

Anthony De Mello

MESSAGGIO
PER UN'AQUILA
CHE SI CREDE
UN POLLO

Il Giardiniere di Labris



PICKWICK

Messaggio per un'Aquila...

MESSAGGIO PER
UN'AQUILA
CHE SI CREDE UN POLLO

SCOPRI TE STESSO E RIPRENDITI LA VITA

ANTHONY DE MELLO

Traduzione di Laura Cangemi

La vita è quella cosa che ci accade
mentre siamo occupati a fare altri progetti

Un uomo trovò un uovo d'aquila e lo mise nel nido di una chiocchia. L'uovo si schiuse e l'aquilotto crebbe insieme ai pulcini. Per tutta la vita l'aquila fece quel che facevano i polli del cortile... Un giorno vide sopra di sé, nel cielo sgombro di nubi, uno splendido uccello che planava, maestoso ed elegante... Ecco la summa della proposta di Anthony De Mello, un best seller mondiale. Un volume ricolmo di umorismo, che attraverso il sorriso ci conduce nell'intimità di noi stessi, nel santuario segreto della coscienza. Un volume di facile lettura perché composto di piccoli capitoli, ideale anche nei ritagli di tempo. Ecco una sfida, ecco la proposta: vuoi lasciare il solito tran tran e acquisire la consapevolezza? vuoi prendere in mano ogni aspetto della tua vita? Anthony De Mello, gesuita, è conosciuto in tutto il mondo per i suoi libri ovunque tradotti, caratterizzati da un umorismo coinvolgente e da un'intensa gioia di vivere. In italiano: (Il canto degli uccelli) (dodicesima edizione), (Alle sorgenti) (quarta edizione), (La preghiera della rana) (terza edizione), (Un minuto di saggezza) (nona edizione).

Prefazione

In occasione di un incontro tra amici, fu chiesto a Tony de Mello di dire qualche parola riguardo alla natura del suo lavoro. Egli si alzò e raccontò una storia che ha poi ripetuto in più di una conferenza, e che si ritrova anche nel suo libro (Il canto degli uccelli). Con mia grande sorpresa, questa storia si riferiva a me. Un uomo trovò un uovo d'aquila e lo mise nel nido di una chiocciola. L'uovo si schiuse contemporaneamente a quelle della covata, e l'aquilotto crebbe insieme ai pulcini. Per tutta la vita l'aquila fece quel che facevano i polli del cortile, pensando di essere uno di loro. Frugava il terreno in cerca di vermi e insetti, chiocciava e schiamazzava, scuoteva le ali alzandosi da terra di qualche decimetro. Trascorsero gli anni, e l'aquila divenne molto vecchia. Un giorno vide sopra di sé, nel cielo sgombro di nubi, uno splendido uccello che planava, maestoso ed elegante, in mezzo alle forti correnti d'aria, muovendo appena le robuste ali dorate. La vecchia aquila alzò lo sguardo, stupita. «Chi è quello?» chiese. «É l'aquila, il re degli uccelli», rispose il suo vicino. «Appartiene al cielo. Noi invece apparteniamo alla terra, perché siamo polli.» E così l'aquila visse e morì come un pollo, perché pensava di essere tale. Altro che sorpreso! All'inizio mi sentii immensamente umiliato. Mi stava forse paragonando pubblicamente a un pollo da cortile? Sì e no. Aveva avuto intenzione di umiliarmi? Impossibile: non era lo stile di Tony. Ecco cosa voleva dire, a me e gli altri: ai suoi occhi io ero un'"aquila reale", inconsapevole delle vette a cui avrei potuto innalzarmi. Questa storiella mi fece capire la statura di quell'uomo, e la genuinità del suo amore e del suo rispetto per le persone, sentimenti che riusciva a mantenere pur dicendo loro la verità. Il suo lavoro

non consisteva che in questo: far aprire gli occhi alle persone, affinché capissero la realtà della propria grandezza. Questo era Tony de Mello al suo apice: un uomo che proclamava il messaggio della "consapevolezza", che vedeva la luce che noi rappresentiamo per noi stessi e gli altri, che ci faceva capire che siamo migliori di quanto pensiamo. Questo libro coglie al volo l'essenza di Tony, proprio in quanto, attraverso dialoghi e interazioni dal vivo, tocca tutti i temi che animano il cuore di chi ascolta.

Dopo la sua morte, ho dovuto affrontare il difficile compito di mantenere lo spirito delle parole da lui pronunciate e di riprodurre sulla pagina scritta la sua grande spontaneità nel comunicare con un pubblico che sapeva rispondere ai suoi stimoli. Grazie al sostegno offertomi da George McCauley S.J., Joan Brady, John Culkin e altri, troppo numerosi per essere citati uno a uno, nelle pagine che seguono sono state catturate le ore emozionanti, divertenti e provocatorie trascorse da Tony comunicando con persone reali. Godetevi il libro. Lasciate che le parole scivolino nella vostra anima, e ascoltate, come direbbe Tony, con il cuore. Leggete queste storie: sarà come leggere la vostra. Ora voglio lasciarvi soli con Tony - una guida spirituale, un amico che rimarrà tale per tutta la vita.

J. FRANCIS STROUD,
S.J. De Mello Spirituality Center,
Fordham University - Bronx, New York

La lezione spirituale della consapevolezza

Il risveglio. Spiritualità significa risveglio. La maggior parte delle persone, pur non sapendolo, sono addormentate. Sono nate dormendo, vivono dormendo, si sposano dormendo, allevano i figli dormendo, muoiono dormendo senza mai svegliarsi. Non arrivano mai a comprendere la bellezza e lo splendore di quella cosa che chiamiamo esistenza umana. Sapete, tutti i mistici - cattolici, cristiani, non cristiani, quale che sia la loro teologia, la loro religione - concordano su una cosa: che tutto va bene, tutto va bene. Sebbene regni il caos, tutto va bene. Certo, è uno strano paradosso. Purtroppo, però, la maggior parte della gente non arriva mai a capire che tutto va bene, perché è immersa nel sonno. Ha un incubo. L'anno scorso, alla televisione spagnola, ho sentito una storiella su un tizio che bussava alla porta di suo figlio. «Jaime», dice, «svegliati!» Jaime risponde: «Non voglio alzarmi, papà». Il padre urla: «Alzati, devi andare a scuola». Jaime dice: «Non voglio andare a scuola». «E perché no?» chiede il padre. «Ci sono tre ragioni», risponde Jaime. «Prima di tutto, è una noia; secondo, i ragazzi mi prendono in giro; terzo, io odio la scuola». E il padre dice: «Bene, adesso ti dirò io tre ragioni per cui (devi) andare a scuola: primo, perché è tuo dovere; secondo, perché hai quarantacinque anni, e terzo, perché sei il preside». Svegliatevi, svegliatevi! Siete adulti. Siete troppo grandi per dormire. Svegliatevi! Smettete di trastullarvi coi vostri giocattoli. La maggior parte della gente afferma di voler uscire dall'asilo infantile, ma non bisogna crederle. Non credeteci! La gente vuole soltanto aggiustare i propri giocattoli rotti. «Ridatemi mia moglie. Ridatemi il mio lavoro. Ridatemi i miei soldi. Ridatemi la mia reputazione, il mio successo». É

questo che vogliono le persone: avere dei nuovi giocattoli. Tutto qui. Persino i migliori psicologi potranno dirvi che le persone non vogliono realmente essere curate. Quel che cercano è il sollievo; una cura sarebbe troppo dolorosa. Svegliarsi è spiacevole, sapete. Uno se ne sta lì nel letto, bello comodo. È irritante essere svegliato. Per questo il saggio guru non tenta di svegliare la gente. Spero di saper essere saggio, in quest'occasione, e di non fare alcun tentativo per svegliarvi, se state dormendo. In effetti non sono affari miei, anche se di tanto in tanto vi dico: «Svegliatevi!». Io non devo far altro che andare avanti per la mia strada, ballare la mia danza. Se ne saprete approfittare, bene; altrimenti, pazienza! Come dicono gli arabi, «la natura della pioggia è sempre la stessa, ma fa crescere le spine nelle paludi e i fiori nei giardini».

Saprò esservi d'aiuto in questo ritiro? Pensate che aiuterò qualcuno? No! Oh, no, no, no, no, no! Non aspettatevi che sia d'aiuto a qualcuno. E nemmeno mi aspetto di danneggiare le persone. Se ne uscirete danneggiati, sarà responsabilità vostra; se ne uscirete aiutati, sarà responsabilità vostra. Davvero! Credete forse che la gente vi aiuti? Non è così. Credete che la gente vi sostenga? Non è così. Nel corso di una terapia di gruppo che stavo guidando una donna responsabile di un istituto, mi disse: «Non mi sento sostenuta dalla mia direttrice». Io le chiesi: «Cosa intendi dire?». E lei rispose: «Ecco, la mia direttrice, non si fa mai viva all'istituto di cui sono responsabile. Non viene mai. Non mi dice mai parole di apprezzamento». Io le dissi: «Va bene, facciamo un esercizietto. Facciamo finta che io conosca la tua direttrice. Anzi, facciamo finta che io sappia esattamente quel che pensa di te. Dunque, io ti dico (facendo finta di essere la superiora): 'Sai, Mary, la ragione per cui non vengo mai da te è il fatto che il tuo è l'unico istituto di tutta la provincia che funzioni a

Messaggio per un'Aquila...

dovere. Non ci sono problemi. So che ne sei responsabile tu, e dunque va tutto bene'. Allora, adesso come ti senti?»

Lei rispose: «Mi sento benissimo». E io: «Bene: adesso ti spiacerebbe uscire dalla stanza per un paio di minuti? Fa per te dell'esercizio». La donna uscì. Mentre era fuori, dissi agli altri componenti del gruppo: «Io sono ancora la direttrice, O.K.? Mary è la peggiore direttrice di istituto con cui mi sia mai trovata ad avere a che fare nella storia della provincia di cui sono responsabile. In effetti, il vero motivo per cui non vado al suo istituto è che non sopporto di vedere quel che combina. È davvero terribile. Ma se le dico la verità, l'unico effetto sarà che quelle povere alunne soffriranno ancor di più. Nel giro di un anno o due, la sostituirò: stiamo preparando una persona a questo fine. Nel frattempo, ho pensato di dirle alcune cose carine per tenerla buona. Cosa ne pensate?». Tutti risposero: «Be', era l'unica cosa che potevi fare, in una situazione del genere». Poi feci rientrare Mary e le chiesi se si sentiva ancora benissimo. «Certo», rispose lei. Povera Mary! Pensava di essere apprezzata quando non lo era per nulla. Il fatto è che nella maggior parte dei casi siamo noi stessi a costruire nella nostra mente quel che sentiamo e pensiamo, compresa la convinzione di essere aiutati da altre persone. Pensate forse di aiutare le persone perché ne siete innamorate? Ebbene, devo darvi una notizia. Non si è mai innamorati di qualcuno. Si è soltanto innamorati preconcetta e dettata dalla speranza. Fermatevi a pensarci un minuto: non siete mai innamorati di qualcuno, siete innamorati della vostra idea preconcetta riguardo a quella persona. Non è così che ci si disamora? È la vostra idea che è cambiata, giusto? «Come hai potuto deludermi, dopo che io avevo riposto tanta fiducia in te?» dite a qualcuno. Davvero avevate riposto tanta fiducia in quella persona? No, non l'avete mai fatto. Piantatela! Questa

convinzione deriva semplicemente dal lavaggio del cervello che la società esercita su di voi. Non si ripone mai fiducia della gente. L'unica cosa di cui ci si fida è il proprio giudizio riguardo a quella data persona. E dunque, di cosa vi lamentate? Il fatto è che a nessuno piace ammettere che il proprio giudizio era sbagliato. L'ammetterlo non è certo particolarmente lusinghiero, e allora si preferisce dire: «Come hai potuto deludermi?». E dunque rieccoci al punto: le persone non vogliono crescere davvero, non vogliono cambiare, non vogliono essere felici. Come mi ha saggiamente detto qualcuno una volta: «Non tentare di renderli felici: ti metterai nei pasticci. Non tentare di insegnare a cantare a un maiale: il risultato è che tu perdi tempo e il maiale si irrita». C'è una storiella che racconta di un uomo d'affari che entra in un bar, si siede e vede che il suo vicino di tavolo ha una banana nell'orecchio - una banana nell'orecchio! E l'uomo pensa: «Chissà, forse dovrei farglielo notare. Anzi, no: non sono affari miei». Ma quel pensiero continua a tormentarlo. E così, dopo aver bevuto un paio di bicchieri, dice al suo vicino: «Mi scusi... ehm...guardi che una banana nell'orecchio». E il vicino: «Come?». L'uomo d'affari ripete: «Ha una banana nell'orecchio». Di nuovo il vicino dice: «Come ha detto, scusi?». «Ha una banana nell'orecchio!» grida l'uomo d'affari. «Parli più forte» risponde il vicino. « Ho una banana nell'orecchio!». Dunque, è inutile. «Rinuncia, rinuncia, rinuncia» mi dico. Di' quel che devi dire e vattene. Se ne approfitteranno, bene, altrimenti pazienza!

Il giusto tipo di egoismo. La prima cosa che voglio capire, se davvero intendete svegliarvi, è che non volete svegliarvi. Il primo passo verso il risveglio è essere sufficientemente sinceri da ammettere di fronte a se stessi che non è piacevole. Voi non volete essere felici. Che ne dite di sottoporvi a un piccolo test?

Messaggio per un'Aquila...

Proviamo: ci vorrà un minuto esatto. Potete chiudere gli occhi, mentre lo fate, oppure potete tenerli aperti: non ha grande importanza. Pensate a qualcuno che amate molto, qualcuno a cui siete vicini, qualcuno che vi è prezioso, e provate a dire a quella persona, nella vostra mente: «Preferisco la felicità a te». Osservate quel che accade. «Preferisco la felicità a te. Se dovessi scegliere, non avrei dubbi: sceglierei la felicità». Quanti di voi si sono sentiti egoisti, pronunciando questa frase? Molti, a quanto pare. Capite fino a che punto siamo stati sottoposti a un lavaggio del cervello? Il risultato è che ci costringono a chiederci: «Come ho potuto essere tanto egoista?». Ma pensate a un attimo a chi è veramente egoista. Immaginatevi qualcuno che venga a dire a voi: «Come hai potuto essere tanto egoista da anteporre la tua felicità a me?». Non vi verrebbe forse da rispondere: «Scusa tanto, ma come puoi tu essere tanto egoista da pretendere che anteponga te alla mia felicità!?!». Una donna mi disse una volta che, quando lei era bambina, un suo cugino gesuita aveva organizzato un ritiro nella chiesa gesuita di Milwaukee. Egli apriva ogni incontro con le parole: «La prova dell'amore è il sacrificio; la misura dell'amore è l'altruismo». Splendido! Le chiesi: «Vorresti che io ti amassi a costo della mia felicità?» «Sì» rispose lei. Non è una situazione deliziosa? Non sarebbe meraviglioso? Lei amerebbe me a costo della (sua) felicità, e (io) amerei (lei) a costo della mia felicità. E così, avremmo (due) persone infelici, ma (viva l'amore)!

Il desiderio di felicità Stavo dicendo che noi non desideriamo essere felici. Vogliamo altre cose. O meglio: noi non vogliamo essere felici incondizionatamente. Sono pronto a essere felice (a condizione che) abbia questo e questo e quest'altro. Ma ciò equivale a dire al nostro amico o al nostro Dio o a chiunque: «Tu sei la mia felicità. (Se non ho te), rifiuto

di essere felice». È davvero importante capire questo meccanismo. Non riusciamo a immaginare di essere felici a prescindere da tali condizioni. È esattamente così. Non riusciamo a concepire di poter essere felici senza di esse. Ci è stato insegnato a situare in esse la nostra felicità. Dunque, questa è la prima cosa da fare se vogliamo svegliarci, il che equivale a dire: se vogliamo amare, se vogliamo la libertà, se vogliamo la gioia, la pace la spiritualità. In questo senso, la spiritualità è la cosa più pratica di questo mondo. Sfido chiunque, a pensare a qualcosa di più pratico della spiritualità per come l'ho definita - né pietà, né devozione, né religione, né adorazione, ma spiritualità - il risveglio, il risveglio! Osservate l'angoscia che regna ovunque, osservate la solitudine, la paura, la confusione, il conflitto nel cuore delle persone, conflitto interno, conflitto esterno. Immaginate che qualcuno vi dia la possibilità di liberarvi di tutto ciò. Immaginate che qualcuno vi dia la possibilità di fermare quel terribile dispendio di energia, di salute, di emozioni che deriva da tali conflitti e da tale confusione. Vi piacerebbe? Immaginate che qualcuno ci mostri la strada attraverso la quale potremmo giungere ad amarci davvero gli uni gli altri, essere in pace, essere immersi nell'amore. Riuscite a pensare a qualcosa di più pratico di tutto ciò? E invece c'è gente che ritiene che i grandi affari siano più pratici, che la politica sia più pratica, che la scienza sia più pratica. Quale sarà mai il vantaggio materiale di mandare un uomo sulla luna, quando noi non riusciamo a vivere sulla terra?

