le scuole e cosi' via. 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 bene¹⁴. Se si e' mossi da un au-

¹³vedi, ad esempio, tutti i "maghi" che hanno truffato molte persone proponendo cure miracolose

¹⁴Nella mia esperienza, ho trovato un buon ambiente nel gruppo del Rinnovamento nello Spirito Santo e delle Suore Carmelitane Messaggiere dello Spirito, ed in una parrocchia di un quartiere confinante al mio.

tentico spirito di ricerca e di fratellanza con gli altri, 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 Gesu' l'ha fatto, e cosi' facendo ha cambiato la Chiesa dei suoi tempi.

4.3 Sul peccato e sul perdono

Il peccato e' ogni errore che nasce dal non essere centrati nell'amore caritatevole. Il perdono totale, introdotto da Gesu', riconosce che l'uomo non nasce perfetto, e che la santita' e' 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 Gesu', Dio fattosi uomo.

4.4 Sulle leggi della religione

Ogni legge di una religione ha un suo senso, se si e' 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, perche' 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. Gesu' stesso esce fuori le linee guida della legge del suo tempo, non per interesse personale, ma sempre per fare del be-

ne a tutta la comunita', e ad ognuno della comunita'. Fatti emblematici sono quelli delle guarigioni fatte di Sabato¹⁵. 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 profondita' 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 cosi': una propria tendenza non sana, anche se mai espressa, verra' espressa quando saremo messi 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

¹⁵<https://bibbiaedu.it/CEI2008/nt/Lc/14/>

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



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 assumerà 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 sarà 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.

4.5 Il Grazie

Una parte importante nell'arte dell'amare e' riconoscere ed apprezzare il poco, il niente, il silenzio.

Se qualcuno ama, non significa che deve fare per forza qualcosa di buono, di utile, o di bello. Significa, prima di tutto che prova questo sentimento di amore. In formula, si potrebbe dire che ogni qualvolta ha a disposizione energie, risorse ed intelligenze, le impieghera' per fare qualcosa di utile e piacevole. Tutta-

via, siamo tutti limitati fisicamente e quindi, quello che qualcuno puo' fare concretamente e' ben poco, sia per se stesso sia per gli altri.

Allora, il suo sentimento di amore, i suoi sforzi e risultati valgono poco? No. E' cio' che nutre l'anima, se lo si apprezza, e lo si conserva e matura dentro di se'.

Se noi amiamo chi ama, e' sufficiente lasciarsi nutrire dal suo sentimento per essere veramente felici di Lui o di Lei.

E' chiaro che non di solo sentimento vive l'uomo. Ma, tutte le cose spicciole, come il lavoro e il cibo, derivano come conseguenza di quel sentimento, non viceversa.

Il Grazie, diventa fondamento filosofico per risolvere molti problemi umani: il non ottenere un desiderio per come si era immaginato, o non ottenerlo affatto, le difficolta', le avversita', le malattie. Tramite il Grazie verso chi ci ha amato e ci ama, compresi noi stessi, se ci amiamo, compresi i religiosi di cui ci fidiamo e pregano per noi, compresi i religiosi Santi del passato, permette di uscire fuori dall'oppressione del non-essere, e ritornare ad accogliere ed accettare la vita, e lottare per essa affrontando le sue sfide.

Dio e', se lo si ricerca, ed ama, quindi, anche nel nulla, nel silenzio, nel non avere, nel non essere.

Si puo' venire incontro a noi stessi ed agli uomini ed alle donne che ci amano, tramite il "grazie" e, nei casi piu' difficili, tramite il "sacrificio". Ringraziare e' apprezzare quello che qualcuno, qualcuna o alcuni sono

per noi, compresi noi stessi, e in questo apprezzamento, riconoscendo che ciò che viene dato è un dono, e che non viene dato di più non per cattiveria!, rimanere appagati di ciò che esiste. Sacrificarsi è la forma più forte e difficile del ringraziare, in quanto ciò che si riceve non è sufficiente per soddisfare i bisogni, e nonostante ciò, si rimane comunque grati per ciò che gli altri e noi siamo.

Nel paragrafo 4.8.11 a pagina 178, si spiega matematicamente, usando il Dilemma del Prigioniero, che esistono situazioni in cui è necessario un proprio sacrificio personale.

L'infinito e la preghiera

Se i nostri desideri o bisogni sono autentici, necessari o, se non necessari, non superflui, allora Dio li soddisferà, anche se richiedono di spostare la Luna. Ciò avverrà senza richiedere sforzo, senza forzare alcun essere, e senza sovvertire alcunché nella natura.

Il punto di partenza è ascoltare, conoscere e vivere il più possibile i propri desideri e bisogni. Infatti, apparentemente sappiamo ciò che vogliamo, ma in realtà, siamo un cervello che poco conosce i bisogni del Sé, un cervello che ascoltando, studiando ed amando il Sé, può comprendere nel tempo sempre di più ed in profondità i bisogni propri e degli altri.

Per ascoltare, un modo naturale è quello di lasciare totalmente libera la propria o altrui preghiera. Comprese richieste infinite, od incomprensibili, che però

non siano orientate all'odio. Per parlare di quello che vorremmo o di cui abbiamo bisogno, e' a volte piu' naturale parlarne senza considerare limiti, sapendo che, almeno Lui, ascolta nel profondo di noi stessi, e comprende la natura del nostro desiderio, che sia la cosa realizzabile fisicamente cosi' come noi immaginiamo o che sia soltanto realizzabile nei cieli. In matematica, questo e' un modo di fare molto ricorrente e importante. Ad esempio, nell'algebra si dice "sia x la soluzione", e poi si tratta x come se fosse gia' concreta e disponibile, e studiando l'equazione si comprende sempre di piu' la natura del problema, per arrivare ad una soluzione che e' coerente con gli assiomi di partenza. Nella preghiera, l'assioma di partenza e' l'Amore disinteressato. Se non esiste soluzione, non e' perche' Dio non vuole accontentarci, ma perche' vuole mantenere vero l'assioma fondamentale dell'Amore per ogni suo figlio.

Fatto cio', sentito e maturato a fondo il desiderio o bisogno, si arriva al punto di essere pronti a mettersi in gioco, ad aprirsi agli altri e fidarsi, o ad essere se stessi anche quando gli altri sono diversi da noi. E, punto fondamentale, saremo veramente pronti quando considereremo che il "fallimento", la possibilita' che il desiderio puo' non realizzarsi in terra, fa' parte del normale sviluppo del nostro desiderio stesso.

Il fatto che non si realizza, non e' perche' la Natura o gli altri, conoscenti o estranei, si oppongono ad esso, piuttosto e' perche' nel nostro desiderio non abbiamo incluso i loro desideri. Non abbiamo incluso il deside-

rio di quel masso di stare dove e', e cosi' sembra che ostacola la strada, non abbiamo incluso il desiderio di quella persona di reclamare la nostra attenzione per qualcosa di importante per lei, anche se vorremmo dedicarci ad altro, di quell'altra di difendere le sue idee, a cui sta' dedicando da anni la sua vita, anche se lei non si sta' curando delle nostre idee, di quell'altra di appoggiarsi su di noi, anche se noi abbiamo bisogno di appoggiarci su qualcuno, di quell'altra ancora di scaricarci per portare avanti i suoi liberi progetti, anche se avrebbe fatto molto bene a noi continuare nel nostro ambito ruolo.

Ancora, molte altre volte non si realizza perche' nella nostra volonta', non abbiamo incluso noi stessi! Quindi la cosa ci va' male, perche' non desideriamo cio' che nel profondo vogliamo. Il nostro desiderio non e' autentico, e la nostra volonta' non ancora comprende e copre pienamente la verita' del nostro cuore. Così molte volte, ci affatichiamo molto su false mete, falsi idoli, senza mai raggiungere la pace e gioia ambita, ma ottenendo soltanto vittorie, di cui il giorno dopo dimentichiamo l'euforia della gloria momentanea.

Quando sentiamo e maturiamo nell'intimo e nella sincerita' il nostro desiderio, ascoltiamo il desiderio altrui, non ci opponiamo ad esso, ma piuttosto, rispettiamo perche' nato dalla libera volonta' di un essere pari a noi, e comprendiamolo perche' anche i desideri piu' neri sono rivolti a soddisfare i bisogni necessari e

non necessari dell'altro¹⁶, bisogni che abbiamo anche noi, e che, anche se non abbiamo, potrebbero naturalmente nascere in noi nel futuro; accogliamo la parte del desiderio altrui che e' anche nostra, distinguiamo e separiamo da noi la parte altrui che non e' nostra, e, infine, interagiamo col "desiderio" della materia e della Natura ascoltando ed impiegando il nostro corpo, nel piacere e nella fatica; facendo tutto questo, allora senza forzare ne' noi stessi, ne' gli altri, il desiderio si realizzerà certamente e in maniera grande. Perche', cio' che si realizzerà e' il Suo desiderio, che non conosce ostacoli e di cui tutto l'Universo gioisce.