In questo corso di spiritualità si parla di psicologia? La psicologia è più pratica della spiritualità? Niente è più pratico della spiritualità. Cosa può fare il povero psicologo? Può solo allentare la tensione. Sono anch'io psicologo, e pratico la psicoterapia, e quando mi capita di dover scegliere tra psicologia e spiritualità dentro di me sorge un grande conflitto.

Messaggio per un'Aquila...

Mi chiedo se qualcuno, qui, capisce cosa intendo. Io stesso l'ho capito solo dopo molti anni. Cercherò di spiegarmi. Per molti anni non ho capito questo fatto, finché un giorno, all'improvviso, ho scoperto che la gente deve soffrire a (sufficienza) in una relazione per poter essere disilluso nei confronti di (tutte) le relazioni. Non è forse una cosa terribile? Le persone devono soffrire (abbastanza) in una relazione prima di svegliarsi e dire: « Sono stufo! Ci dev'essere un modo migliore di vivere, un modo che non comporti dipendenza da un altro essere umano». E cosa facevo io, come psicoterapeuta? La gente veniva da me per sottopormi i propri problemi relazionati, comunicativi, e così via, e talvolta quel che facevo era di qualche aiuto. Ma purtroppo devo dire che in altre occasioni non serviva a niente, perché lasciava che le persone continuassero a dormire. Forse quelle persone avrebbero dovuto soffrire (un po' di più). Forse avrebbero dovuto toccare il fondo e dire: «Sono stufo di (tutto)». È solo quando si è stufo di essere stufo che se ne esce. La maggior parte della gente va dallo psichiatra o dallo psicologo per ottenere un sollievo, non per uscire dalla situazione in cui si trova. C'è una storiella che parla del piccolo Johnny, che si diceva fosse ritardato mentale. Evidentemente però non lo era, come risulterà evidente dalla storiella. Johnny va alla lezione di attività manuali nella sua scuola speciale, riceve il suo pezzo di creta e si mette a modellarlo. Poi ne stacca un pezzetto, va in un angolo della stanza e si mette a giocare con esso. L'insegnante gli si avvicina e gli dice: «Ciao, Johnny». E Johnny: «Ciao».

L'insegnante chiede: «Cos'è quello che hai in mano?». E Johnny risponde: «É un pezzo di sterco di mucca». L'insegnante chiede ancora: «E cosa stai modellando?». Il ragazzino risponde: «Sto facendo un'insegnante». L'insegnante pensa: «Il piccolo Johnny è regredito». Quindi chiama il

preside, che sta passando davanti alla porta dell'aula in quel momento, e gli dice: «Johnny è regredito». Così il preside si avvicina a Johnny e gli dice: «Ciao, figliolo» E Johnny: «Ciao». Il preside chiede: «Cos'hai in mano?». E lui: «Un pezzo di sterco di mucca». «E cosa stai modellando?». E il ragazzo: «Un preside». Il preside ritiene che sia un caso da far esaminare allo psicologo della scuola. «Mandate a chiamare lo psicologo!». Lo psicologo è un tipo in gamba. Si avvicina e dice: «Ciao». E Johnny risponde: «Ciao». Lo psicologo dice: «Io lo so cos'hai in mano». «Cosa?». «Un pezzo di sterco di mucca». Johnny dice: «Giusto». «E so anche cosa stai modellando». «Cosa?». «Uno psicologo». «Sbagliato. Non ho abbastanza sterco di mucca!». E quello lo chiamavano un ritardato mentale!. I poveri psicologi fanno bene il loro lavoro, davvero. Ci sono casi in cui la psicoterapia costituisce un aiuto insostituibile, perché quando ci si trova sull'orlo della follia, della pazzia più completa, si è sul punto di diventare o psicotici o mistici. Il mistico è proprio questo: l'opposto del folle. Sapete qual è il segnale del risveglio? È il momento in cui ci si chiede: «Sono io il pazzo, o lo sono tutti gli altri?». Davvero, è così. Perché noi siamo pazzi. Il mondo intero è pazzo. Folli certificabili in piena regola! L'unico motivo per cui non siamo tutti rinchiusi è che siamo troppi. Dunque siamo pazzi. Viviamo basandoci su idee pazze riguardo all'amore, ai rapporti con gli altri, alla felicità, alla gioia, a tutto quanto. Sono giunto a credere che siamo pazzi al punto che, se tutti sono d'accordo su qualcosa, quella cosa è sicuramente sbagliata!

Ogni nuova idea, ogni grande idea, al suo inizio, era partita da una minoranza costituita da una persona. Quell'uomo di nome Gesù Cristo - minoranza costituita da una sola persona. Tutti dicevano qualcosa di diverso da quel che diceva lui. Buddha - minoranza costituita da una persona. Tutti dicevano

Messaggio per un'Aquila...

qualcosa di diverso da quel che diceva lui. Credo sia stato Bertrand Russell a dire: «Ogni grande idea, ai suoi inizi, è blasfema». Mi sembra una spiegazione esatta e precisa. In questi giorni ascolterete una lunga serie di affermazioni blasfeme. «Egli ha bestemmiato!». Perché la gente è pazza, folle, e prima lo capirete meglio sarà per la vostra salute mentale e spirituale. Non fidatevi. Non fidatevi dei vostri migliori amici. Siate scettici nei confronti dei vostri migliori amici. Sono molto abili, così come lo siete anche (voi) nei vostri rapporti con tutti gli altri, anche se probabilmente non lo sapete. Oh, siete così astuti, abili e scaltri. Siete dei grandi attori. Non vi sto lusingando troppo, vero? Ma ripeto: voi non volete svegliarvi. State recitando, e nemmeno lo sapete. Pensate di essere tanto affettuosi. Ah! Nei confronti di chi? Persino il sacrificio di sé fa sentire bene, non è vero? «Mi sto sacrificando! Vivo in armonia con i miei ideali». Ma ricevete qualcosa in cambio, giusto? Si riceve sempre qualcosa in cambio per quel che si fa, fino al momento in cui ci si sveglia. E dunque eccoci qui: primo passo. Ammettete che non volete svegliarvi. È davvero difficile svegliarsi quando si è stati costretti, attraverso l'ipnosi, a pensare che un pezzo di cartastraccia sia un assegno da un milione di dollari. Com'è difficile strapparsi da quel pezzo di cartastraccia!

- Nemmeno la rinuncia è la soluzione giusta -

Ogni volta che si rinuncia a qualcosa, ci si illude. Cosa ne dite? Ci si illude. A cosa si rinuncia? Ogni volta che si rinuncia a qualcosa, si rimane legati per sempre all'oggetto della rinuncia. In India c'è un guru che dice: «Ogni volta che viene da me una prostituta, non mi parla d'altro che di Dio. Mi dice:

"sono stufa della vita che faccio. Voglio Dio". Ma ogni volta che viene da me un prete, non mi parla d'altro che di sesso». Infatti, quando si rinuncia a qualcosa, si rimane vincolati a quella cosa per sempre. Quando si combatte qualcosa, le si è legati per sempre. Finché la si combatte, le si dà potere. Le si dà un potere pari a quello impiegato per combatterla. E questo riguarda anche il comunismo e tutto il resto. Dunque bisogna "accogliere" i propri demoni, perché combattendo contro di essi si dà loro potere. Nessuno ve l'ha mai detto prima d'ora? Quando si rinuncia a qualcosa, vi si rimane legati. L'unico modo per uscirne è non lasciarsi ingannare. Non rinunciate, ma (non lasciatevi ingannare). Cercare di capire il vero valore di quella cosa, e non avrete bisogno di rinunciarvi: semplicemente, vi cadrà dalle mani. Ma naturalmente, se non capite cosa voglio dire, se siete talmente ipnotizzati da pensare che non potrete essere felici senza quella data cosa, o quell'altra, o quell'altra ancora, siete incastrati. Quel che stiamo cercando di fare per voi non è quel che tenta di fare la cosiddetta spiritualità - e cioè di farvi fare dei sacrifici, di rinunciare alle cose. É assolutamente inutile. Rimarreste comunque addormentati. Quel che dobbiamo fare è aiutarvi a capire, capire, capire. Se capiste, improvvisamente vi verrebbe a mancare il desiderio di quel dato oggetto. Il che equivale a dire: se vi svegliaste, vi verrebbe a mancare il desiderio di quel dato oggetto.

- Ascoltare e disimparare -

Alcuni di noi vengono svegliati dall'apra realtà della vita. Soffriamo a tal punto da svegliarci. Ma la gente non fa che andare a sbattere contro la vita, una volta dopo l'altra. Continua

Messaggio per un'Aquila...

a girare in stato di sonnambulismo. Non si sveglia mai. Purtroppo, non viene mai in mente che potrebbe esistere un altro modo di vivere. Non le viene mai in mente che potrebbe esserci un modo migliore di vivere. Tuttavia, se non si è ancora stati bastonati a sufficienza dalla vita, e se non si è sofferto abbastanza, c'è anche un altro modo per svegliarsi: (ascoltare). Ciò non significa che dovete essere d'accordo con quello che dico. Non è questo che intendo per "ascolto". Credetemi, in realtà non ha alcuna importanza che voi siate d'accordo o meno con quel che sto dicendo, perché l'accordo o il disaccordo riguardano le parole, i concetti e le teorie, mentre non hanno niente a che vedere con la verità. La verità non è mai espressa in parole. La verità si intravede all'improvviso, e deriva da un certo tipo di atteggiamento. Dunque, voi potreste essere in disaccordo con me e tuttavia intravedere la verità. Ci vuole però un atteggiamento di apertura, la volontà di scoprire qualcosa di nuovo. Questa è la cosa importante, mentre non è importante che voi siate o meno d'accordo con me. Dopo tutto, la maggior parte di quel che vi dico è teoria, e nessuna teoria copre la realtà in modo adeguato.

Dunque io non posso parlarvi della verità, ma di quelli che sono gli ostacoli alla verità. Questi li posso descrivere, la verità no. Nessuno può farlo. Quel che posso fare è fornirvi una descrizione delle vostre falsità, affinché voi possiate abbandonarle. Non posso far altro, per voi, che mettere in discussione le vostre convinzioni e il sistema di convinzioni che vi rende infelici. Non posso far altro che aiutarvi a disimparare. Quando entra in gioco la spiritualità, l'unica cosa da imparare è proprio questa: disimparare, disimparare, disimparare quasi tutto ciò che vi è stato insegnato. La volontà di disimparare, di ascoltare. State forse ascoltando, come fa la maggior parte delle persone, al fine di confermare quel che

pensate già? Osservate le vostre reazioni, mentre parlo. Spesso vi accorgete di essere stupiti, shockati, scandalizzati, o irritati, disturbati, frustrati. Oppure direte: «Splendido!». Ma state ascoltando solo ciò che vi conferma quel che già pensate? O state ascoltando per scoprire qualcosa di nuovo? È molto importante. Risulta difficile, alle persone addormentate. Gesù ha portato la buona novella, eppure è stato respinto. Non perché fosse buona, ma perché era nuova. Tutti noi odiamo il nuovo. Lo odiamo davvero! E prima affrontiamo questo fatto, meglio sarà. Non vogliamo le novità, soprattutto quando ci disturbano, soprattutto quando comportano un cambiamento. E in modo particolare se comportano l'ammissione: «Avevo torto». Ricordo un incontro con un gesuita di ottantasette anni, in Spagna: era stato mio professore, in India, trenta o quarant'anni prima. Aveva partecipato a un seminario come questo. «Avrei dovuto sentirti parlare sessant'anni fa» mi disse alla fine. «Sai una cosa? Ho avuto torto per tutta la vita». Dio, sentirsi dire una cosa del genere! È come vedere una delle meraviglie del mondo. Quella, signore e signori, è (fede)!

L'apertura verso la verità, quali che siano le conseguenze, dovunque ci porti, senza sapere nemmeno dove ci porterà. Questa è la fede. (Non) una convinzione, ma la fede. Le convinzioni danno molta sicurezza, la fede è insicurezza. Non si sa dove si andrà a finire. Si è pronti a seguire e si è aperti, aperti a tutto! Si è pronti ad ascoltare. E guardate che essere aperti non significa essere ingenui, non significa abboccare a tutto ciò che l'oratore vi dice. Assolutamente no: dovete mettere in discussione tutto quello che dico. Metterlo in discussione, però, partendo da un atteggiamento d'apertura, non di caparbieta. E mettere in discussione tutto. Ricordate quelle splendide parole di Buddha: «I monaci e i discepoli non devono accettare le mie parole per rispetto, ma devono

Messaggio per un'Aquila...

analizzarle come un orefice analizza l'oro - tagliando, limando, levigando, fondendo».

Quando vi comportate in questo modo, significa che state ascoltando. Avete fatto, allora, un altro grosso passo avanti verso il risveglio. Il primo passo, come ho già detto, era essere pronti ad ammettere che non volete svegliarvi, che non volete essere felici. Dentro di voi ci sono resistenze di tutti i tipi. Il secondo passo consiste nell'essere pronti a capire, ad ascoltare, a mettere in discussione il vostro intero sistema di convinzioni. Non solo le convinzioni religiose, le convinzioni politiche, le convinzioni sociali, le convinzioni psicologiche, ma tutte. Essere pronti a rivalutarle tutte, nella metafora di Buddha. E qui, io vi darò un gran numero di opportunità per farlo.

- La messinscena della carità -

La carità è, in realtà, l'interesse personale mascherato da altruismo. Voi dite che è difficile accettare chi ci possano essere delle occasioni in cui non siete genuini nei vostri tentativi di essere affettuosi e fiduciosi nei confronti degli altri. Vorrei semplificare questo concetto. Anzi, semplifichiamolo il più possibile, portiamolo alle estreme conseguenze, almeno per cominciare. Esistono due tipi di egoismo. Il primo è quando io concedo a me stesso il piacere di compiacermi. Questo è quello che comunemente definiamo egocentrismo. Il secondo è quando mi concedo il piacere di compiacere gli altri. Questo sarebbe un tipo di egoismo più raffinato. Il primo tipo appare più che evidente, mentre il secondo è nascosto, molto nascosto, e per questo motivo più pericoloso, perché finiamo per sentirci davvero eccezionali. Ma forse, tutto sommato, non siamo poi tanto eccezionali. Vedo che protestate, a questa mia

affermazione. Splendido! Lei, signora, mi cita il suo caso: lei vive da sola, va in parrocchia, e dedica agli altri parecchie ore del suo tempo. Però ammette anche che in realtà lo fa per egoismo - lei ha bisogno di essere utile - e sa anche che ha bisogno di essere utile in modo tale da sentire di dare un piccolo contributo al mondo. Ma afferma anche che, poiché gli altri hanno bisogno di lei, si tratta di uno scambio bidirezionale. Lei è quasi illuminata! Dobbiamo tutti imparare da lei. È vero. La signora dice: «Io do qualcosa, e ricevo qualcosa». Ha ragione. Io vado là per aiutare, do qualcosa, ricevo qualcosa. È splendido. È vero. È reale. Questa non è carità, è interesse personale illuminato. E lei, signora, lei mi fa notare che il vangelo di Gesù è, in ultima analisi, il vangelo dell'interesse personale. Otteniamo la vita eterna attraverso i nostri atti di carità. «Venite, benedetti del Padre mio, perché io ho avuto fame e mi avete dato da mangiare» e così via. Lei dice che questo conferma esattamente quello che ho detto io. Se guardiamo a Gesù, lei dice, ci accorgiamo che i suoi atti di carità erano, a conti fatti, atti di interesse personale, per assicurarsi le anime da destinare alla vita eterna. E ritiene che ciò costituisca l'essenza e il significato profondo della vita: il perseguimento dell'interesse personale attraverso gli atti di carità. Bene. Però, vede, lei sta barando un po', perché ha inserito la religione in questo discorso. Legittimo, per carità. È valido. Ma forse è meglio che mi occupi dei vangeli, della Bibbia e di Gesù verso la (fine) di questo ritiro. Ma ora, tanto per complicare le cose un po' di più, vorrei dire solo questo: «Ho avuto fame, e mi avete dato da mangiare. Ho avuto sete, e mi avete dato da bere». E loro cosa rispondono? «Quando? Quando l'abbiamo fatto? Non lo sappiamo» Erano consapevoli!

Qualche volta, fantasticando, mi capita di immaginare una scena nella quale il re dice: «Avevo fame e mi avete dato da

Messaggio per un'Aquila...

mangiare» e la gente che si trova sulla destra dice: «Esatto, Signore, lo (sappiamo)». «Non stavo parlando con voi» risponde loro il re. «Non corrisponde alle Scritture; voi non (dovreste) saperlo». Non è interessante? (Voi), invece, lo sapete. Voi conoscete quella sensazione di piacere che si prova compiendo atti di carità. Esatto, è così! È esattamente il contrario di qualcuno che dica: «Cosa c'è di tanto speciale in quel che ho fatto? Ho fatto qualcosa, ho ricevuto qualcosa. Non avevo idea di fare del bene. La mia mano sinistra ignorava quel che stava facendo la destra». Sapete, il bene assume il suo valore più alto di quelle occasioni in cui non ci si rende conto che si sta facendo del bene. Non si è mai tanto buoni quanto nelle occasioni in cui non ci si rende conto di essere buoni. Ossia, come direbbe il grande Sufi: «Un santo è tale finché non viene a saperlo». Non è autocosciente. Alcuni di voi non sono d'accordo. Voi dite: «Ma il piacere che provo nel donare non è forse la vita eterna, qui e ora?». Non saprei. Io do al piacere il nome di piacere, e niente più. Almeno per adesso, finché non arriveremo a trattare di religione, il che accadrà più avanti. Ma vorrei che capiste una cosa fin d'ora, e cioè che la religione non è - e ripeto: non è - necessariamente connessa alla spiritualità. Per favore, cercate di tenere separata la religione da queste cose, per adesso.