A volte, realizzare il desiderio sarà molto faticoso. D'altronde, noi siamo esseri finiti con risorse limitate. Tuttavia, se mettiamo da parte il nostro ego, che dice "io non ci riesco" oppure "io ci *devo* riuscire, a *tutti i costi*", allora quello che rimarrà sarà il desiderio, e già sentirlo fino in fondo e non abbandonarlo, appagherà l'anima. Sarà piacevole poi mettersi in moto, con le proprie forze per realizzare, per creare, per mantenere. Se risulterà impossibile raggiungere l'obiettivo, sentiremo tuttavia che l'obiettivo non sarà stato trascurato, e raggiungeremo una nuova serenità. Se l'obiettivo è forte e necessario, ci fermeremo in pausa solo quando subentrerà la stanchezza e i limiti dati dalla fatica. Se ci sarà un rischio di un incidente che potrebbe danneggiarci, e se il bisogno che il desiderio vuole

¹⁶i desideri neri a differenza dei desideri luminosi tentano di soddisfare i bisogni in modo nocivo, per gli altri o per se stessi

soddisfare sara' primario, allora sara' meglio correre il rischio, piuttosto che certamente morire nell'anima.

4.6 La 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 e' 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 e' 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 e' troppa, e sentiamo caldo o ci bruciamo, e se invece e' troppa quella ceduta sentiamo freddo. A volte, non abbiamo piu' energia per i nostri muscoli e per l'organismo per la fame e ci sentiamo deboli. Nei casi estremi, dobbiamo affrontare dei drammi, perche' l'amore del corpo verso la Natura, ci priva seriamente della nostra vita. In ogni caso, la nostra anima puo' pensare alla Pace, se si rende consapevole che Lei ama il corpo. Ogni cosa che le accade o deve affrontare nella Natura, e' dettata dal suo amore verso il corpo. Non e' quindi lei in castigo esigliata nella terra, piuttosto lei vive nella Natura e con la Natura, proprio perche' vive il suo forte desiderio di amare il corpo e quindi anche la Natura.

Il corpo, anche se spiritualmente non e' il fine dell'esistenza, e' 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 e' stanca o riposata, se e' 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, ¹⁷, il corpo e' influenzato dalla Natura e la Natura dal corpo.

4.6.1 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

¹⁷[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.

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)¹⁸.

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 desideriamo. Tuttavia, un Universo piu' complesso consente la creazione di oggetti e corpi meravigliosi e belli, e consente di vivere esperienze piu' raffinate e grandi. Vice-

¹⁸La famosa formula di Einstein $E = mc^2$ permette di dire che la materia e' energia a riposo, che a differenza della luce puo' stare ferma in un punto

versa, un Universo piu' semplice diventerebbe banale: se non esistesse il peso della gravita', non esisterebbe il camminare, staremmo tutti fluttuanti 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' difficile¹⁹. In questo Universo, ci sono situazioni, che conducono, alcune in maniera piu' repentina e violenta, come incidenti, altre in maniera piu' lenta e dolce, come raggiungere tranquillamente

¹⁹E' 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

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 universo²⁰. 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, continuiamo il discorso dicendo che per quanto migliore sia l'universo che possiamo progettare e costruire o, in qualche modo, scoprire e colonizzare, cio' non bastereb-



²⁰Vedi Alexander Lowen, cap. 6 pag. 201

be a raggiungere la felicità'. Così' come le cardinalità di Cantor, in cui esiste sempre un infinito più grande, in ogni universo in cui ci troveremo, desidereremo un universo migliore, più performante. Questo perché, fino a quando non risolveremo i problemi della nostra anima, la causa della nostra inquietudine, non basterà tutta l'energia dell'universo né tutta la profondità di una super intelligenza artificiale per colmare i nostri vuoti.

Non è svalutando il proprio universo e ricercandone uno "migliore" che si raggiunge la felicità'. Si può fare molto nel proprio universo, ambiente e cultura, qualsiasi essa sia. Si può diventare molto bravi. E, solo diventando bravi nel proprio universo, poi nel tempo, con la ricerca si possono trovare universi migliori. Per confermare ciò, 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 abilità nella lavorazione di quei materiali, non ci sarebbero stati i salti tecnologici e senza questi non ci sarebbero stati i salti nella scienza²¹ Ciò

²¹ad 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+](https://www.google.com/search?channel=fs&client=ubuntu&q=How+has+technology+helped+in+the+advancement+of+scientific+discoveries%3F)

[advancement+of+scientific+discoveries%3F](https://www.google.com/search?channel=fs&client=ubuntu&q=How+has+technology+helped+in+the+advancement+of+scientific+discoveries%3F)



vale anche nel proprio piccolo. Ad esempio, e' solo diventando 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.

Una nota scientifica: perche' l'universo in cui stiamo rispetta esattamente delle regolarita' e queste e non altre regolarita'? Una prima risposta e' il "principio antropico" (vedi wikipedia). La domanda a seguire e', anche se il principio antropico e' da rispettare, perche' ci sono queste regolarita' e non altre, che tuttavia consentirebbero la vita? In realta', sembrerebbe che le leggi dell'universo non sono costanti nello spazio, vedi ²². Ad ogni modo, la materia esiste, ed esiste come le pare e piace, fino a quando vuole²³.

²²Variazione nello spazio della costante alpha di fine struttura https://en.wikipedia.org/wiki/Fine-structure_constant#Spatial_variation_%E2%80%933_Australian_dipole



²³questa affermazione e' coerente con l'approccio scientifico basato sulle osservazioni: anche se una legge scientifica stabilisce che anche domani il Sole sorgera', nulla proibisce alla Natura di non far accadere cio'. Semplicemente, gli scienziati dovranno poi prendere atto che il Sole non e' sorto (e' diventato all'istante di pietra?)

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 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.

4.7 Dall'esterno verso l'interno

Con serenita', lasciamo per un momento ogni proposito come se fosse realizzato, e osserviamo tutto cio' che puo' essere osservato e con cui, sempre nell'immaginazione possiamo interagire. Questo tutto e' una cosa

sola. “Tutto” include ogni cosa, quindi, non c’è niente oltre al tutto. Questa cosa, nel complesso, cambia. *Prima* è in un modo, *dopo* è in un altro modo. Nella più assoluta generalità, possiamo immaginare come se cambiasse di colore. La tavolozza dei colori possibili ha una gradazione infinita, così che può cambiare in infiniti modi. Ogni volta che cambia, diciamo che è passato del *tempo*. Cambia da colore a colore, non a caso, ma seguendo una regolarità’.

La prima regolarità’ è questa: il tutto è divisibile, si può pensare composto da una molteplicità di elementi indivisibili: gli atomi²⁴. Quanti sono? Sono molti o pochi? Non c’è motivo di dire “pochi” o “molti”, quanti atomi sono è semplicemente un numero: 10^{80} , 10 elevato ad 80, ovvero 1 seguito da 80 zeri, cioè cento milioni di miliardi di miliardi di miliardi di miliardi di miliardi di miliardi di miliardi di miliardi. Ora questo numero non è 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, sarà 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 è calcolato dagli scienziati con metodi ed esperimenti molto raffinati, basati sulla traiettoria delle stelle, delle galassie, sul colore delle stelle, e tanti altri parametri.

²⁴o più precisamente, le *particelle*

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*²⁵, 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.

E noi? Siamo come le stelle: formazioni naturali, spontanee. Rispetto alle stelle, eccelliamo in complessita': abbiamo milioni di cellule, di diversi tipi,

²⁵https://en.wikipedia.org/wiki/Phase_space



che già' 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 oltre a noi stessi che dirige o vuole (per lo piu' inconsciamente) la sintonia con cui lavorano i nostri organi e gli organi di chi amiamo. 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 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)²⁶, e al contempo, allo stesso modo e' chi ti ama che decide per loro. Se e' "amore" nel senso classico, allora queste decisioni portarrebbero 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

²⁶l'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

membra”, e un’intensissima fusione nucleare illuminerà il cielo con raggi di luce che riscalderanno senza bruciare.

4.7.1 E nella piccolezza, eccoTi

Se tutto e’ terra, e l’essere umano e’ terra pensante, dov’e’ Dio ?