Va bene, dite voi, ma cosa si può pensare di un soldato che cade su una granata per impedire che faccia del male ad altre persone? E di quell'uomo salito su un camion pieno di dinamite ed entrato nella base americana di Beirut? Cosa si può dire? «Non può esistere amore più grande di quello dimostrato da quest'uomo». Ma gli americani non sono d'accordo. Quell'uomo aveva agito deliberatamente. Doveva trattarsi di una persona spaventosa, no? Ma vi assicuro che egli non si sarebbe ritenuto tale. Era convinto di andare in paradiso.

Esatto, proprio come l'uomo citato da voi, caduto sulla granata. Sto cercando di immaginare un'azione in cui il sé non entra in gioco, in cui una persona è sveglia e quel che fa viene compiuto per mezzo di lei. In questo caso, l'azione si trasforma in evento. «Che ciò possa accadere a me». Non lo sto escludendo. Ma quando lo fate (voi), vado a cercare l'interesse personale. Anche se si limita a un pensiero come: «Verrò ricordato come un grande eroe» o «non riuscirei mai a vivere se non lo facessi. Non potrei mai vivere pensando che sono fuggito». Ma ricordate, non sto escludendo l'altro tipo di azione. Non ho detto che non esiste mai alcuna azione in cui il sé non entri in gioco. Forse esiste. Dovremo approfondire questo aspetto. Una madre che salva un bambino - che salva il (suo) bambino, dite voi. Ma come mai non salva il bambino della sua vicina? È il (suo). È il soldato che muore per il (suo) paese. Gran parte di queste morti mi turba. Mi chiedo: «Sono il risultato del lavaggio del cervello?». I martiri mi turbano. Penso che spesso abbiano subito un lavaggio del cervello. I martiri musulmani, i martiri induisti, i martiri buddisti, i martiri cristiani, sono tutti il risultato di un lavaggio del cervello. Hanno in testa l'idea di dover morire, che la morte sia una gran cosa. Non provano nulla, si buttano a capofitto. Non tutti, però, e quindi ascoltatevi bene. Non ho detto (tutti loro), ma non escludo questa possibilità. Moltissimi comunisti subiscono il lavaggio del cervello (e su questo siete pronti a credermi). E il lavaggio del cervello è talmente efficace che sono pronti a morire. Qualche volta mi dico che il procedimento che usiamo per creare, per esempio, un San Francesco Saverio, potrebbe essere esattamente lo stesso procedimento usato per creare dei terroristi. Ci può essere un uomo che partecipa a un ritiro di trenta giorni ed esce tutto infiammato dell'amore di Cristo, pur non avendo neanche un

Messaggio per un'Aquila...

baluginio di consapevolezza di sé. Neanche un po'. Potrebbe essere un gran rompiscatole, ma crede di essere un grande santo.

Non voglio, con questo, diffamare san Francesco Saverio, che probabilmente era un grande santo, ma senz'altro si trattava di una persona con cui era difficile convivere. Era davvero un superiore insopportabile! Fate pure un'indagine storica. Doveva sempre intervenire Ignazio per risolvere i mali che questo brav'uomo causava con la propria intolleranza. Bisogna davvero essere molto intolleranti per arrivare a combinare quel che ha combinato lui. Avanti, avanti, avanti - non importa quanti cadaveri cadono lungo il percorso. Alcuni critici di Francesco Saverio sostengono esattamente questo. Cacciava degli uomini dal nostro ordine, e questi si appellavano a Ignazio, che diceva: «Venite a Roma, e ne parleremo». E poi, di nascosto, Ignazio li riammetteva. Quanta consapevolezza di sé era presente in questa situazione? Chi siamo noi per giudicare? Non lo sappiamo. Non dico che non esista la motivazione pura. Dico solo che, normalmente, tutto quel che facciamo è nel nostro interesse. Tutto. Quando si fa qualcosa in nome dell'amore di Cristo, quello è egoismo? Sì. Quando si fa qualcosa per amore di qualcuno, è egoismo? Sì. Quando si fa qualcosa per amore di qualcuno, è sempre nel proprio interesse. Penso di dover spiegare meglio questo concetto. Mettiamo che abitate a Phoenix e che diate da mangiare a oltre cinquecento bambini al giorno. La cosa vi gratifica? Ebbene, cosa vi aspettate, che faccia sentire male?

Tuttavia, qualche volta questo accade. E ciò dipende dal fatto che certa gente fa determinate cose in modo da non (doversi sentire male). E quella la definisce (carità). Agisce per senso di colpa. Non è amore, questo. Ma, grazie a Dio, voi fate delle cose per delle persone, e questo vi dà piacere. Splendido!

Siete persone sane perché portate avanti il vostro interesse personale. E ciò è sano. Consentitemi di riassumere quel che ho detto riguardo alla carità egoista. Ho spiegato che esistono due tipi di egoismo; forse avrei dovuto dire tre. Il primo, quando faccio qualcosa, o meglio, quando mi concedo il piacere di compiacere me stesso. Il secondo, quando mi concedo il piacere di compiacere altri. Non inorgogliatevi per queste cose. Non pensate di essere grandi. Siete persone normali, ma con gusti raffinati. È il vostro gusto a essere buono, non la qualità della vostra spiritualità. Quando eravate bambini, vi piaceva la coca-cola. Ora siete cresciuti e preferite, in una giornata calda, una birra fredda. I vostri gusti sono migliorati. Quando eravate bambini, adoravate i cioccolatini; ora che siete cresciuti, apprezzate una sinfonia, una poesia. Avete gusti migliori, ma aspirate lo stesso al vostro piacere, solo che adesso è il piacere di compiacere altri. Poi c'è il terzo tipo, il peggiore: quando si fa qualcosa di buono per non sentirsi in colpa. Fare del bene non vi fa sentire bene; anzi, vi fa sentire male. È una cosa che odiate. Compilate dei sacrifici in nome dell'amore ma vi lamentate. Ah, quanto poco sapete di voi stessi se credete di non fare le cose in questo modo!

Se avessi un dollaro per ogni attimo trascorso a compiere azioni che mi facevano sentire male, a questo punto sarei miliardario. Sapete come vanno le cose. «Potrei venire a parlare stasera, Padre?». «Certo, venga pure!». Non voglio parlargli e odio parlargli. Questa sera voglio vedere quel certo programma in televisione, ma come faccio a rifiutare? Non ho il coraggio di dirgli di no. «Avanti, prego», e intanto sto pensando: «Oddio, mi tocca sorbirmi questo rompiscatole». Non mi fa sentire bene parlargli e non mi fa sentire bene dirgli di no, e così scelgo il minore dei mali e gli dico: «Va bene, vieni pure». Sarò contento quando il colloquio sarà finito e

Messaggio per un'Aquila...

potrò togliermi il sorriso dalla faccia, ma inizio il colloquio con lui: «Come stai?». «Benissimo», risponde, e poi parla e parla di quanto apprezzi quel seminario, e io penso: «Oddio, ma quando si decide a venire al dunque?». Alla fine ci arriva, e io, metaforicamente, lo sbatto contro il muro e gli dico: «Be', chiunque potrebbe risolvere un problema tanto banale, e lo mando via. «Uffa, finalmente me ne sono liberato», dico. E la mattina dopo, a colazione (perché sento di essere stato scortese), mi avvicino a lui e gli chiedo: «Come va?». E lui risponde: «Abbastanza bene» E aggiunge: «Vuole sapere una cosa? Quel che mi ha detto ieri sera mi è stato di grande aiuto. Posso vederla oggi, dopo pranzo?». Oh, no! Quando si fa qualcosa in modo da non sentirsi in colpa si riempie il peggior tipo di carità. Non si ha il coraggio di dire che si vuole essere lasciati in pace. Un prete desidera che la gente pensi che lui sia un buon prete! Quando uno mi dice: «Non mi piace far del male alla gente» io rispondo: «Piantala! Non ci credo». Non credo a chi mi dice che non gli piace far del male alle persone. Tutti noi adoriamo ferire le persone. Ci piace da morire. E quando è qualcun altro a far del male, ne godiamo. Però, non vogliamo essere noi a far del male, perché (noi stessi) ne usciremo feriti! Ecco il punto. Se siamo noi a fare del male, altri avranno di noi una cattiva opinione. Non ci apprezzeranno, parleranno contro di noi, e questo non ci piace!

- Cos'avete in testa? -

La vita è un banchetto, e la tragedia è che la maggior parte della gente sta morendo di fame. È proprio di questo che sto parlando, in realtà. C'è una bella storiella che racconta di alcune persone a bordo di una zattera al largo della costa

brasiliana, che stavano per morire di sete. Non avevano idea che l'acqua su cui galleggiavano era dolce. Il fiume si riversava in mare con una forza tale da coprire un paio di miglia, e quindi, nel punto in cui si trovavano, l'acqua era dolce. Solo che non lo sapevano. Allo stesso modo, noi siamo circondati di gioia, di felicità, di amore. La maggior parte della gente non ne ha la più pallida idea. Il motivo? È stata sottoposta a un lavaggio del cervello. Il motivo? È ipnotizzata, addormentata. Immaginatevi, sul palcoscenico, un mago che ipnotizza qualcuno in modo da fargli vedere cose che non ci sono e non fargli vedere quelle che ci sono. È tutto qui. Pentitevi e accogliete la buona novella. Pentitevi! Svegliatevi! Non piangete sui vostri peccati. Perché piangere per dei peccati che avete commesso nel sonno? Volete forse piangere per quel che avete fatto in stato d'ipnosi? Perché volete identificarvi con una persona del genere? Svegliatevi! Svegliatevi! Pentitevi! Cambiate atteggiamento. Provate a guardare le cose da un punto di vista nuovo! Perché «il regno è qui»! È il vero cristiano che prende sul serio tutto ciò. Vi ho detto che la prima cosa da fare è svegliarsi, ammettere che non vi piace essere svegliati. Preferireste avere tutte le cose che, attraverso l'ipnosi, siete stati portati a credere siano tanto preziose e importanti per voi, per la vostra vita e la vostra sopravvivenza. La seconda cosa è capire. Capire che forse avete delle idee sbagliate e che sono queste idee che stanno influenzando la vostra vita rendendola caotica, e che vi tengono addormentati. Le idee riguardo all'amore, alla libertà, alla felicità e così via. E non è facile ascoltare uno che mette in discussione queste vostre idee che sono per voi diventate tanto preziose.

Sono stati svolti studi piuttosto interessanti sul lavaggio del cervello. È stato dimostrato che si subisce un lavaggio del cervello nel momento in cui si assimila, per «introiezione»,

Messaggio per un'Aquila...

un'idea estranea, che appartiene a qualcun altro. E la cosa buffa è che si è pronti a morire per quest'idea. Non è forse strano? Il momento in cui è dato stabilire se si è subito un lavaggio del cervello e se si sono assimilate convinzioni e idee non proprie è quello in cui queste subiscono un attacco. Si rimane sbigottiti, si reagisce in modo emotivo. È un segno piuttosto attendibile - non infallibile, ma alquanto sicuro - del fatto che ci si trova di fronte a un lavaggio del cervello. Si è pronti a morire per un'idea che non ci è mai appartenuta. I terroristi e i cosiddetti santi assimilano un'idea, la mandano giù senza masticarla, e sono pronti a morire per quest'idea. Non è facile ascoltare, soprattutto quando c'è un coinvolgimento emotivo. E anche quando questo è assente, non è comunque facile ascoltare; si ascolta sempre dal proprio stato programmato, condizionato e ipnotico. Spesso s'interpreta tutto ciò che viene detto alla luce del proprio stato d'ipnosi, del proprio condizionamento, della propria programmazione. Come quella ragazza che, ascoltando una conferenza sull'agricoltura, disse: «Mi scusi, signore, lei sa che sono completamente d'accordo sul fatto che il miglior concime è quello dei cavalli di una certa età. Ci potrebbe dire quale dovrebbe essere l'età ottimale del cavallo?». Capite qual è il suo punto di partenza? Tutti noi abbiamo le nostre posizioni, no? E ascoltiamo (a partire da) quelle posizioni. «Henry, come sei cambiato! Eri tanto alto, e adesso sei così basso! Eri così robusto, e ora sei magrissimo! Eri tanto biondo, e ora sei castano. Cosa ti è successo, Henry?». Ed Henry risponde: «Non sono Henry, sono John». «Oh, hai cambiato anche nome!». Come si fa costringere persone così ad ascoltare? La cosa più difficile del mondo è ascoltare, vedere. Noi non vogliamo vedere. Pensate che un capitalista voglia capire cosa c'è di buono nel sistema comunista? Credete che un comunista voglia capire cosa c'è di buono e sano nel sistema

capitalista? Pensate che un uomo ricco voglia guardare la gente povera?

Non vogliamo guardare, perché se lo facciamo potremmo cambiare. Non vogliamo guardare. Se si guarda, si perde il controllo di quella vita che riusciamo a tenere insieme in modo tanto precario. E dunque, per potervi svegliare, la cosa di cui avete più bisogno non è l'energia, la forza, la giovinezza, e nemmeno una grande intelligenza. La cosa di cui avete più bisogno in assoluto è la disponibilità a imparare qualcosa di nuovo. Le possibilità di svegliarvi sono direttamente proporzionali alla qualità di verità che saprete accogliere senza scappare. Fino a che punto siete disposti a farlo? Quanto, di ciò che avete più caro, siete pronti a far crollare, senza fuggire? Fino a che punto siete disposti a pensare a qualcosa che non vi è familiare? La prima reazione è di paura. Non che temiamo l'ignoto. Non si può temere qualcosa che non si conosce. Nessuno ha paura dell'ignoto. Quel che si teme davvero è la perdita di ciò che è noto. Ecco di cosa si ha paura. Tanto per fare un esempio, io ho sostenuto che ogni cosa che facciamo è contaminata dall'egoismo. Non è facile sentirselo dire. Ma riflettiamoci sopra un minuto, cerchiamo di approfondire. Se tutto ciò che si fa deriva dall'interesse personale illuminato o meno che sia - che sensazione vi dà pensare alla vostra carità e alle vostre buone azioni sotto questa nuova luce? Che cosa ne è delle vostre buone azioni? Eccovi un piccolo esercizio. Pensate a tutte le buone azioni che avete fatto, o almeno ad alcune di esse (perché vi concedo solo pochi secondi). Ora cercate di capire che in realtà erano mosse dall'interesse personale, che voi ve ne rendereste conto o meno. Cosa ne è del vostro orgoglio? Cosa ne è della vostra vanità? Cosa ne è di quella sensazione appagante che provate, di quella pacca sulla spalla che vi autoattribuite ogni volta che facevate qualcosa che

Messaggio per un'Aquila...

ritenevate altamente caritatevole? Non ne rimane un bel niente, vero? Cosa rimane di quella sensazione di superiorità che provavate nei confronti del vostro vicino, che vi appariva tanto egoista? Cambia tutto, no? «Be'», direte, «il mio vicino ha gusti meno raffinati dei miei».

Ebbene, siete il tipo di persona più pericoloso. Sembra che Gesù Cristo abbia avuto meno problemi con l'altro tipo che con il vostro. Davvero, non c'è confronto. Aveva le maggiori difficoltà con le persone convinte di essere buone. Altre persone sembravano non causargli nessun problema: erano quelle apertamente egoiste, che sapevano di esserlo. Riuscite a capire quanto è liberatorio? Ehi, svegliatevi! E liberatorio! È meraviglioso! Vi sentite depressi? Forse lo siete. Non è meraviglioso capire che non siete migliori di chiunque altro sulla terra? Non è meraviglioso capire che non siete migliori di chiunque altro sulla terra? Non è meraviglioso? Siete delusi? Guardate cosa abbiamo portato alla luce! Cosa ne è della vostra vanità? Vi piacerebbe concedervi la sensazione di essere migliori di altri. Ma guardate come abbiamo portato alla luce un inganno!

- Buoni, cattivi o fortunati -

A me sembra che l'egoismo nasca da una sorta d'istinto di conservazione, che è il nostro istinto primario e più profondo. Come possiamo scegliere la mancanza di egoismo? Sarebbe quasi come optare per il non essere. A me appare come l'equivalente del non essere. Ma, qualsiasi cosa sia, io dico: smettete di sentirvi in colpa per il fatto di essere egoisti: siamo tutti uguali. Una volta, una persona ha detto una cosa terribilmente bella su Gesù, e questa persona non era nemmeno

cristiana. Disse: «L'aspetto migliore di Gesù è che si trovava a suo agio con i peccatori, perché capiva che non era migliore di loro in niente». Ci differenziamo da altri - dai criminali, per esempio - solo per quel che facciamo o non facciamo, (non per quel che siamo). L'unica differenza tra Gesù e quei peccatori era che lui era sveglio e loro no. Pensate a quelli che vincono alla lotteria. Dicono forse: «Sono molto orgoglioso di accettare questo premio, non per me, ma per la mia nazione e la mia società»? Parlano forse così quelli che vincono alla lotteria? No, perché hanno avuto (fortuna, fortuna). E dunque hanno vinto il primo premio della lotteria. C'è forse da essere orgogliosi di una cosa del genere? Allo stesso modo, se voi riuscite ad arrivare all'illuminazione, lo fareste nel vostro interesse personale, e sareste fortunati. Volete gloriarsi? Non capite quanto è stupido vantarsi delle proprie buone azioni? Il Fariseo non era un uomo malvagio, era solo stupido. Era stupido, non malvagio. Non si fermava a pensare. Una volta qualcuno ha detto: «Non ho il coraggio di fermarmi a pensare, perché se lo facessi non saprei come ripartire».