Dio, come Spirito Santo, e’ in quella parte di un uomo o di una donna che Ama e solo Ama. Questa parte e’ fatta di sentimenti, di intenzioni, di forza, di azioni e pensieri che a tutti affermano “Ti Amo” e null’altro affermano. Dio, come Padre onnipotente, e’ Colui che un essere umano e’ se fosse pienamente e totalmente Santo, e potesse potentemente, non piegare la Natura in ogni modo, ma piuttosto, dare vera pace e gioia all’Anima, in ogni condizione il suo corpo e la sua psiche si trovino. E’ un essere che non si puo’ comprendere con l’usuale logica della realta’ quotidiana. E’ veramente onnipotente, ma non si puo’ comprendere questo con l’usuale intuizione, anche se non contraddice alcuna legge fisica, ne’ ne introduce altre. Il Padre accetta i limiti, l’umilta’, le difficolta’, la mortalita’ di un essere umano, e nell’accettare tutto cio’ che l’egoismo e il narcisismo non puo’ accettare, da’ pace a se stesso e agli altri, anche nelle condizioni piu’ serie, gravi e critiche. Questo, un uomo con neanche tutta l’energia dell’Universo potrebbe farlo.

Solo mettendo da parte il nostro egocentrismo e narcisismo, diventiamo in grado di vedere l'onnipotenza dell'amore. Di essere degli uomini e donne ed amare seppur limitati, deboli e feriti. Di essere umani, e pur deboli ed abbandonati, trovare pace ed anche gioia, nell'amare gli altri quanto noi stessi. Di essere umani, e pur potenti e ricchi, trovare serenità e motivazione, nell'amare chi non è amato e gli umili, senza guadagno, fino a investire e rischiare tutto quello che abbiamo, tutto quello che siamo.

Un santo è un essere umano che nell'interesse Ama e solo Ama. Tutto di un santo è Dio che Ama. Nessuno è di per sé santo. I bambini sono egocentrici e narcisi, non perché sono cattivi, ma perché cominciano a sviluppare il proprio senso del sé e dell'io²⁷, solo nel tempo crescono e maturano. Ma anche nell'adolescenza e nella vita adulta, non si finisce mai di crescere e di mantenere le qualità raggiunte, di farsi cari-

²⁷[https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=](https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Egocentrism&oldid=998343250)

Egocentrism&oldid=998343250



[https:](https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Narcissism&oldid=1011686661#Required_element_within_normal_development)

[//en.wikipedia.org/w/index.php?title=Narcissism&oldid=1011686661#Required_element_within_normal_development](https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Narcissism&oldid=1011686661#Required_element_within_normal_development)

development



co di responsabilita' sempre maggiori e piu' complesse e di rimanervi fedele fino alla fine. Questa crescita e' benefica perche' fino a quando l'essere umano rimane alle prime armi con la propria ed altrui psiche, con le difficolta', gli stress e le fatiche, non superando i traumi infantili e dell'adolescenza, molte volte non riuscirà a volere cio' che il Suo cuore autenticamente desidera, ne' a godere e donare la pace e la gioia che la Sua anima desidera per se stesso e per agli altri.

L'uomo ha la possibilita', per sua vocazione, per sua soddisfazione e pace, di perseguire e attivamente coltivare le qualita' divine formalizzate dalla religione. Il mondo "libero" e', invece, pieno di mete facili ed illusorie, facili in confronto al vivere pienamente e solo nell'Amore. Se il successo del lavoro e' difficile, quanto alto e duro sembrera' ad un adulto dare e "bruciare" per almeno un'altra persona il proprio tempo, i propri obbiettivi, la propria fatica, il proprio orgoglio e autostima, il proprio respiro, il consumo dei propri organi? Per un'altra persona che nulla ci ha dato e dara'? Una persona che neppure conosciamo, e che di punto in bianco, spunta nelle nostre vite? E se divertimenti di semplici piaceri, anche se fatti ad arte, sembrano il paradiso e non se ne puo' fare a meno, cosa sara' allora vivere la Sua pace e gioia nei momenti di carita', nelle giornate fraterne con l'umanita'? Non e' neppure immaginabile.

Nessuno nasce Santo. Ma tutti possono diventarlo e tendere alla Pace e Gioia, da vivere ora e per sempre.

Possiamo riassumere tutto dicendo:

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

che si legge: “il limite dell’essere umano per il suo amore che tende all’infinito e’ Dio”.

La realizzazione dell’essere umano nell’Amore e’ un’incarnazione di Dio. Ma tale realizzazione non si puo’ pensare in termini normali e mondani. Seppur realizzato, un figlio di Dio non e’ un super-uomo, per come immaginiamo che sia l’onnipotenza dei super-eroi. Se realizzato, Lui e il Padre sono pero’ una cosa sola, e cio’ che e’ stabilito dal Padre, e’ accettato dal figlio, e cio’ che e’ richiesto dal figlio, e’ ascoltato dal Padre²⁸. Così, tutto si muove secondo la Sua volonta’, che e’ quella del Padre e quella del figlio, unica volonta’.

In termini psicologici, un uomo così Santo, realizzato nell’Amore, e’ manifestazione di Dio Padre onnipotente quando, pur avendo raggiunto i suoi limiti fisici e materiali, ponendosi come super-Io²⁹, non smette di amare ed ama ancora, dicendo ad ognuno di noi:

“Io Ti amo. Anche se a causa dei limiti tuoi e degli

²⁸ “Io sono nel Padre e il Padre e’ in me” Nuovo testamento, Giovanni, capitolo 14, versetto 11

²⁹ super-Io non e’ il termine Freudiano. E’ inteso piu’ come Io trascendente, un’Io che ragiona ed agisce al di la’ di se stesso, cioe’ dell’Io normale. Così che il super-Io puo’ fissare mete che non hanno un guadagno egoistico, puo’ criticare se stesso guardandosi obbiettivamente dall’alto, puo’ provare sentimenti che vanno al di la’ delle capacita’ normali dell’Io di essere pienamente materialmente soddisfatti

altri, che non permettono di realizzare, per come immagini, i Tuoi desideri, a volte credi che così non sia. Sei una meraviglia preziosa ai miei occhi, conosco i bisogni più profondi che sottendono i tuoi desideri, ed ognuno di loro sarà soddisfatto dal mio amore, se lo accoglierai e farai tuo. Ti amo, ed amo chi conosci e chi ancora non conosci. Nutriti solo di questo amore, e nella gratitudine troverai vera pace e gioia, vero paradiso. Questo amore è quanto di più prezioso c'è nell'Universo, e quando amerai sarò Io ad amare, e quando sarai amato, sarò stato Io ad averti amato."

Abbiamo detto più volte "Amore", con la A maiuscola. Ma, esattamente, di quale amore stiamo parlando? In più, è veramente impossibile descriverlo. Si può tentare, con poesie, con modelli matematici e psicologici, ma resterebbero solo belle parole e interessanti schemi. In più, chiunque potrebbe pregiarsi di recitare tali parole, anche se lui stesso, in realtà, è lontano nella sua vita dal significato che sottendono. Ad un certo punto della storia umana, un uomo, il primo veramente e totalmente realizzato nell'amore, con la sua vita e con il suo sangue ha scritto la definizione perfetta: "Amare è vivere, sentire e fare come io vivo, sento e faccio". A Lui, nulla della vita pesava, non perché non faticosa, non dolorosa o terribile, ma perché la sua anima nulla opponeva all'amore che abbraccia ogni uomo. Di questo amore, l'anima sua e di chi lo ha amato ha gioito e ne ha tratto giovamento. Il suo spirito ha mosso con ogni forza la vita, per donare

amore, e solo tramite questo amore, la gioia e serenita' a tutti coloro che lo hanno ascoltato e seguito. Ed ha fatto tutto questo non risparmiando a se stesso, fatiche, paure, vergogne, umilizioni e torture. Tutto questo e' il cardine della dottrina Cristiana: Dio e' Gesu', l'Amore non e' il nostro, che e' tendenzialmente egocentrico e narciso, non del tutto, ma almeno per buona parte, ne' e' quello scritto nei cioccolattini o nei film Americani, e', invece, quello di Cristo. Percio' il nostro Io si realizza e si unisce totalmente a Dio, quando il nostro Io e' divenuto Gesu', calato nella nostra vita, nella nostra personale missione. Lo stesso vale per l'Io altrui, divenuto Gesu', e noi chiamati ad amarlo, ad essere uno con Lui.