- Le nostre illusioni riguardo agli altri -

E dunque se vi fermaste a pensare, capireste che non c'è niente di cui essere molto orgogliosi, dopo tutto. E questo fatto, in che modo influenza il vostro rapporto con le persone? Di cosa vi lamentate? Un giovane venne una volta a lamentarsi per il fatto che la sua ragazza l'aveva deluso, che si era comportata in modo falso. Di cosa si lamentava? Si aspettava qualcosa di meglio? Aspettatevi il peggio: avete a che fare con persone egoiste. Era lui l'idiota - l'aveva messa su un piedistallo, vero? Pensava che fosse una principessa, pensava che la gente fosse buona. Non è così! Le persone non sono buone. Sono cattive quanto voi - cattive, capite? Sono addormentate quanto voi. E

Messaggio per un'Aquila...

cosa pensate che cerchino? Il loro interesse personale, proprio come voi. Non c'è nessuna differenza. Riuscite a immaginarvi quanto è liberatorio il fatto che non sarete mai più delusi, mai più ingannati? Non vi sentirete più abbandonati, respinti. Volete svegliarvi? Volete la felicità? Volete la libertà? Eccola qui: abbandonate le vostre false idee. Non lasciatevi ingannare dalle persone. Se non vi lasciate ingannare da voi stessi, non lo farete neanche con gli altri. E allora li amerete. Altrimenti, passate tutto il tempo alle prese con la falsa opinione che avete di loro, con le vostre illusioni, costantemente in contrasto con la realtà. Probabilmente, per la maggior parte di voi, è troppo impressionante capire che ci si deve (aspettare) che tutti, eccetto le rarissime persone che si sono svegliate, siano egoisti o perseguano il proprio interesse, che ciò avvenga in modo rozzo o raffinato. Questo vi porta a capire che non c'è niente di cui restare delusi, niente di cui essere disillusi. Se foste sempre rimasti in contatto con la realtà, non vi sareste mai sentiti delusi. Invece preferite dipingere le persone in colori brillanti; preferite non vedere il vero volto degli esseri umani perché preferite non vedere il vostro vero volto. E dunque, ora ne pagate il prezzo. Prima di discutere di questo, voglio raccontarvi una storiella. Qualcuno, una volta, mi chiese: «Com'è l'illuminazione? Com'è il risveglio?». Gli raccontai allora di quel barbone di Londra, che si sta sistemando per la notte. È riuscito a malapena a procurarsi una crosta di pane da mangiare. Tuttavia, giunge fino all'argine del Tamigi. Sta scendendo una pioggerellina leggera, e così si rannicchia nel suo vecchio cappotto sbrindellato. È lì lì per addormentarsi quando improvvisamente compare una Rolls-Royce guidata da un autista. Dall'auto esce una ragazza bellissima che gli dice: «Pover'uomo, ha intenzione di passare la notte qui sull'argine?». Il barbone risponde: «Sì». E la donna: «Non

posso permetterlo. Verrà a casa mia e trascorrerà una notte piacevole, dopo aver consumato una buona cenetta». E insiste perché l'uomo salga in macchina.

Poi, escono da Londra e arrivano in un luogo dove la donna possiede una splendida magione, circondata da un parco immenso. Vengono accolti dal maggiordomo, al quale la donna dice: «Per favore, James, assicurati che quest'uomo venga sistemato negli alloggi della servitù e che venga trattato bene». James esegue. La giovane donna si è svestita e sta per andare a letto quando all'improvviso le viene in mente il suo ospite. Così, s'infilza qualcosa e attraversa il corridoio, fino agli alloggi della servitù. Vede che dalla fessura della porta della stanza in cui è stato alloggiato il barbone filtra un filo di luce. Bussa piano alla porta, la apre, e trova l'uomo sveglio. Allora gli chiede: «Cosa c'è, buon uomo, non ha avuto una buona cena?». E lui risponde: «Mai mangiato così bene in vita mia, signora». «Ha abbastanza caldo?» chiede lei. «Sì, grazie, il letto è caldo e confortevole» risponde lui.

Allora lei dice: «Forse ha bisogno di un' di compagnia. Perché non mi fa un po' di posto?». Così dicendo gli si avvicina, lui le fa posto e cade dritto nel Tamigi. Ah! Non ve l'aspettavate! Illuminazione! Illuminazione! Svegliatevi. Quando sarete pronti a barattare le vostre illusioni con la realtà, i vostri sogni con i fatti, allora ci arriverete. Solo allora la vita assumerà un significato, e diventerà splendida. C'è una storia che parla di un certo Ramirez. È un vecchio, e abita nel suo castello su una collina. Guarda fuori dalla finestra (si trova a letto, paralizzato), e vede il suo nemico. Vecchio com'è, appoggiandosi a un bastone, il suo nemico sta risalendo la collina - una scalata lenta, dolorosa. Gli ci vogliono due ore e mezza per salire il fianco della collina. Non c'è nulla che Ramirez possa fare, perché la servitù ha il giorno di libertà. E

Messaggio per un'Aquila...

così il nemico apre la porta, va dritto nella sua camera, infila la mano sotto il mantello e tira fuori una pistola. Dice: «Finalmente, Ramirez, faremo i conti!». Ramirez cerca in tutti i modi di dissuaderlo. Dice: «Suvvia, Borgia, non puoi farlo. Sai benissimo che non sono più l'uomo che ti ha maltrattato, da giovane, tanti anni fa, e neanche tu sei più il giovane che eri. Smettila!». «Oh, no», risponde il nemico, «le tue dolci parole non mi dissuaderanno dalla mia missione divina. Quella che voglio è la vendetta, e tu non puoi far nulla per impedirmela». E Ramirez dice: «Invece sì!». «Cosa?» chiede il nemico. «Posso svegliarmi» risponde Ramirez. E così fece: si svegliò. Ecco cos'è l'illuminazione. Quando qualcuno vi dice: «Non puoi farci nulla voi potete dire: «Invece sì: posso svegliarmi!». E all'improvviso, la vita non è più l'incubo che vi apparirà. Svegliatevi! Una volta uno venne da me per farmi una domanda. Quale domanda pensate che fosse? Mi chiese: «Tu sei illuminato?». E cosa pensate gli abbia risposto? Ma che importanza ha?! Volete una risposta migliore? La mia risposta sarebbe: «Come faccio a saperlo? Come si potrebbe saperlo? Che importanza ha?». Volete sapere una cosa? Se desiderate troppo qualcosa, siete nei pasticci. Volete saperne un'altra? Se io fossi illuminato e voi mi ascoltaste perché sono illuminato, sareste in un bel pasticcio. Siete pronti a farvi fare un lavaggio del cervello da uno illuminato? Potete subire un lavaggio del cervello da parte di chiunque, sapete? Che cosa importa che uno sia o meno illuminato? Ma il problema è che vogliamo tutti appoggiarci a qualcun altro, non è vero? Vogliamo appoggiarci a qualcuno che pensiamo sia già arrivato alla meta. Ci dà speranza, non è vero? E perché volete sperare? Non è anche questa una forma di desiderio? Volete sperare in qualcosa di meglio rispetto a ciò che avete ora, vero? Altrimenti non sperereste. Ma ciò significa che dimenticate che

già adesso state bene, senza saperlo. Perché non concentrarsi sul presente invece di sperare in un avvenire migliore? Perché non capire il presente invece di dimenticarsene, sperando in un futuro migliore? Non è forse il futuro soltanto una nuova trappola?

- Autosservazione -

L'unico modo attraverso il quale qualcuno può esservi d'aiuto è mettendo in discussione le vostre idee. Se siete pronti ad ascoltare e se siete pronti a essere messi in discussione, qualcosa potete fare, ma (nessuno può aiutarvi). Qual è la cosa più importante in assoluto? Si chiama autosservazione. Nessuno può darvi una mano, in questo. Nessuno può fornirvi un metodo. Nessuno può mostrarvi una tecnica. Nel momento in cui si apprende una tecnica, si diventa nuovamente programmati. Ma l'autosservazione - cioè il guardare se stessi - è importante. Non significa essere assorti nei propri problemi, essere preoccupati di sé. Non è di questo che sto parlando: parlo dell'(autosservazione). E cosa sarebbe? Significa osservare tutto ciò che è all'interno di noi stessi e intorno a noi, fino al punto più estremo, e osservarlo come se accadesse a qualcun altro. Cosa significa quest'ultima frase? Significa che non si personalizza quel che ci accade. Significa guardare alle cose come se non si avesse alcun legame con esse. Il motivo per cui soffrite a causa della vostra depressione e delle vostre ansie è che vi identificate con esse. Dite: «Sono depresso». Ma ciò è falso. Voi non siete depressi. Se voleste essere precisi, potreste dire: «In questo momento sto attraversando una fase di depressione». Non è invece corretto dire: «Sono depresso». Voi non siete la vostra depressione. Non si tratta che di una sorta di

Messaggio per un'Aquila...

inganno della mente, uno strano tipo di illusione. Siete stati indotti a pensare - pur non essendone consci - che siete (voi) la vostra depressione, che siete (voi) le vostre ansie, che siete (voi) la vostra gioia e le emozioni che provate. «Sono contento!». Di certo non siete contenti. Può darsi che contentezza sia (dentro) di voi in questo momento, ma aspettate un po', e le cose cambieranno; non durerà: non dura mai; le cose cambiano di continuo, cambiano sempre. Le nubi vanno e vengono: alcune sono nere e altre bianche, alcune grandi, altre piccole. Se vogliamo seguire l'analogia, voi sareste il cielo, intento a osservare le nubi. Sareste osservatori passivi, distaccati. So che questo atteggiamento può essere per voi assurdo, soprattutto nella cultura occidentale. Non interferite. Non dovete farlo. Non «fissate» nulla. Guardate! Osservate! Il problema della gente è che si affanna a fissare cose non riesce nemmeno a capire. Siamo sempre lì a fissare delle cose, non è vero? Non ci viene mai in mente che le cose non hanno bisogno di essere fissate, assolutamente. Questa è una grande illuminazione. Le cose devono essere capite: se le si capissero, cambierebbero.

- Consapevolezza, senza valutare sempre tutto -

Volete cambiare il mondo? Che ne dite di cominciare da voi stessi? Che ne dite di venire trasformati per primi? Ma come si ottiene il cambiamento? Attraverso l'osservazione. Attraverso la comprensione. Senza interferenze o giudizi da parte vostra. Perché quel che si giudica non si può comprendere. Quando dite di qualcuno: «Quello è un comunista in quel momento la

comprensione si è fermata. Gli avete appiccicato addosso un'etichetta. «Quella è una capitalista». In quel momento si è fermata la comprensione. Le avete appiccicato addosso un'etichetta, e se a quell'etichetta sono attribuiti dei sottintesi di approvazione o disapprovazione, tanto peggio! Come potrete mai capire quel che disapprovate, o anche quel che approvate? Le parole che vi sto dicendo vi sembrano arrivare da un altro mondo, vero? Nessun giudizio, nessun commento, nessun atteggiamento: semplicemente, si osserva, si studia, si guarda, senza il desiderio di cambiare ciò che è. Perché se si desidera cambiare ciò che è in ciò che (dovrebbe essere), si cessa di comprendere. Un istruttore di cani cerca di capire l'animale in modo di insegnargli a eseguire determinate azioni. Uno scienziato osserva il comportamento delle formiche senza avere in mente altro scopo che lo studio delle formiche, per imparare il più possibile riguardo a esse. Non ha altro fine.

Non sta tentando di insegnare loro qualcosa o di ricevere qualcos'altro in cambio. È interessato alle formiche, e vuole imparare il più possibile su di loro. Questo è il suo presupposto. Il giorno in cui riuscirete ad assumere un atteggiamento simile, assisterete a un miracolo. Cambierete - senza sforzo, correttamente. Il cambiamento si verificherà, non dovrete andarlo a cercare. Mentre la vita della consapevolezza prende il posto delle tenebre, tutto il male scomparirà. Tutto ciò che c'è di buono verrà nutrito, alimentato. È un'esperienza che dovete fare voi stessi. Ma tutto ciò richiede una mente disciplinata. E quando parlo di disciplina, non parlo di sforzo. Parlo di qualcosa di diverso. Avete mai osservato attentamente un atleta? Lo sport è tutta la sua vita, ma che vita disciplinata conduce! E osservate un fiume che scorre verso il mare. Crea da solo le rive che lo contengono. Quando dentro di voi c'è qualcosa che si muove nella direzione giusta, crea la sua

Messaggio per un'Aquila...

disciplina. Il momento in cui si viene svegliati da quella puntura d'insetto che è la consapevolezza, è un momento splendido. È l'esperienza più splendida del mondo, la più importante, la più eccezionale. Non c'è niente, al mondo, di più importante del risveglio. Niente! E, naturalmente, anche questa è disciplina, a modo suo. Non c'è niente di più splendido del fatto di essere consapevoli. Preferireste vivere nelle tenebre? Preferireste agire senza essere consapevoli delle vostre azioni, parlare senza essere consapevoli delle vostre parole?

Preferireste ascoltare la gente senza essere consapevoli di quel che sentite, o vedere le cose senza essere consapevoli di ciò che vedete? Il grande Socrate disse: «Una vita inconsapevole non è degna di essere vissuta». È una verità che non ha bisogno di ulteriori spiegazioni. La maggior parte della gente non vive una vita consapevole. Vive una vita meccanica, con pensieri meccanici - di solito appartenenti a qualcun altro - emozioni meccaniche, azioni meccaniche, reazioni meccaniche. Volete vedere quanto siete meccanici in realtà? «Però, bella la tua camicia». Sentirvelo dire vi gratifica. E tutto per una camicia! Sentirvelo dire vi fa essere orgogliosi di voi stessi. La gente viene a visitare il mio centro in India e dice: «Che splendido posto, che begli alberi», (dei quali io non sono affatto responsabile), «che clima piacevole» E già comincio a sentirmi bene, finché non mi sorprende a sentirmi bene e mi dico: «Ehi, ma siamo impazziti? Che stupidata è questa?». Non sono io il responsabile di quegli alberi, né ho scelto io quel luogo. Non ho ordinato il clima: è capitato che ci fosse bel tempo per caso. Mi sento bene nei confronti della «mia» cultura e della «mia» nazione. Ma a che punto si arriva con la propria stupidità. Non scherzo. Mi viene detto che la mia grande cultura indiana prodotta un gran numero di mistici. Non sono stata io a produrli. Non sono io il responsabile. Oppure mi

dicono: «Quel tuo paese, con tutta quella povertà - che schifo». Mi vergogno. Ma non sono stato io a crearlo. Cosa succede? Vi siete mai soffermati a pensare? La gente vi dice: «Lei ha un grande fascino» ed ecco che ci si sente al settimo cielo. Ho messo a segno un punto (è per questo che si dice: io sono O.K., tu sei O.K.). Un giorno scriverò un libro intitolato (Io sono un asino, tu sei un asino). Ammettere di essere un asino è la cosa più liberatoria e magnifica del mondo. È splendido. Quando la gente mi dice: «Hai torto» io rispondo: «Cosa ti aspettavi da un asino?». Disarmati: tutti dobbiamo essere disarmati. Nella liberazione finale, io sono un asino, tu sei un asino. Per come vanno le cose normalmente, io premo un bottone e tu vai su; ne premo un altro e tu vai giù. E ti piace. Quante persone conoscete che rimangono indifferenti alle lodi e alle critiche?

Non è umano, diciamo noi. Umano significa che bisogna essere un po' scimmie, in modo che tutti vi possano tirare la coda, e voi facciate tutto ciò che (dovreste) fare. Ma è umano? Se trovate che io abbia fascino, significa che in questo momento siete di buon umore, e niente di più. Significa anche che sono adatto alla vostra lista della spesa. Tutti noi ci portiamo in giro una lista della spesa, e in un certo senso le persone devono essere a misura di questa lista - alto... capelli scuri... bello... secondo i miei gusti. «Mi piace la sua voce» dice una. «Sono innamorata». Non è innamorata, stupida che non è altro. Tutte le volte che uno è innamorato - esito a dirlo - è particolarmente asinino. Sedetevi e osservate quel che vi sta accadendo. State scappando da voi stessi. Volete fuggire. Qualcuno ha detto, una volta: «Ringraziamo Dio per la realtà, e (anche) per la possibilità che ci ha dato di fuggirla». Dunque questo è che accade. Siamo meccanizzati, controllati.

Scriviamo dei libri su come essere controllati e su com'è meraviglioso essere controllati e su come è indispensabile che

Messaggio per un'Aquila...

la gente vi dica che siete O.K. Solo allora vi sentite bene. Che meraviglia stare in prigione. Oppure, come mi ha detto qualcuno ieri, stare nella propria gabbia. Vi piace stare in prigione? Vi piace essere controllati? Lasciate che vi dica una cosa: se consentite a voi stessi di sentirvi bene quando la gente vi dice che siete O.K., vi state preparando a sentirvi male quando la gente vi dirà che non siete in gamba. Finché si vive per soddisfare le aspettative di altri, bisogna stare attenti a come ci si veste, a come ci si pettina, al fatto che le scarpe siano sempre lucide - in breve, al fatto di soddisfare sempre le loro maledette aspettative. E lo chiamate umano? Questo è quel che scoprirete quando vi osserverete! Sarete inorriditi! Il fatto è che non siete né O.K. né non O.K. Forse corrispondete all'umore, o alla tendenza, o alla moda attuali! E ciò significa che siete diventati O.K.? Il vostro essere O.K. dipende da questo? Dipende da ciò che la gente pensa di voi? Gesù Cristo doveva essere piuttosto «non O.K.», secondo gli standard del tempo. Voi non siete O.K. e non siete non O.K., siete voi e basta. Spero che questa sia una grande scoperta, almeno per alcuni di voi. Se tre o quattro di voi facessero questa scoperta nel corso dei giorni che trascorriamo insieme, sarebbe un investimento splendido! Straordinario! Basta con tutta questa faccenda di essere O.K. o meno; basta con tutti i giudizi, e semplicemente osservate, guardate. Farete grandi scoperte. Queste scoperte vi cambieranno. Non dovrete fare il minimo sforzo, credetemi. Mi viene in mente, a questo proposito, un tizio che si trovava a Londra dopo la guerra. È seduto e tiene sulle ginocchia un pacco avvolto in carta marrone; si tratta di un oggetto pesante e voluminoso. L'autista dell'autobus gli si avvicina e chiede: «Cos'ha sulle ginocchia?». E l'uomo risponde: «È una bomba inesplosa. L'ho trovata scavando in giardino, e la sto portando alla stazione di polizia». E l'autista

gli dice: «Non vorrà mica tenerla sulle ginocchia, no? La metta sotto il sedile». La psicologia e la spiritualità (per come le intendiamo generalmente) trasferiscono la bomba dalle ginocchia sotto il sedile. Di solito non risolvono i problemi. Li scambiano con altri problemi. Ci avevate mai pensato? Avevate un problema, ora ne avete un altro. E sarà sempre così, finché non si risolve il problema chiamato «voi».

- L'illusione delle ricompense -

Fino a quel momento, non si arriverà a nulla. I grandi mistici e maestri dell'Oriente direbbero: «Chi sei (tu?)». Molti pensano che la domanda più importante del mondo sia: «Chi è Gesù Cristo?». Sbagliato! Molti ritengono che sia: «Dio esiste?». Sbagliato! Molti pensano che sia: «Esiste una vita dopo la morte?». Sbagliato!

Sembra che nessuno si occupi di questo problema: esiste una vita (prima) della morte? Eppure, l'esperienza mi dice che sono proprio coloro che non sanno cosa farsene di (questa) vita a essere tanto preoccupati di sapere cosa se ne faranno di un'(altra) vita.

Un buon sintomo del fatto che siete svegli è che non ve ne frega un bel niente di quello che accadrà nella prossima vita. Il pensiero non vi turba; non vi importa. Non vi interessa, punto e basta. Sapete cos'è la vita eterna? Pensate che sia una vita di durata infinita. Ma i vostri stessi teologi vi diranno che è folle, perché anche l'infinitezza rientra nel tempo. É un tempo che dura per sempre. Eterno significa invece senza tempo. La mente umana non è in grado di capirlo. La mente umana è in grado di capire il tempo e di negarlo. Ciò che è senza tempo va al di là della nostra comprensione. Eppure i mistici dicono che l'eternità è qui e ora. É una buona notizia, no? É qui e ora. La

Messaggio per un'Aquila...

gente ci rimane male quando la esorto a dimenticare il passato: ne è talmente orgoglioso! Oppure se ne vergogna. Ma è una follia! Lasciatevelo alle spalle! Quando sentite dire: «Pentitevi del vostro passato», cercate di capire che è un modo religioso per distogliervi dal risveglio. Svegliatevi! Ecco cos'è il pentimento. Non significa «Piangere sui propri peccati». Svegliatevi! Capite, smettete di piangere. Capite! Svegliatevi!

- Trovare se stessi -

I grandi maestri dicono che la domanda più importante del mondo è: «Chi sono io?». O meglio, «Cos'è l'"io"»? Cos'è quella cosa che chiamo "io"? Cos'è quella cosa che chiamo il sé? Volete forse dire che avete capito tutto il resto e non questo? Volete forse dire che avete capito l'astronomia e i buchi neri e i quasar, e avete appreso l'informatica, e non sapete chi siete? Caspita, state ancora dormendo. Siete degli scienziati addormentati. Volete dire che avete capito chi è Gesù Cristo e non sapete chi siete voi? Come fate a sapere di capire Gesù Cristo? Chi è che mette in atto la comprensione? Prima scoprite questo. É il fondamento di tutto, no? É proprio perché non è stato capito questo che abbiamo tutti quegli stupidi popoli religiosi coinvolti in quelle stupide guerre religiose musulmani che combattono contro ebrei, protestanti contro cattolici, e tutte quelle altre porcherie.

Non sanno chi sono, perché se lo sapessero non ci sarebbero guerre. Come la bambina che chiede al bambino: «Voi siete presbiteriani?». E lui: «No, noi facciamo parte di un'altra confusione!». Ma quel che vorrei sottolineare ora è l'autosservazione. Voi mi state ascoltando, ma riuscite a percepire altri suoni oltre a quello della mia voce, mentre

ascoltate? Siete consapevoli delle (vostre) reazioni mentre mi ascoltate? Se non lo siete, significa che subirete un lavaggio del cervello. Oppure sarete influenzati da forze interne a voi di cui non siete assolutamente consci. E anche se siete consapevoli di come reagire a me, siete consapevoli anche della provenienza delle vostre reazioni? Forse non mi state ascoltando per nulla; forse è il vostro papà ad ascoltarmi. Pensate che ciò sia possibile? Certo che lo è. Mi capita spessissimo, nei miei gruppi, di trovare persone che non sono assolutamente presenti. È presente la loro mamma, è presente il loro papà, ma loro no. Non sono mai stati presenti. «Io vivo: non io, ma mio padre vive in me». Ebbene, questo è assolutamente, letteralmente vero. Potrei sezionarvi, pezzo dopo pezzo, e chiedervi: «Vediamo, questa frase viene dal papà, dalla mamma, dalla nonna, dal nonno, da chi?». Chi vive in voi? La sensazione che si prova scoprendo questo fatto è di orrore. Pensate di essere liberi, ma probabilmente non c'è gesto, un pensiero, un'emozione, un atteggiamento, una convinzione in voi che non venga da qualcun altro. Non è orribile? E non lo sapete. Si tratta di una vita meccanica, impressa su di voi. Certe cose vi danno sensazioni forti, e pensate di essere voi a provare quelle sensazioni, ma è così?

Sarà necessaria molta consapevolezza, da parte vostra, per capire che forse quella cosa che chiamate "io" è semplicemente un conglomerato delle vostre esperienze passate, dei vostri condizionamenti, della vostra programmazione. È doloroso. In effetti, quando ci si comincia a svegliare, si prova un grande dolore. È doloroso vedere crollare le proprie illusioni. Tutto ciò che pensavate di aver costruito si sbriciola, e questo è doloroso. Il pentimento è tutto qui; il risveglio è tutto qui. E dunque, che ne dite di prendervi un minuto, seduti lì come siete, per diventare consapevoli, mentre io continuo a parlare, di quel che

Messaggio per un'Aquila...

provate nel vostro corpo, di quel che accade nella vostra mente, del vostro stato emotivo? Cosa ne dite di diventare consapevoli della lavagna, del fatto che i vostri occhi sono aperti, del colore di queste pareti e del materiale di cui sono fatte? Che ne dite di diventare consapevoli del mio viso e della vostra reazione a questo mio viso? Perché una reazione l'avete, che ve ne rendiate conto o meno. E probabilmente non è la vostra reazione, ma una reazione che risulta dal vostro condizionamento. E che ne dite di diventare consapevoli di alcune delle cose che ho appena detto, anche se ormai non sarebbe più consapevolezza, ma solo ricordo? Prendete coscienza della vostra presenza in questa sala. Ditevi: «Io sono in questa sala» È come se foste fuori da voi stessi, e vi guardaste. Notate che la sensazione è leggermente diversa rispetto al guardare gli oggetti presenti nella sala. Più avanti chiederemo: «Chi è la persona che esegue l'osservazione?». Io sto guardando me. Che cos'è un "io"? Che cos'è "me"? Per me è sufficiente che io osservi me, ma se vi sorprendete a condannarvi o approvarvi, non bloccate la condanna o l'approvazione, ma osservatela. Io sto condannando me; io sto disapprovando me; io sto approvando me. Guardate, punto e basta. Non cercate di cambiare le cose! Non pensate: «Oh, ci era stato detto di non fare così». Osservate semplicemente quel che accade. Come vi ho già detto, l'autosservazione significa guardare - osservate quel che accade dentro di voi e intorno a voi come se accadesse a qualcun altro.

- Arrivare all'"io" togliendo strato dopo strato -

Ora vi propongo un altro esercizio. Vi chiedo di scrivere su un pezzo di carta una brevissima descrizione di voi stessi - per

esempio, uomo d'affari, prete, essere umano, cattolico, ebreo, qualsiasi cosa. Vedo che alcuni scrivono parole come fecondo, pellegrino alla ricerca di qualcosa, competente, vivo, impaziente, concentrato, flessibile, conciliante, amante, membro della razza umana, eccessivamente strutturato. Spero che questo sia il frutto dell'osservazione di voi stessi, come se aveste osservato un'altra persona. Però fate attenzione: è l'"io" che osserva il "me". Questo è un fenomeno interessante che non ha mai smesso di destare meraviglia tra i filosofi, i mistici, gli scienziati, gli psicologi: l'"io" può osservare il "me". Sembra che gli animali non possano farlo assolutamente. Sembra dunque che sia necessaria una certa quantità di intelligenza per poterlo fare. Quella che vi sottoporro ora non è metafisica, non è filosofia. È Semplice osservazione, e buon senso. I grandi mistici d'Oriente si riferiscono in realtà a quell'"io", non al "me". In effetti, alcuni mistici ci dicono che iniziamo prima di tutto dalle cose, dalla consapevolezza delle cose; poi ci spostiamo verso una consapevolezza dei pensieri (che rappresentano il "me") e alla fine giungiamo alla consapevolezza di chi pensa. Cose, pensieri, pensatore. Quel che cerchiamo davvero è il pensatore. Può il pensatore conoscere se stesso? Posso io sapere cos'è l'"io"? Alcuni di questi mistici rispondono: «Può il coltello tagliare se stesso? Può il dente mordere se stesso? Può l'occhio vedere se stesso? Può l'"io" conoscere se stesso?» Ma in questo momento mi interessa qualcosa di molto più pratico, e cioè la decisione di ciò che "io" (non) è. Procederò con la maggiore lentezza possibile, perché le conseguenze sono devastanti. Splendide o terribili, a seconda del vostro punto di vista.

Ascoltate ciò che vi dico: io sono i miei pensieri, i pensieri che sto pensando? No. I pensieri vanno e vengono; io non sono i miei pensieri. Sono il mio corpo? Dicono che ogni minuto che

Messaggio per un'Aquila...

passa milioni di cellule del nostro corpo cambiano e si rinnovano, cosicché nel giro di sette anni non ci rimane in corpo nemmeno una singola cellula vivente tra quelle che avevamo sette anni prima. Le cellule vanno e vengono, nascono e muoiono. L'"io", invece permane. Dunque, io sono il mio corpo? Evidentemente no! L'"io" è qualcosa di diverso e di più, rispetto al corpo. Forse si potrebbe dire che il corpo fa parte dell'"io", ma è una parte che varia. Continua a muoversi, a cambiare. Usiamo lo stesso nome per definirlo, ma cambia continuamente. Proprio come chiamiamo cascate del Niagara le cascate del Niagara, pur essendo queste costituite da acqua che cambia continuamente. Usiamo lo stesso nome per una realtà in continua evoluzione. E il mio nome? È forse "io" il mio nome? Evidentemente no, perché posso cambiare il mio nome senza cambiare l'"io". E la mia carriera? E le mie convinzioni? Dico che sono un cattolico, un ebreo - è forse questa parte essenziale dell'"io"? Quando passo da una religione all'altra, l'"io"? Quando passo da una religione all'altra, l'"io" è cambiato? In altre parole, il mio nome è parte essenziale in me, dell'"io"? La mia religione è una parte essenziale dell'"io"? Ho citato prima la bambina che dice al bambino: «Sei un presbiteriano?».

Ebbene, qualcuno mi ha raccontato un'altra storiella, che parla di un certo Paddy. Paddy sta camminando lungo le strade di Belfast e a un certo punto si sente puntare una pistola alla nuca, e una voce gli chiede: «Sei cattolico o protestante? ». Paddy è costretto a pensare in fretta. Risponde: «Sono ebreo». E sente una voce che dice: «Devo proprio essere l'arabo più fortunato di tutta Belfast». Le etichette sono davvero importanti per noi. «Sono repubblicano» diciamo. Ma lo siamo davvero? Non si può certo affermare che, quando si cambia partito, si cambi anche l'"io". Non è forse il solito vecchio "io", con delle nuove convinzioni politiche? Ricordo di aver sentito

parlare di un uomo che chiede a un amico: «Pensi di votare per i repubblicani»? E l'amico risponde: «No, penso di votare per i democratici. Mio padre era democratico, mio nonno era democratico, il mio bisnonno era democratico». E l'uomo dice: «Ma questa è una logica folle. Voglio dire: se tuo padre fosse stato un ladro di cavalli, e tuo nonno lo stesso, e il tuo bisnonno pure, tu cosa saresti?».

«Ah», risponde l'amico, «allora sei repubblicano». Passiamo gran parte della nostra vita a reagire a delle etichette, le nostre e quelle degli altri. Identifichiamo le etichette con l'"io". Cattolico e protestante sono etichette molto frequenti. Un tizio andò da un prete e gli chiese: «Padre, voglio che celebri una messa per il cane». Il prete s'indignò. «Cosa intendi dire con questo?». «Si tratta del mio cagnolino», rispose l'uomo. «Amavo quel cane e vorrei che lei celebrasse una messa in suo ricordo». Il prete disse: «Qui non celebriamo messe per dei cani. Forse può provare alla congregazione che c'è più avanti, su questa via. Chieda a loro se sono disposti a farlo». Uscendo, l'uomo disse al prete: «Peccato. Amavo moltissimo quel cane.

Avevo pensato do offrire una prebenda di un milione di dollari per la messa». E il prete: «Aspetti un attimo: non mi aveva detto che il suo cane era cattolico». Quando si è intrappolati dalle etichette che valore hanno etichette, in relazione all'"io"? Potremmo dire che l'"io" non è rappresentato da alcuna delle etichette che noi gli attribuiamo? Le etichette appartengono al "me". Quello che cambia continuamente è il "me". L'"io" cambia? L'osservatore cambia? Il fatto è che, quali siano le etichette che vi vengono in mente (eccetto, forse, quella di essere umano), le dovrete applicare al "me". L'"io" non è niente di tutto questo. Dunque, quando uscite da voi stessi e osservate il "me", non vi identificate più con il "me". La sofferenza esiste dentro il "me", e così, quando identificate

Messaggio per un'Aquila...

l'"io" e il "me", inizia la sofferenza. Poniamo che abbiate paura, o un desiderio, o delle ansie. Quando l'"io" non si (identifica) con il denaro, o il nome, o la nazionalità, o le persone, o gli amici, o qualsiasi qualità, l'"io" non è mai minacciato. Può essere molto attivo, ma non è minacciato. Pensate a qualcosa che vi ha causato o vi causa dolore, preoccupazione o ansia. Prima di tutto, riuscite a individuare il desiderio sotto quella sofferenza? Capite che c'è qualcosa che desiderate ardentemente, e che questo vi causa sofferenza? Cos'è quel desiderio? Secondo, è soltanto un desiderio; è in un atto un'(identificazione). In qualche modo, avete detto a voi stessi: «Il benessere dell'"io", quasi l'esistenza stessa dell'"io" sono legati a quel desiderio». La sofferenza è dovuta unicamente alla mia identificazione con qualcosa, che sia al mio interno o all'esterno.

- Sentimenti negativi nei confronti di altri -

In occasione di una delle mie conferenze, una persona fece la seguente osservazione: «Voglio condividere con voi una cosa meravigliosa che mi è accaduta. Sono andato al cinema; poco dopo mi trovavo al lavoro, e avevo grossi problemi con tre persone. Così mi sono detto: "Bene, proprio come ho imparato al cinema, adesso uscirò da me stesso". Per un paio d'ore sono riuscito a entrare in contatto con i miei sentimenti, i miei sentimenti di ripulsa nei confronti di quelle persone. Ho detto: "Odio davvero quelle persone". E poi ho detto: "Gesù, cosa puoi fare per rimediare a tutto ciò?".