Forse, anche se in verita' e' superfluo, e' opportuno spendere qualche parola sulla potenza di Dio e sui miracoli. Il punto fondamentale, e' capire non tanto se Dio sovverte la Natura, ma se Dio e' in grado di condurre alla vera vita, alla Pace, alla vera estasi perenne. Se Dio e' in grado di curarci da quei mali che affliggono la nostra vita e, che proiettiamo in cose, persone e situazioni, ma invece sono il risultato del nostro Io che si e' bloccato per traumi, paure, illusioni o dipendenze, e forse si e' bloccato da cosi' tanto tempo che e' diventata la normalita' per noi. Si e' bloccato e non tende piu' all'infinito. In questa prospettiva, Dio opera veramente miracoli. Il modo, l'ho gia' descritto nei paragrafi precedenti, per quanto ho potuto: ricercare Dio nella propria vita, e ritornare ad amare, bruciando se

stessi, totalmente, stavolta. Purtroppo, così' come chi non ha fatto mai sport e' difficile immaginare i cambiamenti nella sua vita facendo attivita' sportiva, allo stesso modo il lettore che non ha esperienza non potra' immaginare realmente quanto ho scritto. Tuttavia, la mia e' sia una testimonianza, sia un invito a mettersi in cammino, e toccare con mano la verita' di quanto ho detto.

4.7.2 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, dove l'Anima e' l'unione di se stessi e degli altri ³⁰. 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'infelicitá minima di alcuno o alcuna.

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.

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',

³⁰gli altri fanno parte di noi stessi!

come in una musica note diverse compongono un'unica 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. Tuttavia, esiste. 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 te, e amabile negli altri che lo ricercano e lo concretizzano in se stessi. Come? Tramite la carita', l'amore disinteressato e gratuito, il grazie per tale amore, e il vivere solo di questo. Tanto piu' si e' santi, o si ama una persona e tanto piu' e' santa, tanto piu' Dio esiste in terra, nella vita. Viceversa, tanto meno si vive tramite l'Amore, tanto piu' l'essere divino x esiste solo nei cieli, e sara' conosciuto pienamente nell'aldila'.

Gesu' e' stato santo. 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, esistera' 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 santita'.

Per quanto gli Io santi possono essere molteplici,

esiste un solo Dio, e un solo uomo che e' Dio. Questo perche' gli Io santi sono concordi ed uniti, e quindi, nello spirito uguali. Se sono spiritualmente tutti uguali, quale uomo scegliamo per rappresentarli tutti? Naturalmente Gesu'. Dio e' uno affinche' sia l'anima del fedele non sia divisa nell'amare molteplici divinita', sia affinche' la comunita' dei fedeli non sia divisa. Percio' serve scegliere un unico rappresentate, Gesu'. Un santo non e' un nuovo Gesu', non ha nulla di nuovo o di diverso da dire rispetto a cio' che ha detto Gesu': l'amore e' fondamento di tutto. Piuttosto, un santo e' proprio Gesu', e' il suo spirito, e' lo Spirito Santo. Come dice San Paolo, noi siamo membra del corpo di Cristo, in misura maggiore o minore a seconda della santita' di ognuno.

4.7.3 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').

4.7.4 Note dottrinali

Se per come e' stata esposta sopra la definizione di Dio che risiede in un essere umano, sembra che infrangano 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 obbiettivo e' proprio quello di scomporre cio' che e' divino nei suoi ingredienti materiali: uomo, io, super-io, crescita, egocentrismo, 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 narcismo. 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'.

La Chiesa, infine, non e' la totalita' di Dio. Dio si trova anche nei non praticanti, in quelli lontani dalla forma della Chiesa, ma che anelano ad un cuore puro e generoso³¹.

4.7.5 Sul nichilismo scientifico

Essendo noi il risultato di processi elettrochimici, anche lo Spirito e' tale ed anche la figura trascendente di Dio, seppure "generata" dal Santo piu' eccelso, e' sempre un prodotto umano, un prodotto di atomi ed elettricita'. Poiche' gli atomi non hanno granche' di valore, anche Dio allora non ha valore. Questo e' il ragionamento nichilistico.

³¹Vedi vangelo secondo Marco cap. 9 versetti 38-40

Iniziamo con l'osservare pero', che nessuno si lamenta del fatto che quando parliamo, mangiamo o passeggiamo, tutto quello che vediamo, ascoltiamo e succede e' il risultato di processi elettrochimici interni e di processi meccanici esterni. Ovvero, a rigor di logica, non sta' accadendo gran che', l'Universo e' solo materia che si trasforma continuamente, mentre cio' che crediamo di essere e crediamo che accada e' solo un segnale elettrico che oscilla continuamente.

Quindi, a rigor di logica, nulla e niente avrebbe valore. Ma questo e' palesemente falso. Ha valore respirare, ha valore cercare di dire agli altri la verita', ha valore ascoltare le verita' degli altri.

Se veramente riconducessimo tutto ai meccanismi della materia e disconoscessimo l'esistenza metafisica del cuore che e' in noi, non dovremmo mai obbiettare o preferire nulla. Questo potrebbe forse renderci molto potenti, e renderci delle macchine perfette, che, senza emozioni, riescono in ogni obbiettivo, ma in verita', cosi' come un'automobile non ha un'anima che desidera dove muoversi, noi stessi non avremmo piu' obbiettivi. Non avremmo neanche obbiettivi mondani come essere piu' ricchi di tutti gli altri, o il massimo piacere edonistico, o il divertimento esagerato ed incontrollato. Neanche l'obbiettivo di stare bene, non provare dolore e vedersi belli. Saremmo materia tra la materia.

Una filosofia nichilistica, non aggiunge valore alla vita. Sembra che porti liberta' perche' libera i cuori dal peso di amare e di rispettare i valori umani, ma

non e' buttando l'acqua appena presa dal pozzo che diventa piu' leggero trasportare il secchio fino a casa.

Se poniamo questi ragionamenti meccanicistici o nichilistici e diciamo che nulla ha senso e niente esiste, in realta', stiamo barando. Qualche obbiettivo lo abbiamo. Forse, neanche noi sappiamo di averlo. E se imparassimo a conoscere i nostri sentimenti, capiremmo di avere degli obbiettivi bellissimi (sogni), ed anche troppi per essere raggiunti in una intera vita. E l'unico modo per realizzarli, e' mantenere saldamente, soprattutto nelle difficolta' e nel dolore, la direzione che alimenta il cuore nostro e degli altri con propositi che danno vita. In altre parole, mantenere l'amore verso il Dio di Cristo.

4.8 Procedimento assiomatico

In questo paragrafo, procederemo in maniera formale, dando un modello matematico di tutto quanto esposto fino ad adesso. Questo, sia per poter essere molto precisi a livello logico, sia per puro piacere artistico. Questo paragrafo, con i suoi sottoparagrafi, non e' necessario, e chi non ama le cose troppo elaborate, lo puo' tranquillamente saltare.

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”.

Assioma:

1. l'anima e' infinita

Diremo che un'anima e' “empatica” quando essa, come parte infinita 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 $\mathcal{A} \supset \mathcal{B}$ (nota³²). 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 $A_1 + A_2 + \dots$.

Definiamo l'insieme $\text{des}(A_i)$ dei *desideri* di un essere A_i . I desideri li possiamo porre su una scala di intensita', partendo da desideri *deboli* fino a desideri *forti*, e possiamo ulteriormente distinguerli tra desideri necessari (non superflui) e desideri vani (superflui). I desideri forti non superflui, li definiamo come *bisogni*.

L'animo $\text{spirit}(A_i)$ pone obbiettivi, dipinge e fa' vivere sogni, atterrisce con paure e premia con soddisfazioni. Fa' tutto questo al fine ed al solo fine di realizzare $\text{des}(A_i)$. E' un entita' che esiste fino a quando i desideri $\text{des}(A_i)$ sono soddisfatti. L'Animo $\text{spirit}(\mathcal{A})$, inteso come l'unione degli animi $\text{spirit}(A_1)$, $\text{spirit}(A_2)$,

³²E' l'inclusione insiemistica, \mathcal{B} e' incluso in \mathcal{A} quando ogni elemento di \mathcal{B} e' un elemento di \mathcal{A}

\dots , desidera che tutta e sola l'unione dei desideri di ogni A_i sia soddisfatta, dando piu' priorit  ai bisogni ed ai desideri necessari.

Dobbiamo aggiungere tra gli esseri, un essere fittizio: N , la Natura.

Un essere \mathcal{A} ama N quando

1. ogni sua anima e' in pace con la Natura, ovvero quando ogni A_i percepisce tramite i sensi lo spazio, le forme, i suoni, ... e trova le sue percezioni come buone. Questo significa che A_i e' in buona salute fisica e psichica! Questo non vuol dire che chi non e' in salute non e' in pace con la Natura. Amare la Natura significa tendere con tutte le forze per raggiungere il massimo della salute consentito dalla Natura, e di questo massimo gioire
2. quando almeno un A_i di \mathcal{A} si spende per $A_1 + A_2 + \dots + N$, ovvero quando A_i si muove nello spazio, adopera la sua energia per mantenere il corpo suo e di chi \mathcal{A} ama. Nell'atto pratico, quando A_i lavora per se' e per gli altri, sia in faccende quotidiane come cucinare, sia in progetti piu' seri come quelli del lavoro, e quando A_i cura il suo corpo nutrendosi, dormendo, e cosi' via, e quando A_i cura il corpo altrui.