Un attimo dopo mi sono messo a piangere, perché ho capito che Gesù era morto per quelle stesse persone e loro non potevano fare a meno di essere com'erano. Quel pomeriggio

dovetti andare in ufficio, e decisi di parlare con quelle persone. Spiegai loro il mio problema ed essi si dichiararono d'accordo con me. Dopo, non ero più arrabbiato con loro e non le odiavo più». Ogni volta che avete un sentimento negativo nei confronti di qualcuno, vivete in un'illusione. C'è qualcosa di seriamente sbagliato in voi. Non vedete la realtà. Qualcosa, dentro di voi, deve cambiare. Ma cosa facciamo, in genere, quando abbiamo un sentimento negativo? «É colpa sua. Deve cambiare». No! Il mondo è a posto. Chi deve cambiare siete (voi). Uno di voi mi ha parlato del lavoro all'interno di un istituto. Nel corso di una riunione del personale qualcuno dirà inevitabilmente: «Il cibo fa schifo qui», e la dietista, normalmente, perderà le staffe. Si è identificata con il cibo. Sta dicendo: «Chiunque attacchi il cibo attacca me; mi sento minacciata». Ma l'"io" non è mai minacciato; solo il "me" è minacciato. Ma supponiamo che assistiate a un'ingiustizia estrema, qualcosa di evidentemente e indiscutibilmente condannabile. Non sarebbe una reazione adeguata dire che quella cosa non dovrebbe accadere? In qualche modo, dovrete sentire l'impulso di correggere una situazione ingiusta? Per esempio, qualcuno sta facendo del male a un bambino, e voi assistete a quest'abuso. Cosa ne dite di un esempio del genere? Spero non pensiate che vi stia dicendo che non dovrete intervenire. Dico però che, se non aveste sentimenti negativi, sareste molto più incisivi, (molto) più incisivi. Perché, quando entrano in gioco i sentimenti negativi, si perde la testa. Entra in scena il "me", e si rovina tutto. Dove prima c'era un problema da risolvere, adesso ce ne sono due.

Molti presumono, erroneamente, che non avere sentimenti negativi come l'ira, il risentimento o l'odio significa che non si fa nulla per risolvere le situazioni. Oh, no! Assolutamente! Non si viene coinvolti emotivamente, ma si passa subito all'azione.

Messaggio per un'Aquila...

Si diventa molto sensibili nei confronti delle cose e delle persone che ci circondano. Quello che uccide la sensibilità è ciò che molti chiamerebbero il sé condizionato: quando ci si identifica a tal punto con il "me" che l'eccesso di "me" impedisce di vedere le cose in modo oggettivo, con distacco. È molto importante che, quando si entra in azione, si sia in grado di vedere le cose con distacco. Ma le emozioni negative impediscono di avere un atteggiamento di questo tipo. Come dovremmo chiamare, allora, quel tipo di passione che attiva o incanala l'energia verso un impegno a porre rimedio a dei mali oggettivi? Qualunque cosa sia, non è una (reazione); è azione. Alcuni di voi si chiedono se esiste una zona grigia prima che qualcosa si trasformi in coinvolgimento, prima che entri in gioco l'identificazione. Mettiamo che muoia un amico. Sembra giusto e molto umano provare una certa tristezza in seguito a questo evento. Ma qual è la reazione? Autocommiserazione? Per cosa state soffrendo? Pensateci. Quel che sto per affermare vi apparirà terribile, ma ve l'ho detto: io provengo da un altro mondo. La vostra reazione è una perdita personale, vero? Vi sentite tristi per il "me" o le altre persone a cui quell'amico avrebbe potuto arrecare gioia. Ma questo significa che vi sentite tristi per altre persone che si sentono tristi per se stesse. Se non si sentono triste per se stesse, per cosa si sentono tristi? Non proviamo mai dolore quando perdiamo qualcosa a cui abbiamo concesso la libertà, e che non abbiamo mai tentato di possedere. Il dolore è il sintomo del fatto che ho condizionato la mia felicità a questa cosa o questa persona, almeno fino a un certo punto. Siamo talmente abituati a sentirci dire il contrario che ciò che affermo appare disumano, non è vero?

- La dipendenza -

Sta di fatto però che è quanto ci hanno detto tutti i mistici in passato. Non sto affermando che il "me", il sé condizionato, non ricada talvolta nei propri schemi usuali. È il modo in cui siamo stati condizionati. La domanda però se sia concepibile vivere una vita in cui si sarebbe così totalmente soli da non dipendere da nessuno. Tutti noi dipendiamo gli uni dagli altri per ogni genere di cose, non è vero? Dipendiamo dal macellaio, dal fornaio, dal fabbricante di candele. Interdipendenza. Benissimo! Abbiamo organizzato la società in questo modo e assegniamo funzioni diverse a persone diverse per il benessere di ciascuno, così da funzionare meglio e vivere in modo più efficiente - o almeno speriamo che sia così. Ma dipendere da un altro psicologicamente - dipendere da un altro emotivamente - cosa comporta? Significa dipendere da un altro essere umano per raggiungere la felicità. Pensateci sopra. Perché se lo fate, la prossima cosa che farete, ne siate coscienti o meno, sarà (esigere) che altre persone contribuiscano alla vostra felicità. Poi ci sarà un ulteriore gradino - paura, paura della perdita, paura dell'alienazione, paura di essere respinti, controllo reciproco. L'amore perfetto esclude la paura. Dove c'è amore non ci sono pretese, aspettative, dipendenza. Io non esigo che voi mi facciate felice; la mia felicità non alberga in voi. Se mi doveste lasciare, non mi sentirei dispiaciuto per me stesso; godo immensamente della vostra compagnia, ma non mi abbarbico a voi. Godo della vostra compagnia sulla base del non-abbarbicamento. Non siete voi, ciò di cui godo; è qualcosa di più grande di voi e di me. È qualcosa che ho scoperto, una sorta di sinfonia, una sorta di orchestra che suona alla vostra presenza, ma quando voi ve ne andate, l'orchestra non smette.

Quando incontro qualcun altro, suona un'altra melodia, altrettanto deliziosa. E quando sono solo, continua. Ha un

Messaggio per un'Aquila...

grande repertorio, e non cessa mai di suonare. Il risveglio è tutto qui. Ed è per questo che siamo ipnotizzati, addormentati, che abbiamo subito il lavaggio del cervello. Sembra una cosa terribile da chiedere, ma si potrebbe dire che voi mi amate, se vi abbarbiccate a me e non mi lasciate andare? Se non mi lasciate stare? Si può dire che mi amate se avete bisogno di me, psicologicamente o emotivamente, per la vostra felicità? Questo è in contrasto con gli insegnamenti universali di tutte le scritture, di tutte le religioni, di tutti i mistici. «Come possiamo non essercene accorti per tanti anni?» mi sono chiesto ripetutamente. «Come ho fatto a non accorgermene?». Quando si leggono quelle espressioni radicali nelle Scritture, ci si comincia a credere che tutti gli altri sono pazzi. «Se non odiate vostro padre e vostra madre, i vostri fratelli e le vostre sorelle, se non rinunciate per sempre a tutto ciò che possedete, non potete essere miei discepoli». Dovete abbandonare tutto. Non è una rinuncia fisica, lo capite: sarebbe facile. Quando cadono le vostre illusioni, finalmente siete in contatto con la realtà, e credetemi, non sarete mai soli, mai più. La solitudine non si cura con la compagnia umana. La solitudine si cura attraverso il contatto con la realtà. Oh, sono tante le cose da dire su questo argomento! Il contatto con la realtà, la caduta delle illusioni, il rapporto diretto con ciò che è reale. Qualunque cosa sia, non ha nome. Possiamo conoscerlo solo abbandonando ciò che è irriale. Si può scoprire cos'è lo stare soli quando si smette di abbarbicarsi, quando si smette di essere dipendenti. Ma il primo passo è vedere tutto questo come qualcosa di desiderabile. Se non lo si considera desiderabile, come si potrà mai arrivarci vicino? Pensate alla vostra solitudine. La compagnia umana potrebbe mai eliminarla? Servirebbe solo da distrazione. Dentro c'è un vuoto, non è vero? E quando il vuoto viene alla superficie, cosa si fa? Si fugge, si accende la

televisione, si accende la radio, si legge un libro, si cerca la compagnia umana, il divertimento, la distrazione. Lo fanno tutti. È un gran business, oggi, un'industria organizzata per distrarci e intrattenerci.

- Come giunge la felicità -

Prendete coscienza di voi stessi. Osservatevi. È per questo che prima ho detto che l'autosservazione è una cosa tanto straordinaria e meravigliosa. Dopo un po' non è necessario alcuno sforzo, perché man mano che le illusioni si sbriciolano si iniziano a conoscere delle cose che non possono essere descritte. Si chiama felicità. Tutto cambia, e ci si abbandona alla consapevolezza. Una storia racconta di un discepolo che è andato dal suo maestro e gli ha domandato: «Mi puoi dire una parola di saggezza? Mi puoi suggerire qualcosa che mi guidi per tutta la vita?». Era la giornata del silenzio di quel maestro, e così egli prese un foglio, e scrisse: «Consapevolezza». Quando il discepolo vide la parola, disse: «È troppo sintetico. Non puoi ampliarlo un po'?». Il maestro prese il foglio e scrisse: «Consapevolezza, consapevolezza, consapevolezza». Il discepolo replicò: «Va bene, ma cosa significa?».

Il maestro riprese il foglio e scrisse: «Consapevolezza, consapevolezza, consapevolezza significa... consapevolezza». Ecco cosa vuol dire osservare se stessi. Nessuno può mostrarvi come fare, perché vi darebbe una tecnica, vi programmerebbe. Ma osservatevi. Quando parlate con qualcuno, ne siete consapevoli o vi state semplicemente identificando? Quando vi siete arrabbiati con qualcuno, ne eravate consci o vi stavate semplicemente identificando con la vostra ira? Più tardi, quando ne avete avuto il tempo, avete studiato la vostra

Messaggio per un'Aquila...

esperienza, tentando di capirla? Da dove è venuta? Cos'ha portato? Non conosco alcun'altra strada che porti alla consapevolezza. Solo quello che si comprende può essere cambiato.

Ciò che non si capisce, o di cui si è inconsapevoli, viene represso. Non si cambia. Ma quando lo si capisce, si cambia. Qualche volta mi viene chiesto: «Questa crescita in consapevolezza è una cosa graduale o piuttosto un cambiamento repentino?». Esistono alcune persone fortunate che hanno una sorta di colpo di fulmine. Semplicemente, diventano consapevoli. Altre vi si avvicinano lentamente, gradualmente, piano piano. Iniziano a capire alcune cose. Le illusioni cadono, le fantasie vengono eliminate, strato dopo strato, e queste persone iniziano a venire a contatto con i fatti. Non esiste una regola assoluta. C'è una famosa storiella su un leone che s'imbatte in un gregge e con sua grande sorpresa trova un leone tra le pecore. Si trattava di un leone cresciuto nel gregge da quando era un cucciolo. Belava come una pecora e si muoveva come una pecora. Il leone si diresse dritto verso di lui, e quando il leone-pecora si trovò di fronte il leone vero, si mise a tremare come un fucello. Il leone gli disse: «Cosa fai in mezzo a queste pecore?». Il leone-pecora gli rispose: «Sono una pecora». E l'altro: «Oh, no che non lo sei. Adesso vieni con me». Portò il leone-pecora fino a uno specchio d'acqua e disse:«Guarda!». Quando il leone-pecora vide il proprio riflesso nell'acqua emise un potente ruggito. In quel momento si trasformò, e non fu mai più lo stesso. Se avete fortuna e gli dèi sono propizi, o se siete dotati di grazia divina (usate pure qualsiasi espressione teologica vi piaccia), potrete capire improvvisamente chi è l'"io", e allora non sarete più gli stessi, mai più. Niente potrà più toccarvi e nessuno potrà più farvi del male. Non avrete paura di nulla e di nessuno. Non è

straordinario? Vivrete come re, come regine. Ecco cosa significa vivere come un sovrano. Non c'entra niente con la possibilità di apparire sul giornale o con il possedere un sacco di soldi.

Quelle sono tutte sciocchezze. Non si ha paura di nessuno perché si è più che soddisfatti di non essere nessuno. Non ve ne frega niente del successo o del fallimento. Non hanno alcun significato. L'onore, il disonore, non hanno alcun significato! E anche se vi rendete ridicoli, non ve ne importa niente. Non è forse una condizione stupenda? Alcuni raggiungono quest'obiettivo passo dopo passo, scrupolosamente, attraverso mesi e settimane di autocoscienza. Ma una cosa posso assicurarvi: non conosco neanche una persona che abbia dedicato del tempo alla consapevolezza e che non abbia notate dei cambiamenti nel giro di qualche settimana. Cambia la qualità della vita, e dunque le persone non devono più credermi sulla parola. Lo vedono; sono diverse, reagiscono in modo diverso. Anzi, reagiscono meno e agiscono di più. Capiscono cose che non hanno mai capito prima. Si ha più energia, si è più vivaci. La gente pensa che, senza desideri, si sia come dei pezzi di legno senza vita. In realtà, si perde solo la tensione. Liberatevi della paura di fallire, della preoccupazione di riuscire, e sarete voi stessi. Rilassatevi. Non guidereste, come state facendo ora, con il piede sul freno. Ecco cosa accadrebbe. C'è un bellissimo detto di Tranxu, grande saggio cinese, che mi sono preso la briga di imparare a memoria. Dice: «Quando l'arciere tira senza ambire a un premio particolare, ha tutte le sue capacità; quando tira per vincere una fibbia d'ottone, è già nervoso; quando tira per un trofeo dorato, diventa cieco, vede due bersagli, e perde la testa. Le sue capacità non sono andate perdute, ma il premio lo turba. Per lui è importante! Pensa più a vincere che a tirare, e il bisogno di vincere gli toglie la sua

Messaggio per un'Aquila...

abilità». Non vi sembra l'immagine della maggior parte delle persone?

Quando non si vive in funzione di qualcosa, si conserva tutta la propria capacità, la propria energia, e si è rilassati, perché non importa che si vinca o si perda. Ma un'esistenza (umana), per voi, è possibile. La vita è tutta qui. Non può che derivare dalla consapevolezza. E nella consapevolezza capirete che l'onore non significa nulla. È una convenzione sociale, ecco tutto. Ecco perché i mistici e i profeti non se ne curavano neanche un po'. L'onore e la disgrazia per loro non significavano nulla. Vivevano in un altro mondo, il mondo delle persone che si erano destate. Il successo e il fallimento non significavano nulla per loro. Il loro punto di vista era: «Io sono un asino, tu sei un asino, e dunque qual è il problema?». Qualcuno ha detto una volta: «Le tre cose più difficili per un essere umano non sono attributi fisici o capacità intellettuali. Sono queste: primo, restituire amore in cambio d'odio; secondo, coinvolgere gli esclusi; terzo, ammettere di avere torto». Ma queste sono le cose più facili del mondo se non ci si è identificati con il "me". Si possono dire cose come: «Ho torto! Se mi conoscete meglio, vi accorgete di quanto spesso io sbagli. Cosa vi aspettate da un asino?». Ma se io non mi sono identificato con questi aspetti del "me", non potete farmi del male. All'inizio, entrerà in gioco l'antico condizionamento, e sarete depressi e ansiosi. Sarete addolorati, piangerete, e così via. «Prima dell'illuminazione, ero depresso; dopo l'illuminazione, continuo a essere depresso». Ma c'è una differenza: non mi identifico più con la depressione. Sapete quanto è grande la differenza? Uscite da voi stessi e guardate quella depressione, e non vi identificate con essa. Non fate nulla per mandarla via: siete disposti ad andare avanti con la vostra vita, mentre penetra attraverso di voi e scompare. Se non

sapete cosa significa ciò, avete davvero qualcosa da desiderare? E l'ansia? Eccola che arriva, ma non siete turbati. Che strano! Siete ansiosi ma non turbati. Non è un paradosso?

E siete disposti a lasciar entrare questa nube, perché più la si fugge più le si dà potere. Siete disposti a osservarla mentre passa. Potete essere felici, nella vostra ansia. Non è una follia? Potete essere felici nella vostra depressione. Ma non si può avere una concezione sbagliata di felicità. Pensavate che la felicità fosse emozione, che fosse elettrizzante? È proprio questo a causare la depressione. Non ve l'ha mai detto nessuno? Va bene, siete elettrizzati, ma state soltanto preparando la strada alla prossima depressione. Siete elettrizzati ma individuate l'ansia dietro l'emozione: come posso farla durare? Quella non è felicità, è assuefazione. Mi chiedo quanti siano, in realtà, i non-assuefatti che stanno leggendo questo libro. Se corrispondete al gruppo di lettori medi, siete pochi, senz'altro. Non guardate dall'alto in basso alle persone assuefatte all'alcol o alla droga: forse siete assuefatti anche voi quanto loro. La prima volta che ho potuto scorgere uno sprazzo di questo nuovo mondo, è stato terrificante. Ho capito cosa significava essere soli, senza un posto dove appoggiare la testa, lasciando liberi tutti ed essendo liberi noi stessi, senza essere speciale per nessuno e amando tutti - perché l'amore è questo. L'amore splende sul bene come sul male, fa cadere la pioggia sui santi come sui peccatori. È possibile che la rosa dica: «Concederò la mia fragranza ai buoni che mi annuseranno, ma la tratterò se ad annusarmi saranno dei malvagi?» O è possibile che la lampada dica: «Darò la mia luce ai buoni che si trovano in questa stanza, ma la sottrarrò ai malvagi?». O è possibile che un albero dica: «Farò ombra ai buoni che sosterranno sotto di me, ma la toglierò ai malvagi»? Queste sono immagini di cosa sia realmente l'amore. l'amore è sempre stato lì, e ci guardava in

Messaggio per un'Aquila...

faccia dalle Scritture, ma noi non ci siamo mai presi la briga di vederlo perché eravamo troppo preoccupati di quello che la nostra cultura chiama amore, con le sue canzoni e i suoi poemi - ma quello non è affatto amore, è il suo opposto. Quello è desiderio, controllo, possessività. È manipolazione, paura, ansia - non è amore. Ci è stato detto che la felicità è una pelle liscia, un luogo di villeggiatura. Non è niente di tutto questo, ma noi tutti abbiamo strani modi di far dipendere la nostra felicità da altre cose, sia dentro che fuori di noi. Diciamo, per esempio: «Mi rifiuto di essere felice finché non mi sarà passata la nevrosi». Ebbene, ho una buona notizia per voi: «Potete essere felici adesso, (con) la vostra nevrosi». Volete una notizia ancora migliore? C'è un'unica ragione per cui non provate quella che in India chiamiamo (anand) - beatitudine. C'è un'unica ragione per cui non state provando la beatitudine in questo preciso istante, ed è il fatto che pensate o vi fissate soltanto su ciò che non avete. Se così non fosse, provereste la beatitudine. Vi fissate su quel che non avete. Eppure in questo preciso istante, avete tutto quel che vi serve per provare la beatitudine. Gesù insegnava il buon senso a persone comuni, a persone affamate, a persone povere. Stava dando loro una buona notizia: il buon senso è lì a vostra disposizione, potete prenderlo. Ma chi ascolta? Nessuno è interessato, preferiscono tutti rimanere addormentati.

- La paura, radice della violenza -

Alcuni affermano che esistono solo due cose al mondo: Dio e la paura; l'amore e la paura sono le sole cose. C'è un solo male al mondo: la paura. C'è un solo bene al mondo: l'amore. Talvolta viene definito con altri nomi. Talvolta si chiama

felicità, o libertà, o pace o gioia o Dio o chissà cosa. Ma l'etichetta non ha grande importanza. E non esiste male al mondo che non possa essere fatto risalire alla paura. Nemmeno uno. Ignoranza e paura, ignoranza causata dalla paura: è da qui che deriva ogni male, è da qui che deriva la vostra violenza. La persona veramente non violenta, incapace di violenza, è una persona senza paura. È solo quando si ha paura che ci si arrabbia. Pensate all'ultima volta che vi siete arrabbiati. Avanti, riflettete. Pensate all'ultima volta che vi siete arrabbiati e andate in cerca della paura che era sottintesa. Che cosa temevate di perdere? Che cosa pensavate che potesse esservi sottratto? È da lì che viene la rabbia. Pensate a una persona arrabbiata, magari una di cui avete paura. Riuscite a vedere quanto è spaventata? Lo è davvero. È davvero spaventata, altrimenti non sarebbe arrabbiata. In ultima analisi, esistono solo due cose: l'amore e la paura. In questa sede preferisco mantenere una discussione come questa, non strutturata, capace di spostarsi da un argomento all'altro e di tornare di volta in volta ai diversi temi, perché in questo modo è possibile riuscire ad afferrare veramente quello che dico. Se un'affermazione non vi colpisce la prima volta, potrebbe farlo la seconda, e quel che non colpisce una persona può colpirne un'altra. Parlo di temi diversi, ma trattano tutti della stessa cosa. Chiamatela consapevolezza, libertà, risveglio o come volete. È davvero la stessa cosa.

- Consapevolezza e contatto con la realtà -

Osservare tutto all'interno e all'esterno di voi stessi e, quando vi accade qualcosa, vederlo come se stesse accadendo a qualcun altro, senza commenti, giudizi, atteggiamenti,

Messaggio per un'Aquila...

interferenze, senza tentativi di cambiare, solo per capire. Quando lo farete, inizierete a capire che vi state gradualmente disidentificando dal "me". Santa Teresa d'Avila dice che verso la fine della sua vita Dio le concesse una grazia straordinaria. Naturalmente lei non usa quest'espressione moderna, ma in effetti parla proprio della disidentificazione dal sé. Se qualcuno soffre di cancro, e io non lo conosco, non sono poi molto coinvolto. Se fossi dotato di amore e sensibilità, forse gli darei una mano, ma dal punto di vista emotivo non sono coinvolto. Se (voi) dovete sostenere un esame, io non mi sento affatto coinvolto. Posso prenderla con grande filosofia e dire: «Be', più vi preoccupate, peggio andrà. Perché non fate una pausa, invece di studiare?». Ma quando tocca a me sostenere un esame, be', le cose stanno diversamente, no? La ragione è che mi sono identificato con il "me" - con la mia famiglia, il mio paese, i miei beni, il mio corpo, me. Come sarebbe il mondo se Dio mi concedesse la grazia di chiamare mie queste cose? Sarei distaccato, sarei disidentificato. Ecco cosa significa perdere il sé, negare il sé, morire al sé.

- La buona religione, antitesi dell'inconsapevolezza -

Una volta, durante una conferenza, una persona mi si è avvicinata e ha chiesto: «Cosa dice di "Nostra Signora di Fatima"? Cosa ne pensa?». Quando mi vengono poste domande di questo genere, mi ricordo della storia che narra di quando la statua di Nostra Signora di Fatima era stata trasportata in aereo per essere onorata in occasione di un pellegrinaggio; mentre vi volava sulla zona meridionale della Francia l'aereo aveva cominciato a vibrare fortissimo, tanto che pareva dovesse spezzarsi. Allora la statua miracolosa gridò: «Nostra Signora di

Lourdes, prega per noi!», e tutto andò per il meglio. Non è magnifico, questo fatto di una "Nostra Signora" che accorre in aiuto di un'altra "Nostra Signora"? C'è stato anche un gruppo di un migliaio di persone che si era recato in pellegrinaggio a Città del Messico per venerare il reliquiario di Nostra Signora di Guadalupe, e si era seduto per protesta davanti alla statua perché il Vescovo della diocesi aveva designato "Nostra Signora di Lourdes" patrona della diocesi! Erano certi che Nostra Signora di Guadalupe se la fosse presa a male, e così avevano attuato la protesta per (riparare) all'offesa. Questi sono i guai causati dalla religione, se non si sta attenti. Quando parlo agli induisti, dico loro: «I vostri sacerdoti non saranno contenti di sentir dire questo» (notate quanto sono prudente), «ma Dio sarà molto più contento, secondo Gesù Cristo, se cambierete, invece di adorarlo. Sarebbe molto più compiaciuto del vostro amore che della vostra adorazione». E quando parlo ai musulmani, dico: «Il vostro Ayatollah e i vostri mullah non saranno contenti di sentirmi dire questo, ma Dio sarà molto più contento di vedervi trasformati in persone capaci d'amore che di sentirvi dire "Signore, Signore"». È infinitamente più importante che voi vi destiate. Questa è spiritualità, è tutto. Se avete questo, avete Dio. Allora potete adorare "in spirito e verità". Solo quando diventate amore, quando vi trasformate in amore. Il pericolo di quello che può fare la religione è evidenziato in modo molto efficace in una storia narrata dal Cardinal Martini. Arcivescovo di Milano. La storia racconta del matrimonio di una coppia italiana. Gli sposi si erano messi d'accordo con il parroco per tenere un piccolo ricevimento nel cortile della parrocchia, fuori dalla chiesa. Ma si mise a piovere, e non potendo tenere il ricevimento fuori, i due chiesero al prete se era possibile festeggiare in chiesa. Ora, il parroco non era affatto contento che si festeggiasse all'interno

Messaggio per un'Aquila...

della chiesa, ma i due dissero: «Mangeremo un po' di torta, canteremo una canzoncina, berremo un po' di vino, e poi andremo a casa». Il parroco si convinse. Ma essendo gli invitati dei bravi italiani amanti della vita, bevvero un po' di vino, cantarono una canzoncina, poi bevvero un altro po' di vino, cantarono qualche altra canzone, e poi ancora vino e ancora canzoni, e così dopo una mezz'ora in chiesa si stava festeggiando alla grande. Tutti si divertivano da morire, godendosi la festa.

Ma il parroco, tesissimo, passeggiava avanti e indietro nella sagrestia, turbato dal rumore che gli invitati stavano facendo. Entrò il suo assistente, che gli disse: «Vedo che è molto teso». «Certo che sono teso! Senti che rumore stanno facendo, proprio nella Casa del Signore! Per tutti i Santi!». «Ma Padre, non avevano davvero alcun posto dove andare!». «Lo so bene! Ma è assolutamente necessario fare tutto questo baccano?». «Be', in fondo, Padre, non dobbiamo dimenticare che Gesù stesso ha partecipato una volta a un banchetto di nozze». Il parroco risponde: «So benissimo che Gesù Cristo ha partecipato a un banchetto di nozze, non devi mica venire a dirmelo (tu)! Ma lì non avevano il Santo Sacramento!». Sapete, ci sono occasioni, come questa, in cui il Santo Sacramento diventa più importante di Gesù Cristo. Quando l'adorazione diventa più importante dell'amore, allora la Chiesa diventa più importante della vita. Quando Dio diventa più importante del vicino, e così via. Questo è il vero pericolo. Per me, Gesù ci voleva richiamare proprio a questo: prima le cose più importanti! L'essere umano è molto più importante del Sabbath. Fare quello che vi dico, infatti, diventare ciò che vi sto indicando, è molto più importante del Signore. Ma vi assicuro che i vostri mullah non saranno contenti di sentirmelo dire. I vostri preti lo stesso, almeno in generale. Dunque è di questo che abbiamo parlato

fino ad ora. Spiritualità, risveglio. E come vi ho detto, è estremamente importante, se volete svegliarvi, impegnarvi in quella che ho definito "autoservazione". Siate consci di quel che dite, di quel che fate, di quel che pensate, di come agite. Siate consci della vostra provenienza, delle vostre motivazioni. La vita inconsapevole non è degna di essere vissuta. La vita inconsapevole è una vita meccanica. Non è umana, è programmata, condizionata. Potremmo essere una pietra, un pezzo di legno.

Nel paese da cui vengo, centinaia di migliaia di persone vivono in minuscole stamberghe, in estrema povertà, e riescono appena a sopravvivere lavorando dalla mattina alla sera, duro lavoro manuale, poi dormono e si svegliano al mattino, mangiano qualcosa, e ricominciano da capo. E voi vi appoggiate allo schienale della sedia e pensate: «Che vita». «Tutto qui quello che la vita ha in serbo per loro?». E poi, improvvisamente, venite fulminati dalla consapevolezza che il 99,999 per cento delle persone qui presenti non sta molto meglio. Certo, potete andare al cinema, girare in automobile, fare una crociera. Credete di essere messi molto meglio di quelli là? Siete morti tanto quanto loro. Siete macchine tanto quanto loro - macchine leggermente più grandi, ma sempre macchine. È triste. È triste pensare che le persone vivano la propria vita in questo modo. La gente vive la propria vita con delle idee fisse, non cambia mai. Semplicemente, non si rende conto di cosa accade. Tanto varrebbe che le persone fossero dei pezzi di legno, o di pietra, delle macchine che parlano, camminano, pensano. Tutto questo non è umano. Sono dei pupazzi, sbattuti da tutte le parti. Premi un pulsante e avrai una reazione. Si può quasi predire in che modo questa persona reagirà. Se studio una persona, posso dire esattamente come reagirà. Quando faccio terapia di gruppo, qualche volta scrivo

Messaggio per un'Aquila...

su un pezzo di carta che Tizio inizierà la discussione ed Caio risponderà. Credete che sia un male? Ebbene, non ascoltate le persone che vi dicono: «Dimentica te stesso! Dedicati agli altri, nell'amore». Non ascoltatele! Hanno torto! La cosa peggiore che possiate fare è dimenticare voi stessi quando vi dedicate agli altri con il cosiddetto atteggiamento altruista. Questo mi è stato insegnato in modo indelebile molti anni fa, quando studiavo psicologia a Chicago. Seguivo un corso di assistenza ai fedeli, dedicato ai preti. Era aperto solo ai preti effettivamente impegnati nell'assistenza ai fedeli, che accettassero di portare in classe una cassetta con la registrazione di un incontro. Dovevamo essere una ventina di allievi.

Quando toccò a me, portai una cassetta con la registrazione di un colloquio avuto con una giovane donna. L'insegnante inserì il nastro e tutti iniziammo ad ascoltarlo. Dopo cinque minuti, come faceva sempre, l'insegnante fermò il registratore e chiese: «Qualcuno vuole fare un commento?». Un allievo chiese: «Perché le hai fatto quella domanda?». Io risposi: «Non mi sembra di averle fatto una domanda. Anzi, sono sicuro di non averle fatto alcuna domanda». Lui insistette: «Invece sì». Io ero ben certo di ciò che dicevo, perché a quell'epoca stavo seguendo scrupolosamente il metodo di Carl Rogers, orientato alla persona e tendente a non dare direttive. Non si fanno domande e non si interrompe, né si danno consigli. Per questo ero ben consapevole, né si danno consigli. Per questo ero ben consapevole di non dover porre domande. Tuttavia iniziammo a discutere di questo, e così l'insegnante propose di riascoltare il nastro. Lo riascoltammo e, con mio grande orrore, mi accorsi che c'era una domanda enorme, alta come l'Empire State Building, una domanda immensa. La cosa interessante, per me, è che avevo ascoltato quella domanda tre volte: la prima volta,

presumibilmente, quando l'avevo fatta, la seconda quando avevo ascoltato la cassetta in camera mia (perché volevo portare in classe una buona registrazione) e la terza in classe. Ma non l'avevo registrata con la mente! Non ero conscio. È una cosa che accade spesso nelle mie sedute terapeutiche o di direzione spirituale. Registriamo il colloquio, e quando il cliente lo ascolta, ammette: «In effetti, durante il colloquio non ho ascoltato quello che ha detto. L'ho sentito solo ascoltando la cassetta». Ancora più interessante è il fatto che (io) non abbia sentito quel che (io) dicevo nel corso del colloquio. È abbastanza shockante scoprire che, nel corso di una seduta terapeutica, dico cose di cui non sono consapevole. Solo più tardi riesco a capire la piena portata di quel che ho detto. E questo lo definite (umano)? «Dimentica te stesso e dedicati agli altri» udite voi. Comunque, dopo aver ascoltato l'intera cassetta, là a Chicago, l'insegnante disse: «Qualcuno ha da fare qualche commento?». Uno dei preti, un cinquantenne che mi piaceva, mi disse: «Tony, vorrei farti una domanda personale. Posso?». Risposi: «Certo, falla pure. Se non vorrò risponderti, non lo farò». Mi chiese: «La donna del colloquio è graziosa?».

A dir la verità, tutta la verità, io mi trovavo in una fase del mio sviluppo (o sottosviluppo) in cui non notavo se la persona con cui parlavo fosse o meno di bell'aspetto. Non mi importava. Quella donna era una pecora del gregge di Cristo, io ero un pastore. Io dispensavo aiuto. Non era il massimo? Eravamo stati educati in questo modo. E così gli chiesi: «Cosa c'entra?». E lui: «Perché quella donna non ti piace, vero?». E io: «Cosa?!». Non mi aveva mai colpito l'idea che gli individui mi piacessero o meno. Come la maggior parte della gente, provavo occasionalmente una certa avversione che la mia coscienza registrava, ma per lo più il mio era un atteggiamento neutro. Gli chiesi: «Cosa te lo fa pensare?». Rispose: «La

Messaggio per un'Aquila...

cassetta». Riascoltammo la cassetta, ed egli mi disse: «Ascolta la tua voce: senti come si è fatta suadente. Sei irritato, no?». Lo ero, ma me ne rendevo conto solo allora. E cosa le stavo dicendo, in modo sottinteso? Le stavo dicendo: «Non tornare più». Ma non me n'ero reso conto. Il mio amico prete mi disse: «É una donna, e dunque l'avrà captato. Quando la dovresti rivedere?». Risposi: «Mercoledì prossimo». E lui: «Secondo me non verrà». E lei non venne. Attesi una settimana, senza risultato. Attesi una settimana ancora, e non si fece vivo. Allora le telefonai. Infransi così una delle mie regole: non essere il salvatore. La chiamai e le dissi: «Si ricorda di quella cassetta che mi ha consentito di registrare per la lezione? Mi è stata di grande aiuto, perché quella lezione mi ha fatto capire un sacco di cose (non le spiegai cosa!) che mi permetterebbero di rendere più efficace la seduta. E così, se ha voglia di venire, sarebbe più efficace». Lei rispose: «Va bene, verrò». Venne.