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

A_1 allora contiene $\mathcal{A} = A_1 + A_2$ e percio' 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.

4.8.2 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 possesso³³. 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

³³ "possesso" nel senso generico di violenza psicologica (es. stalking) o fisica

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

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

$$\mathcal{B} = B \quad \text{Questo per 4.8.1 pag. 149}$$

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

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 $\text{spirit}(A_i)$ 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 \mathcal{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.

Tutte le anime che amano \mathcal{A}_i sono equivalenti per l'animo $\text{spirit}(A_i)$. Se \mathcal{A}_k e \mathcal{A}_j amano \mathcal{A}_i , allora $\mathcal{A}_k \simeq \mathcal{A}_j$. La classe d'equivalenza che si forma, cioe' l'insieme di tutte le anime che amano \mathcal{A}_i , e' identificabile con l'anima di cui e' innamorato $\text{spirit}(A_i)$.

In conclusione, possiamo dire che per un animo esiste una sola *Anima* da amare.

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

Allo stesso modo, chi e' innamorato di un altro essere, vedra' nell'anima dell'essere la sua Anima, e dira' 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 sceglieranno 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).

4.8.3 Lo Spirito

Dalla discussione precedente, segue che se un'anima B ama A , il suo spirito e' concorde con lo spirito di A . Percio', dal punto di vista di A , adesso a suo favore agisce $\text{spirit}(A) + \text{spirit}(B)$. Indichiamo con $\text{Spirit}(A)$, la somma di tutti gli animi che amano A :

$$\text{Spirit}(A) = \sum_{X \text{ anima}, X \supseteq A} \text{spirit}(X)$$

4.8.4 L'Io

Per semplificare la notazione, da ora in poi, scriveremo \mathcal{A}_i per intendere l'anima \mathcal{A} con $\text{self}(\mathcal{A}) = \mathcal{A}_i$.

Abbiamo trattato un'anima \mathcal{A}_i , come se fosse una entita' astratta, tuttavia, essa non e' slegata dal desiderio dello spirito che tende a cambiarla per il meglio. E' tutto l'essere \mathcal{A}_i che agisce, che consuma se stesso, gli altri che ama e la Natura. Egli fa questo in maniera consapevole ad egli stesso od inconscia. Le sue azioni ed il consumo che fa di tuttata l'anima \mathcal{A}_i e' volto a soddisfare il piu' possibile l'anima stessa. L'anima, dal suo canto, vive tutti i cambiamenti provocati dallo spirito, e di volta in volta passa attraverso emozioni, sensazioni, stati, desideri e, nel complesso benessere o malessere. Un'anima B facente parte dell'unione \mathcal{A}_i , se forte e piena di grazia, non abbandona, ne' spegne mai il suo desiderio di vita per quanto difficile sia la situazione a cui lo spirito la sta' sottoponendo, a fin di bene. Quindi, vi e' una unione tra un'anima e lo spirito. L'unione tra $A_i = \text{self}(\mathcal{A}_i)$ e $\text{Spirit}(\mathcal{A}_i)$, la chiamiamo l'*Io* di \mathcal{A}_i . L'unione tra un qualsiasi B dell'unione \mathcal{A}_i (ovvero $B \subseteq \mathcal{A}_i$) e $\text{Spirit}(\mathcal{A}_i)$, la chiamiamo l'*Altro*, o *Lui* o *Lei*. Con $\text{Spirit}(\mathcal{A}_i)$ si intende l'unione di tutti gli animi che amano ogni B dell'unione \mathcal{A}_i . Percio', dire che un'anima B e' unita a $\text{Spirit}(\mathcal{A}_i)$, vuol dire che B ha a disposizione tutti gli animi delle anime che amano \mathcal{A}_i .

L'unione tra un'anima e uno spirito, deve essere indicata con un'altra operazione, poiche' sono due dimensioni dell'essere diverse. Useremo la notazione del prodotto: $\text{Io}(\mathcal{A}_i) = \text{self}(\mathcal{A}_i)\text{Spirit}(\mathcal{A}_i)$.

Oltre all'*Io* e al *Lui* o *Lei*, possiamo estendere il

discorso a tutti i pronomi: Io, Tu, Lui, Lei, Noi, Loro:

$$\text{Io}(\mathcal{A}_i) = \text{self}(\mathcal{A}_i)\text{Spirit}(\mathcal{A}_i)$$

$$\text{Altro}_{ij}(\mathcal{A}_i) = A_j\text{Spirit}(\mathcal{A}_i) \text{ questo per ogni } A_j \subseteq \mathcal{A}_i$$

$$\text{Noi}(\mathcal{A}_i) = \text{Altro}_{ij_1}(\mathcal{A}_i) + \text{Altro}_{ij_2}(\mathcal{A}_i) + \cdots + \text{Altro}_{ij_m}(\mathcal{A}_i)$$

$$\text{Tutti}(\mathcal{A}_i) = \text{Io}(\mathcal{A}_i) + \sum_{j=1,2,\dots} \text{Altro}_{ij}(\mathcal{A}_i)$$

L'Io *definisce, conosce, ricerca e genera* il bene per se', per gli altri che ama, nel suo ambiente. L'Io perfetto fa tutto cio' in maniera naturale, in armonia con il se', con la sua anima. L'Io immaturo, invece, insiste sulla verita' delle sue credenze e sulla validita' ed utilita' dei suoi ordini, anche quando, per lo piu' inconsciamente, sa' che non serviranno al bene dell'anima. Così il suo operato sfocia nella violenza, forte o leggera, verso se stesso e gli altri.

Adesso, continuiamo a descrivere l'Io, che indichiamo sempre con A_i . L'Io \mathcal{A}_i ricerca e stabilisce qual'e' il bene, ascoltando l'Anima e osservando cio' che procura piacere e cio' che procura dolore.

Se apprezza la simpatia, tutti gli esseri che hanno una definizione di piacere e dolore uguale a se' saranno inclusi nell'unione \mathcal{A}_i e amati da lui. Se e' caritatevole, anche tutti gli esseri che non sono uguali al suo se', ma rispettano, non contravvenendo la definizione del suo se', saranno pure inclusi nella sua Anima e amati. Se e' santo, anche gli esseri che non rispettano il suo se' o gli altri che ama, saranno amati da lui.

L'essere genera il bene, perche' spende ogni forza degli animi suoi per adempiere il suo amore, ovvero per soddisfare i desideri di ogni essere B della sua unione.

Infine, l'Io, per lo piu' inconsciamente, ma ne si puo' diventare sempre piu' consapevoli, determina la realta' che il se' vive e che gli altri che lo amano vivono. L'Io da' sostanza e valore ad ogni cosa, dalla luce crea le forme, dalle forme e dal contatto con gli oggetti crea lo spazio, dalle emozioni crea il movimento di se stesso e degli altri, e dal movimento crea il tempo. L'Io stabilisce cosa e quando e' importante, e chi seguire e di chi fidarsi. Per approfondire il discorso sulla realta' fisica vedi appendice 4.9 pag. 190.

Per questo, l'Io puo' facilmente confondersi e crederci Dio, che definiremo meglio nel prossimo paragrafo. Solo se e' mosso da autentico amore un Io e' un riflesso di Dio in terra, e per questo anche suoi piccoli risultati saranno importanti. In genere i grandi risultati sono miraggio del potere e non dell'amore. Come capire e fare in modo che il proprio Io sia amore e non potere, e' il senso di ogni percorso di fede o di ricerca e condivisione interiore.

Quanto abbiamo detto per \mathcal{A}_i , sussiste per tutti gli esseri: ogni essere esistente e' un Io.

Nonostante la molteplicita' degli Io, e' possibile pensare ad un solo Io: *Noi*. Se pero' ci sono contrasti o differenze di vedute, si creeranno divisioni tra loro. Ogni gruppo sara' unito internamente ed avra' un suo

centro, un suo Noi. L'insieme di tutti i Noi forma il Mondo. Vediamo tutto questo piu' nel dettaglio.

Consideriamo due Io \mathcal{A}_i ed E . Ci sono tre casi:

1. Se i due esseri non si amano, saranno nemici, e ognuno tentera' di affermarsi come Dio.
2. Se uno ama l'altro ma non viceversa, uno stara' nel silenzio e l'altro non lo notera'. Uno vivra' pace, rispettera' l'altro e offrira' il suo bene all'altro. Il secondo vivra' l'altro come nemico, e come dannoso per se e per chi ama, vivra' guerra e tentera' di affermare se stesso a scapito dell'altro.

Per il primo potrebbe anche esserci la speranza che l'altro possa cambiare e ricambiare il suo amore. Nei casi peggiori, perdera' o morira' in parte, o del tutto, in nome del suo amore.

3. Se entrambi si amano, allora la loro Anima sara' uguale e i loro animi concordi, ognuno vedra' pure nell'altro Dio, e Dio sara' uno solo.

Nota: i due potrebbero avere opinioni e ideali inizialmente contrastanti, ma stando insieme e camminando insieme, le loro visioni convergeranno verso un'unica meta, probabilmente ognuno sacrificando una parte piccola o grande di se stesso.

Se "tutti" si amano, allora esiste una sola Anima \mathcal{A} ed un solo Dio.

Nel mondo ci sara' sempre qualcuno estraneo e contrario al proprio gruppo, quindi ora discuteremo di questo.

Osservazione: il caso 2 e' superiore al caso 1 perche' il resterare in pace con gli altri permette piu' facilmente di restare in pace anche con se stessi. Usando le notazioni di prima: se A_i e' in pace con E , anche se E non ama A_i , A_i sara' piu' facilmente in pace con se stesso, perche' la sua natura umana sociale ne trae beneficio. Questa affermazione e' il caposaldo della fede Cristiana, dove si afferma che essere caritatevoli anche verso il prossimo che non ci ama e' la via piu' breve per raggiungere il regno dei cieli.

Osservazione: anche se un essere A_i ed un essere A_j si amano, nel caso 3, per A_i non cambia molto dal caso 2.. Infatti, per le varie possibili situazioni della vita, i desideri di A_j e proprio l'amore di A_i per A_j potrebbero comportare dei sacrifici per A_i piccoli o grandi. Allora, si capisce di piu' che la questione per A_i e' indipendente da quello che fara' un qualsiasi altro essere. A_i deve solo scegliere se amare o meno il suo prossimo, indipendentemente dalla scelta dell'altro.

La scelta va' fatta da A_i tenendo presente quale delle due opzioni dara' maggiormente nutrimento ed appagamento all'Anima A_i .

Ancora, se la verita' della natura dell'essere umano e' quella dell'amore disinteressato³⁴ allora scegliere

³⁴carita', agape

l'amore e' la via migliore, per il benessere dell'Anima, anche a sacrificio dell'Io.

Infine, se consideriamo la Natura N come un'essere, possiamo ripetere per N gli stessi discorsi fatti per \mathcal{A}_j , che e' un qualsiasi essere amato da \mathcal{A}_i e per E , essere che non ama \mathcal{A}_i . Quindi \mathcal{A}_i puo' non amare N e quindi dolersi della sua o altrui sorte fisica, non spendere energia fisica per migliorare la sorte, e considerare la Natura N come matrigna e nemica. Oppure, \mathcal{A}_i puo' amare N , accettare i limiti di essere un uomo o donna, sia per se stesso \mathcal{A}_i , sia per ogni \mathcal{A}_j che ama, e puo' impegnarsi per tendere sempre a stare bene e in pace nella Natura. Viceversa, la Natura, essendo materia, ed essendo sempre la stessa da tempo immemore, non ha molto da amare \mathcal{A}_i . Piu' che altro perche' la materia non ha anima, non desidera ne' vivere ne' morire, non e' ne' viva ne' morta. Quindi, certe volte un sasso puo' risultare utile, altre volte inutile, altre un ostacolo. Percio', l'unico caso positivo che sussiste tra \mathcal{A}_i e la Natura e' il caso 2.. N tuttavia, anche se non ama, non odia. Questo lo aveva osservato lungamente Epicuro e Lucrezio³⁵. La Natura non e' avversa a noi, semplicemente fa' il suo corso, e a volte e' facile raggiungere con lei un equilibrio, alle altre volte no, o perfino impossibile.

L'Io puo' essere visto come animo oppure come ani-

³⁵De rerum Naturae

ma. Ogni aspetto da' luogo ad una definizione di Dio, che daremo di seguito.

4.8.5 Dio come Spirito

Definiamo Dio, come Animo o Spirito, come un essere che soddisfa *completamente* i bisogni e desideri *infiniti* dell'anima.

Quando dei bisogni materiali non possono essere soddisfatti, mostra, spiega e da' esempio di come questi bisogni non possono essere soddisfatti per il bene maggiore degli altri o del rispetto dei limiti del corpo, cosi' che l'anima stessa, raggiunta la comprensione, puo' raggiungere la pace e ritenere il suo bisogno soddisfatto.

Fino a quando ci sara' almeno un animo che ama un'anima, per lei Dio come Spirito esistera'. Se l'anima e' santa e perfetta, allora, anche se materialmente l'animo potra' fare poco per l'anima, lei riconoscerà l'amore dell'animo e di questo sara' nutrita. L'anima come Io, puo' amare se stessa essendo lei stessa un animo.

Un animo puo' sempre migliorare nell'amare un'anima. Anche se si e' convinti di fare tutto correttamente, si puo' ascoltare piu' attentamente e profondamente l'anima, e cosi' avere nuovi orizzonti per spendere le proprie forze per amarla. Quando gia' si stara' facendo il massimo, l'anima vivra' notevolmente meglio e, per

il resto, sara' facile confortare l'Anima con quel che si potra'.

Dio come Spirito viene visto comunemente in maniera superstiziosa come un essere piu' potente delle forze della Natura. Tuttavia, lo Spirito non ha bisogno di essere un supereroe. L'anima ha bisogno di essere amata, e per cio' e' sufficiente che lo Spirito spenda la sua forza e le sue risorse fisiche e non di piu'. 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. Mai il sacrificio fatto per amore non porta 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, germogliera'.

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. Poiche' gli uomini non potevano convertirsi in breve tempo e diventare realizzati, altruisti e coraggiosi come Lui, ma continuavano a chiedere il suo amore, Lui non si e' tirato mai indietro e come Spirito ha amato fino alla fine tutti, spendendo, bruciando e sacrificando la sua intera vita.

Nel paragrafo 4.8.11 pag. 178, 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".

4.8.6 Dio come Anima

Consideriamo l'Anima *Umanita'* $\mathcal{U} = a_1 + a_2 + \dots + N + \dots$, che include tutti gli esseri umani e la Natura, che vivono nel presente, che hanno vissuto nel passato o che vivranno nel futuro. "Dio come anima" e' \mathcal{U} . Dio come anima ama tutti gli esseri umani, tutti gli esseri domestici o selvaggi amati da almeno un essere umano, e la natura amata dal corpo di tutti gli esseri umani a_i .

La volonta' di "Dio come Spirito" (precedente paragrafo 4.8.5), e' quella di soddisfare e realizzare i desideri e bisogni di \mathcal{U} necessari, non superflui. \mathcal{U} e' il fine dell'esistenza dello Spirito, ogni $a \in \mathcal{U}$ e' figlia o figlio di Dio.

L'Anima e' amata nell'interrezza. I suoi desideri e bisogni luminosi sono amati da Dio, mentre quelli cattivi e odiosi sono compresi nell'intimo, alla radice della sofferenza o dell'immaturita' che li genera. Dio, non giudica, ne' sentendosi superiore obbliga l'Anima ad essere diversa da quella che e'. Lo Spirito con sincerita', pazienza e perserveranza, agli occhi dell'Anima, diventa talmente vero, giusto e bello, che lei, riconoscendolo, lo ama e capisce che puo' essere diversa, abbandonare i desideri che provocano sofferenza e, cosi', trovare la Sua pace.

Fin'ora abbiamo detto che un'anima a_i ama o non ama un essere a_j , e se lo ama, a_j e' incluso in se stessa, ovvero $a_i = \dots + a_j + \dots$. Adesso, introduciamo un concetto di perfezione divina e di imperfezione umana: a_i ama, come essere umano, $a_j k_{ij}$ e non a_j (nota tecnica³⁶). $a_j k_{ij}$ e' una versione ridotta di a_j , a voler intendere che a_i non riesce ad amare completamente il vero a_j . Al limite infinito della perfezione di a_i , $a_j k_{ij}$ tende ad a_j ed a_i ama completamente a_j .

Un'anima d , che ama perfettamente tutta l'Anima \mathcal{U} , e' Dio, come anima, e vale

$$d = a_1 + a_2 + \dots + N + \dots = \mathcal{U}$$

³⁶ $a_j k_{ij}$ si puo' intendere insiemisticamente come l'intersezione tra a_j e k_{ij} , dove k_{ij} e' il cuore di a_i per a_j . Se questo cuore e' immaturo, $k_{ij} \subset a_j$, e quindi anche $a_j k_{ij} \subset a_j$, dove e' da notare l'inclusione propria, cioe' $a_j k_{ij} \neq a_j$. Nel limite della perfezione di a_i , k_{ij} e' uguale ad a_j e quindi $a_j k_{ij} = a_j$

Da un lato ogni essere umano a_i , tanto piu' ama \mathcal{U} , tanto piu' incarna nelle parti migliori di se stesso d . Dall'altro, d e' il limite all'infinito di ogni anima a_i che tende ad amare \mathcal{U} . Questo limite, anche se non fisico, esiste metafisicamente perche' e' la realizzazione vera, piena e naturale di ogni a_i , che tende ad amare \mathcal{U}

$$\forall i \quad \lim_{\forall j \ a_j k_{ij} \rightarrow a_j} a_i = d$$

Questo limite e' come il punto in cui si incontrano all'infinito due rette parallele. Ad ogni passo, c'e' sempre altra strada che si puo' compiere per seguire l'infinito. Ad ogni passo, il punto all'infinito e' sempre li' davanti a chi percorre il cammino, e' li' come conforto e come guida.

Un punto fondamentale per comprendere d , Dio Padre, e' questo: quando noi o qualcun altro non sta' bene, o quando desidera con forza un bene maggiore, se arriviamo alla profonda consapevolezza che il nostro Io e' manchevole, che non e' sufficiente a farci raggiungere questo bene maggiore o necessario, allora siamo a meta' dell'opera. Questo e' infatti la parte piu' difficile e potente: capire che, per quanto ci stiamo impegnando, per quanto stiamo facendo tutto giusto, per quanto abbiamo faticato, noi non bastiamo: ad ogni passo t , a_i non coincide con il suo limite, $a_i(t) \neq d$. Allora, possiamo fermarci, arrenderci, ascoltarci ed ascoltare, e nel silenzio del cuore, ritornare a desiderare cio' che Lui vuole, rivedere la direzione che porta a d , Dio Pa-

dre, sentire nuovamente la sicurezza e capire qual'è il prossimo passo per camminare verso Lui.

Ad esempio, se a_i non ama se stesso, d invece lo ama, quindi a_i sapendo che d è la sua direzione, e credendo in essa, si concentrerà ed impegnerà e capirà perché non sta riuscendo ad amare se stesso e, raggiungendo la verità, troverà coraggio. Ancora, se a_i gioisce, ed è una gioia sana e serena, anche d gioisce. Viceversa, se i profeti tramandano che d gioisce di un certo modo di fare, a_i , impegnandosi per riuscire in quel modo di fare, come ad esempio, non rispondere all'aggressività con aggressività, troverà pure gioia. In termini discreti, ad ogni passo, d è la direzione che cercata e trovata nel silenzio della preghiera e nel calore del cuore, permette ad a_i di fare il passo successivo. In altri termini, d rispecchia chi è a_i , superata ogni insicurezza e contrasto interiore. d è chi a_i riesce ad essere nel bene, e chi ancora di più a_i vorrebbe essere nel bene ma non riesce con le sue forze umane.

Come virtù, e sul camminare insieme

Il limite descritto sopra

$$\forall i \quad \lim_{\forall j \ a_j k_{ij} \rightarrow a_j} a_i = d$$

che in forma poetica si può 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.

Per portare le virtu' all'infinito, bisogna in qualche modo procedere. La via dell'amore e della carita' e' la via di Gesu'. 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.

4.8.7 Dio come Figlio

Nel vecchio testamento, i profeti e i sacerdoti procedevano piu' o meno per come abbiamo fatto fin'ora: definivano Dio come l'essere santo che ha tutte le virtu' ed

e' il limite di tutte le direzioni positive dei grandi uomini e delle grandi donne. Nel nuovo testamento, Gesu' non da' piu' una definizione teorica. Cio' che dice, e'. Lui e' le virtu' che ama e predica, lui e' un uomo che ha gia' percorso molta strada e tende ai limiti che professa. Non predica di amare leggi e principi, ma predica di amare Lui. L'amante si fa' uguale all'amato, quindi amare Gesu', vuol dire diventare Gesu', incarnare con la propria vita il Suo amore.

Gesu' e' Dio Figlio. Lo Spirito Santo, e' Dio Figlio che perpetua nei secoli il suo amore, tramite la vita di chi ama l'umanita' \mathcal{U} in maniera disinteressata e totale, tramite la vita di chi Lo ama. Chi Lo ama totalmente, diventa tutto Spirito Santo, diventa Santo, ed e' conforme (isomorfo) a Gesu', ovvero parlare con un Santo e' la stessa cosa di parlare con Gesu' e viceversa.

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, e negli altri, li' dove sono piu' saggi di noi. Con lo Spirito Santo, Gesu' non ci ha abbandonato sulla croce. d non resta una definizione astratta del tipo "esiste la Pace, esiste la Gioia", ne' una legge sterile "tendi alle virtu'! E avrai Pace.". 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'istitu-

zione. L'anima a_i che ricerca la santita', ricercando e scegliendo il bene per se e per gli altri, tende a diventare \mathcal{U} , un'anima tende a diventare una piccola incarnazione e manifestazione di Gesu' in terra. Tanto piu' tende al limite \mathcal{U} , 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{U} , 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 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 nell'essere fonte del Suo amore in terra.

4.8.8 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 ma-

nifestare questo Dio, così' come abbiamo detto nella definizione di sopra 4.8.6 pag. 162.

Fin'ora abbiamo parlato poco del *Se'*, che e' molto simile al concetto di Anima ed anche di Io di un essere³⁷. 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 propri sensi personali.

Il *Se'* e' come un legno che e' pronto per essere modellato e mantenere una forma. Si potra' dire "che sia

³⁷In realta', sono tutti la stessa cosa, ovvero, sono l'essere stesso, ma ogni concetto fa vedere l'essere sotto una prospettiva diversa

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 $a_i = a_i + a_1 + a_2 + \dots$.

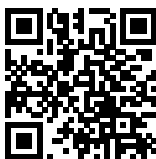
Ogni Se’ e cosa esistente, ha una proprieta’ divina che e’ appunto la sua esistenza. Per quanto un frutto di un albero possa essere amaro o brutto, esso esiste, cosi’ come e’, e per quanto un essere vivente sia fastidioso o pericoloso, egli esiste e desidera essere cio’ che e’. Allo stesso modo noi stessi 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 accettare 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 ³⁸: "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, 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.

³⁸Prima 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

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 lei, i suoi bisogni e desideri³⁹. 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

³⁹in effetti, si potrebbe pensare di migliorare il capitolo Procedimento assiomatico, ponendo che $\text{des}(a_i)$, l'insieme dei desideri forti o deboli di a_i , sia proprio a_i

sforzare se stessi o gli altri, meglio e'. In cio' si e' vicini allo Zen, ed alla *poverta' dello spirito* del vangelo.

4.8.9 La preghiera

La preghiera e' l'Io che si mette in discussione. 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. 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 ascolta, non giudica e comprende l'anima, e potra' in futuro attivarsi e spendersi per lei.

4.8.10 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 difficoltà' dal male che alberga irrisolto nei cuori altrui, e' in pace con tutti.

Il fatto che un Io santo non abbia fisicamente capacità' 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 volontà' 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.

4.8.11 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 potenzialita' 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 mantere l'ottimo, e' scegliere dei sacrifici personali. Nel dilemma del prigioniero⁴⁰, vedi tabella 4.1 pag. 182, ognuno ha un rendiconto personale maggiore se tradisce l'altro, e, inoltre, se entrambi collaborano il rendiconto non e' il massimo possibile per ognuno. Tutta-

⁴⁰https://en.wikipedia.org/wiki/Prisoner's_dilemma

via, solo se ciascuno rischia di essere tradito, potrà' non tradire l'altro, e ottenere l'ottimo dell'Anima piuttosto che della sua anima (social welfare, ovvero somma dei rendiconti di ogni giocatore).



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

Tabella 4.1: 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 e' 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 e' di 2 anni di prigione. In tutti gli altri casi la somma e' maggiore. Quindi, il "social welfare", ovvero il benessere sociale, e' 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 e' meno rischioso tradire.

4.8.12 Dio come realizzazione vera di ogni desiderio

Diamo una definizione che si rifa' alla discussione 4.7.2 pag. 138. 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 147) 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* Dio⁴¹.

Divertendoci con le formule...

Possiamo porre un desiderio $b \in \text{Des}(a)$ come una funzione $b : \Omega \rightarrow \mathbb{R}$ che valuta se l'universo nello stato $u \in \Omega$, dove Ω e' lo spazio di fase⁴², e' realizzato. $b(u)$ tende a 0, tanto piu' u realizza b . Dio dispone di una funzione di scelta C , tale che $C(\Omega)$ e' il sottoinsieme

⁴¹Se 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'

⁴²il concetto di spazio di fase e' stato gia' accennato in 4.7 pag. 128. E' l'insieme di tutti i possibili stati dell'universo. Cioe' tutti i possibili istanti di tutte le possibili storie in cui l'universo si puo' sviluppare

massimo di Ω i cui stati sono quelli in cui *ogni* a vive in pace, ovvero, per ogni b di ogni a , la funzione ristretta $b|_{C(\Omega)}$ diventa costante e uguale a 0, o in altri termini $b(C(\Omega)) = \{0\}$. Così, Dio e' quell'unico essere D tale che, la sua funzione di scelta C su Ω e' tale che

$$\forall a \in \text{Anima} \quad \forall b \in \text{Des}(a) \quad b(C(\Omega)) = \{0\}$$

Nota che, da questa definizione, avendo posto $\forall a \in \text{Anima}$, discende che $C(\Omega)$ deve includere solo stati in cui a vive con carita'.

4.8.13 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. 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 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'.

4.8.14 Considerazioni geometriche

L'unione $A + B$ e' qualcosa che trascende sia A che B . Immaginiamola come l'unione dell'asse X e dell'asse Y che, da una dimensione, passa a due dimensioni, ed e' il piano.

Considerare una retta, che va' da $-\infty$ a $+\infty$, e' anche significativo se con $\text{state}(A)$ indichiamo la sua posizione attuale nella retta e che rappresenta il suo *stato*. Tanto piu' e' verso l'infinito positivo $+\infty$, tanto piu' A , complessivamente, sta' bene. Viceversa, considerando $-\infty$.

Per l'unione, $\text{state}(A + B) = (\text{state}(A), \text{state}(B))$ e' lo stato dell'anima empatica. Esso dipende sia da $\text{state}(A)$ che da $\text{state}(B)$ ed e' un punto del piano. $\text{state}(A)$ e $\text{state}(B)$ possono essere correlati oppure no

⁴³.

L'Io di A e' il vettore che direziona A lungo il suo asse. Il "Noi" di $A + B$ e' il vettore che direziona

⁴³se sono correlati, tanto A sta' meglio tanto piu' (o meno) B stara' bene

(state(A), state(B)) nel piano, e le sue componenti sono l'Io di A e l'Io di B .

Se un Io ama, la sua direzione e' verso $+\infty$.

Un animo si puo' pensare come il modulo dell'accelerazione applicata all'anima. La direzione e' stabilita dalla somma dei vettori Io. L'animo e' infatti energia, desiderio. L'Io direziona tale desiderio.

Infine, Dio e' il "motore immobile dell'universo". Dio e' quel punto posto a $(+\infty, +\infty)$ che l'anima desidera raggiungere. E' anche quella sorgente di forza che da' l'energia ad ogni Io. L'Io, tanto piu' e' puro e capace, tanto piu' la spende e la direziona verso Lui, ed essa diventa l'accelerazione che muove l'anima verso Dio.

La Natura, entra nel discorso, compatteggiando lo spazio dell'anima. Tale spazio, non e' piu' uno spazio infinito, e' un sottospazio di misura finita, determinato dai vincoli della natura. Ad esempio, per rendere l'idea, un tale sottospazio e'

$$\text{state}(A + B) \in \{ (x, y) \mid \sqrt{x^2 + y^2} \leq 1 \}$$

ovvero lo stato dell'anima puo' essere solo all'interno del cerchio di raggio 1, centrato nell'origine. Quindi, lo spazio dell'anima $A + B + N$, dove N e' la Natura, e' uguale al cerchio unitario: $B(O, 1)$, e non e' tutto il piano. (nota: non e' piu' corretto scrivere $A + B + N$, magari si dovrebbe scrivere $A + B \bmod N$).

Nelle trattazioni orientali, si procede in maniera opposta a quanto fatto fin'ora: l'uomo incolto e' in un punto lontano dal centro O dello spazio ($O = (0, 0)$ nel piano). L'uomo che ama fa' tendere l'anima al centro. Tanto piu' l'anima e' vicina al centro, tanto piu' sta' meglio.

In questa trattazione, Dio e' il centro O . L'animo e' un'accelerazione centripeta. O rimane sempre infinitamente "alto": tanto piu' si ci avvicina al centro, tanto piu' spostamenti infinitesimali sono piu' difficili, piu' ricchi ed hanno piu' valore.

Visivamente, viene in mente il disegno della geometria iperbolica, dove piu' si ci allontana dal centro, piu' le cose sembrano rimpicciolirsi: link [https://en. wikipedia.org/wiki/Poincar%C3%A9_disk_model](https://en.wikipedia.org/wiki/Poincar%C3%A9_disk_model)



Ritornando alla geometria usuale (ovvero Euclidea), il fatto che l'anima raggiunge Dio, quando dice "tutto cio' che e' e' Sua volonta", vedi par. 4.8.11 pag. 178, si puo' rendere dicendo che il suo sistema di riferimento e' tale che $\text{state}(\mathcal{A})$ si trova nel primo quadrante.

In fondo, che $\text{state}(\mathcal{A})$ sia positivo in ogni componente, e' un fatto di definizione: dipende da dove si pone l'origine O .

L'anima soffre quando pone O sempre oltre lei stessa, e cosi' si trova sempre in difetto (in un quadrante con asse negativa). L'anima e' forte, quando anche

rispetto alle limitazioni fisiche della Natura, non desidera piu' di cio' che gia' ha e sta' ricevendo (dal se', dal resto del mondo e dalla natura).

Dal punto di vista dell'animo, ogni spostamento che provoca dello stato dell'anima, verso la direzione del bene, per quanto piccolo, contribuirà a far raggiungere Dio all'anima.

4.8.15 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, o si puo' pensare anche come una espressione artistica, anche se al momento priva di vero modello matematico:

Idea. Sia *Anima* l'insieme di tutti gli esseri, compresi quelli che stanno nei cieli⁴⁴ e che stanno in terra. Per due esseri E, A , sia $\text{Gioia}_E(A)$ la gioia che prova A nell'essere amata da E e nel ricambiare l'amore di E . Sia l'amore di E per A , una funzione

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

che porta l'anima A da uno stato, es. tristezza, ad un altro stato, es. felicità'.

⁴⁴Per capire cosa si intende con "che stanno nei cieli", vedere poesia a pagina 138

Le seguenti proposizioni sono equivalenti:

$$\exists! D \in \text{Anima} \forall A \in \text{Anima} \text{ Gioia}_D(A) = \infty \quad (4.1)$$

$$\begin{aligned} \exists! D \in \text{Anima} \forall A \in \text{Anima} \\ \text{amore}_D(A) : \text{Pace} \cup \text{Sofferenza} \longrightarrow \text{Pace} \end{aligned} \quad (4.2)$$

$$\begin{aligned} \exists! D \in \text{Anima} \forall A \in \text{Anima} \\ \lim_{\forall B \text{ amore}_A(B) \rightarrow \infty} A = D \end{aligned} \quad (4.3)$$

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

$$\begin{aligned} \text{Pace} \cup \text{Sofferenza} &\xrightarrow{\text{amore}_{\mathcal{D}\text{io}}} \text{Pace} \\ \lim_{\text{amore}_A \rightarrow \infty} A &= \mathcal{D}\text{io} \\ \text{Gioia}_{\mathcal{D}\text{io}}(A) &= \infty \end{aligned}$$

4.9 Appendice A

Un uomo riceve segnali sensoriali dal mondo esterno. Tramite il suo cervello, elabora questi segnali e (inconsciamente e coscamente) 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 se predice che una tale azione avrà effetti dolorosi⁴⁵.

La realtà che lui percepisce e' una realtà che lui sta' creando dentro di se. Ad ogni segnale sensoriale che riceve da' un significato, ad esempio, alcuni segnali luminosi saranno per lui delle “forme” e alcune forme le pensera' 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”⁴⁶ 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

⁴⁵Questa sua conoscenza deriva o da una esperienza che ha fatto da bambino, oppure da un ammonimento ricevuto dai genitori

⁴⁶la 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)



che qui dove mi trovo, esiste una pietra⁴⁷”.

⁴⁷In questa frase stiamo anche implicitamente considerando il suo concetto di spazio, che e' sempre un qualcosa che l'uomo crea dentro di se. Vedi https://en.wikipedia.org/wiki/Spatial_

ability



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

[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)