L'avversione era ancora lì. Non era scomparsa, ma non mi disturbava. Potete controllare le cose di cui siete consapevoli; quelle di cui non siete coscienti controllano voi. Si è sempre schiavi di ciò di cui non si è consapevoli. Quando se ne prende coscienza, ci si libera da esse. Sono ancora lì, ma non vi coinvolgono, non vi controllano, non vi schiavizzano. Ecco la differenza. Consapevolezza, consapevolezza, consapevolezza, consapevolezza. Ciò che ci hanno insegnato in quel corso è come diventare osservatori partecipi. Per metterla giù in modo più o meno figurato, io vi parlo e contemporaneamente sarei là fuori a guardare voi e me stesso. Quando vi ascolto, è infinitamente più importante, per me, ascoltare me che voi. Naturalmente, è importante ascoltare voi, ma è più importante che ascolti me stesso, altrimenti non sarò in grado di sentirvi, oppure fraintenderò ogni cosa che voi dite. Vi affronterò partendo dal mio condizionamento. Reagirò a voi in tutti i

modi, partendo dalle mie insicurezze, dal mio bisogno di manipolarvi, dal mio desiderio di successo, dalle irritazioni e dai sentimenti di cui non sono consapevole. Dunque è assolutamente indispensabile che mi ascolti mentre vi ascolto. Ecco cosa ci insegnavano in quel corso: ci insegnavano a conseguire la consapevolezza. Non c'è bisogno di immaginarsi sempre sospesi in aria. Tanto per avere una vaga idea di ciò che sto dicendo, immaginate un buon autista che guidi un'automobile e si concentri su ciò che state dicendo. In effetti, magari sta anche litigando con voi, ma è perfettamente conscio dei segnali stradali.

Nel preciso istante in cui accade qualcosa di inusuale, come un rumore, un suono strano, un tonfo, lo sente subito. Vi dirà: «Sei sicuro di aver chiuso il portellone dietro?». Come ha fatto? Era consapevole, era all'erta. La sua attenzione era concentrata sulla conversazione, o sul litigio, ma la sua consapevolezza era più diffusa. Era ricettivo a ogni tipo di cosa. Quella che sto invocando qui non è la concentrazione, che non è importante. Molte tecniche di meditazione si basano sulla concentrazione, ma io sono diffidente su questo punto. Spesso comportano violenza e ulteriore programmazione e condizionamento. Quella che invoco è la consapevolezza, che non corrisponde affatto alla concentrazione. La concentrazione è un faro, un riflettore. Si è aperti a tutto ciò che rientra all'interno del campo d'azione della propria coscienza. Si può essere distratti da questo, ma quando si applica la consapevolezza, non si è mai distratti. Quando la consapevolezza è accesa, non c'è mai distrazione, perché si è sempre consapevoli di tutto. Mettiamo che io stia guardando quegli alberi, e sia preoccupato. Sono distratto? Sono distratto solo se il mio obiettivo è concentrarmi sugli alberi. Ma se sono consapevole anche di essere preoccupato, vuol dire che non c'è

Messaggio per un'Aquila...

distrazione. Bisogna solo essere consapevoli di dove si concentra l'attenzione. Quando qualcosa va storto o accade un evento spiacevole, subito si è allertati. Qualcosa sta andando male! Nell'attimo in cui emergono alla coscienza delle sensazioni negative, subito si è allertati. Proprio come nel caso dell'autista dell'automobile. Vi ho detto che Santa Teresa d'Avila diceva che Dio le aveva concesso la grazia di disidentificare se stesso da se stessa. Qualche volta i bambini parlano in questo modo. Un bimbo di due anni può dire: «Tommy ha fatto colazione stamattina». Non dice "io", pur essendo lui Tommy. Dice "Tommy", in terza persona. I mistici hanno lo stesso modo di sentire. Si sono disidentificati da se stessi e vivono in pace. È questa la grazia di cui parlava Santa Teresa. È questo l'"io" che i maestri mistici d'Oriente spingono a cercare. E anche quelli dell'Occidente! Tra questi si può annoverare anche Meister Eckhart. Spingono la gente a cercare l'"io".

(Etichette)

L'importante non è sapere chi o cosa sia l'"io". Non ci riuscirete mai. Non esistono parole che possano esprimerlo. L'importante è dimenticare le etichette. Come dicono i maestri giapponesi dello Zen: «Non cercate la verità; abbandonate i vostri giudizi». Abbandonate le vostre teorie; non cercate la verità. La verità non è una cosa da cercare. Se smettete di essere dogmatici, ve ne accorgete. Qui accade qualcosa di simile. Se dimenticherete le vostre etichette, lo scoprirete. Cosa intendo per etichette? Ogni etichetta che vi venga in mente, eccetto forse quella di essere umano. È vero: questa definizione non dice molto. Ma quando dite: «Sono una persona di

successo», è una follia. Il successo non è parte dell'"io". Il successo è qualcosa che va e viene; oggi c'è, domani potrebbe essere finito. Non è l'"io". Quando si dice: «Sono uno di successo», si è in errore: significa che si è precipitati nelle tenebre. Ci si è identificati col successo. E lo stesso vale per chi ha detto: «Sono un fallimento, sono un avvocato, sono un uomo d'affari». Sapete cosa vi accadrà, se vi identificherete con queste cose? Vi abbarbicherete ad esse, avrete paura che svaniscano, ed è da qui che deriva la vostra sofferenza. Intendevo proprio questo, quando vi ho detto, poco fa, «Se state soffrendo, siete addormentati». Volete un segno evidente del fatto che siete addormentati? Eccolo: state soffrendo. La sofferenza è il sintomo dell'allontanamento dalla realtà. La sofferenza vi viene data perché possiate aprire gli occhi alla realtà, perché possiate capire che da qualche parte regna la falsità, proprio come un dolore fisico si fa sentire perché si capisca che da qualche parte c'è una malattia o un morbo. La sofferenza indica che da qualche parte c'è del falso. La sofferenza sorge quando ci si scontra con la realtà, quando la vostra falsità si scontra con la verità: allora scatta la sofferenza. Altrimenti, non c'è sofferenza.

(Ostacoli alla felicità)

Ciò che sto per dirvi vi sembrerà un tantino pomposo, ma è la verità. Quelli che seguiranno potrebbero essere i minuti più importanti della vostra vita. Se riusciste ad afferrare quel che verrà ora, potreste carpire il segreto del risveglio. Sareste felici per sempre. Non sareste mai più infelici. Niente avrebbe più il potere di farvi del male. Lo dico davvero: niente. È come quando si getta in aria della vernice nera: l'aria resta

Messaggio per un'Aquila...

incontaminata. Non è possibile verniciare l'aria di nero. Qualsiasi cosa accada, si rimane incontaminati, si rimane in pace. Ci sono esseri umani che hanno raggiunto quest'obiettivo, ciò che io definisco essere umani. Niente a che vedere con l'assurdità di essere un pupazzo, stratonato in tutte le direzioni, che lascia che siano gli eventi, o altre persone, a dirgli cosa deve provare. E così uno prova quel che gli dicono gli altri, e lo definisce essere vulnerabili. Ah! Io lo definisco essere un pupazzo. Volete essere dei pupazzi? Si preme un pulsante, e voi andate giù; vi piace? Ma se voi vi rifiutate di identificarvi con qualsiasi etichetta, la maggior parte delle preoccupazioni si volatilizzeranno. Più avanti parleremo della paura delle malattie e della morte, ma in genere si è preoccupati della propria carriera. Un insignificante uomo d'affari, di cinquantacinque anni, sta sorseggiando una birra in un bar, e dice: «Guarda i miei compagni di classe: loro sì che sono arrivati!» Che idiota! Cosa intende dire con quel "sono arrivati?" Vedono il proprio nome sul giornale. E questo vi sembra che significhi che sono arrivati? Uno è presidente di una società; l'altro è stato nominato giudice capo; qualcun altro è diventato questo o quello. Scimmie, scimmie tutti quanti. Chi decide cosa significa avere successo? Questa stupida società! La principale preoccupazione della società è mantenere la società stessa in uno stato di infermità! E prima lo si capisce, meglio è. Malati, tutti quanti. Sono lunatici, pazzi. Uno diventa presidente del ricovero dei pazzi e ne è orgoglioso, anche se non significa niente. Essere presidente di una società non ha niente a che vedere con l'avere successo nella vita. Si ha successo nella vita quando ci si sveglia! Allora non devi chiedere scusa a nessuno, non devi spiegare nulla a nessuno, non te ne frega un bel niente di cosa pensi o dica la gente di te. Non hai preoccupazioni: sei felice. Ecco cos'è, per me, avere

successo. Avere un bel lavoro, o essere famoso, o avere una splendida reputazione non ha assolutamente nulla a che fare con la felicità o il successo. Nulla! È totalmente irrilevante. Quell'uomo di successo ha in realtà come unica preoccupazione cosa pensano di lui i suoi figli, cosa pensano di lui i suoi vicini, cosa pensa di lui sua moglie. Avrebbe dovuto diventare famoso. La nostra società e la nostra cultura ce lo trapanano in testa, giorno e notte. Persone arrivate! Arrivate dove? Arrivate a rendersi ridicole. Perché hanno impiegato tutte le loro energie per ottenere qualcosa che non ha alcun valore. Sono spaventate e confuse, sono pupazzi come tutti gli altri. Guardateli, mentre passeggiano sul palcoscenico. Guardate come si turbano nel notare una macchiolina sulla camicia. E questo lo chiamate successo? Sono controllati, manipolati. Sono persone infelici, miserabili. Non si godono la vita. Sono costantemente tesi e ansiosi.

E lo chiamate umano? Sapete perché accade tutto questo? Per un'unica ragione: si sono identificati con un'etichetta. Hanno identificato l'"io" con il denaro, il lavoro, la professione. È stato questo il loro errore. Avete mai sentito parlare di quell'avvocato che aveva ricevuto la fattura dell'idraulico? L'avvocato disse all'idraulico: «Ehi, ma tu mi costi duecento dollari all'ora. Non li prendo nemmeno io che sono avvocato!». E l'idraulico: «Nemmeno io li prendevo, quando facevo l'avvocato!». Potreste fare l'idraulico, l'avvocato, l'uomo d'affari o il prete, ma questo non tocca l'"io" essenziale, non tocca voi. Se domani cambio professione, è come se cambiassi abito. Rimango intatto. Voi (siete) i vostri abiti? (Siete) il vostro nome? (Siete) la vostra professione? Smettetela di identificarvi con queste cose, che vanno e vengono. Quando lo capirete davvero, nessuna critica vi potrà toccare, e nemmeno la lode o l'adulazione. Quando qualcuno dice: «Sei un tipo in

Messaggio per un'Aquila...

gamba». di cosa sta parlando? Sta parlando di "me", non dell'"io". L'"io" non è né forte né debole, non è né di successo né fallito. Non è nessuna di queste etichette. Queste sono cose che vanno e vengono, e dipendono dai criteri stabiliti dalla società, dal condizionamento a cui si è stati sottoposti. Queste cose dipendono dall'umore della persona che vi parla in quel dato momento. Non hanno niente a che vedere con l'"io". L'"io" non è alcuna di queste etichette. Il "me" è, in genere, egoista, sciocco, infantile - un vero asino. E così, quando dite: «Sei un asino», lo sapete da anni! Il sé è condizionato - cosa vi aspettavate? Io lo so da anni. E perché vi identificate con il sé? Stupidi! Non si tratta dell'"io": quello è il "me". Volete essere felici? La felicità ininterrotta non ha cause. La vera felicità non ha cause. Voi non potete rendermi felice, non siete la mia felicità. Se chiedete alla persona che si è svegliata: «Perché sei felice?», lei risponde: «Perché no?». La felicità è la nostra condizione naturale. La felicità è la condizione naturale dei bambini piccoli, a cui il regno appartiene finché non vengono inquinati e contaminati dalla stupidità della società e della cultura. Per acquisire la felicità non bisogna fare nulla, perché la felicità non può essere acquisita. Qualcuno sa perché? Perché l'abbiamo già. Come si fa ad acquisire qualcosa che già si possiede? E allora, perché non la provate? Perché dovete abbandonare qualcosa. Dovete abbandonare le illusioni. Non dovete aggiungere niente, per poter essere felici: dovete invece abbandonare qualcosa. La vita è facile, è meravigliosa. È dura solo con le vostre illusioni, le vostre ambizioni, la vostra avidità, le vostre richieste. Sapete da dove arrivano queste cose? Dall'essersi identificati con tutti i tipi di etichette!

(Quattro passi verso la saggezza)

La prima cosa da fare è entrare in contatto con i sentimenti negativi di cui non si è consci. Un sacco di gente ha dei sentimenti negativi senza rendersi conti di averli. Un sacco di gente è depressa senza rendersi conto di esserlo. È solo entrando in contatto con la gioia che si rende conto di quanto sia stata depressa. Non si può affrontare un cancro che non si è individuato. Non ci si può liberare degli insetti nocivi che infestano la propria azienda agricola, se non ci si è resi conto della loro presenza. La prima cosa da raggiungere è la consapevolezza dei propri sentimenti negativi. Quali sentimenti negativi? La malinconia, per esempio. Ci si sente malinconici e di cattivo umore. Si prova odio nei confronti di se stessi, o dei sensi di colpa. La vita sembra non avere scopo, né senso. Ci si sente feriti, nervosi e tesi. Prima di tutto, entrate in contatto con questi sentimenti. Il secondo passo (si tratta di un programma diviso in quattro fasi) è capire che il sentimento è dentro di voi, non nella realtà. È una cosa talmente evidente, ma le persone lo sanno? Non lo sanno, credetemi. Hanno il master e sono rettori di università, ma non hanno capito questo. A scuola non mi è stato insegnato a vivere. Mi è stato insegnato tutto il resto. Come ha detto qualcuno: «Ho avuto un'ottima istruzione. Mi ci sono voluti degli anni per farmela passare». La spiritualità è tutta qui, sapete? Disimparare. Disimparare tutte le scemenze che vi sono state insegnate. I sentimenti negativi sono dentro di voi, non nella realtà. Dunque, smettete di tentare di cambiare la realtà. È una follia! Smettete di tentare di cambiare l'altro. Sciupiamo le nostre energie e il nostro tempo cercando di cambiare le circostanze esterne, cercando di cambiare il nostro coniuge, il nostro capo, i nostri amici, i nostri nemici e tutti gli altri. Non dobbiamo cambiare nulla. I sentimenti negativi sono

Messaggio per un'Aquila...

dentro di (voi). Nessuna persona al mondo ha il potere di rendervi infelici. Nessun evento al mondo ha il potere di turbarvi o farvi del male. Nessun evento, nessuna condizione, nessuna situazione, nessuna persona. Nessuno vi ha mai detto questo: vi è sempre stato detto il contrario. Ecco perché vi trovate nei pasticci, adesso. Ecco perché siete addormentati. Nessuno ve l'ha mai detto, ma è evidente. Supponiamo che la pioggia rovini un pic.nic. Chi è a reagire in modo negativo? La pioggia, o (voi)? E cosa provoca questo sentimento negativo? La pioggia o la vostra reazione? Quando sbattete il ginocchio contro il tavolo, il tavolo sta benissimo. Si occupa di fare quel che dovrebbe - e cioè il tavolo. Il dolore è nel vostro ginocchio, non nel tavolo. I mistici continuano a tentare di farci capire che la realtà va bene così com'è. La realtà non è problematica. I problemi esistono soltanto nella mente umana. Anzi, potremmo aggiungere: nella mente umana stupida, addormentata. La realtà non è problematica. Togliete gli esseri umani da questo pianeta, e la vita continuerebbe, la natura continuerebbe a svilupparsi in tutta la sua bellezza e la sua violenza. Dove starebbe il problema? Nessun problema. Voi avete creato il problema. Voi siete il problema. Vi siete identificati con il "me", ed è questo il problema. Il sentimento è dentro di voi, non nella realtà. Terza fase: mai identificarsi con quel sentimento. Non ha niente a che vedere con l'"io". Non definite la vostra essenza in termini di quel sentimento. Non dite: «Sono depresso». Se volete dire: «C'è depressione» va bene. Se volete dire che c'è malinconia, va bene. Ma non dite: «Sono malinconico», perché in questo modo vi definite alla luce di quel sentimento. È questa illusione, è questo il vostro errore. In questo momento c'è una depressione, ci sono dei sentimenti feriti, ma così sia, lasciateli stare. Passeranno. Tutto passa, tutto. Le vostre depressioni e le vostre emozioni non hanno

niente a che vedere con la felicità. Quelle sono solo oscillazioni del pendolo. Se cercate eccitazione ed emozioni, preparatevi alla depressione. Volete la vostra droga? Preparatevi ai contraccolpi. Il pendolo oscilla da un estremo all'altro. Questo non ha niente a che vedere con l'"io", né con la felicità. È il "me". Se ve lo ricorderete, se lo ripeterete a voi stessi un migliaio di volte, se proverete questi tre passi un migliaio di volte, ci arriverete. Magari vi basteranno tre volte, o anche meno. Non lo so: non ci sono regole. Ma fatelo mille volte, e farete la più grande scoperta della vostra vita. Al diavolo quelle miniere d'oro in Alaska. Cosa ve ne fareste di quell'oro? Se non si è felici, non si può vivere. Mettiamo che abbiate trovato l'oro. Che importanza ha? Siete un re, una principessa. Siete liberi: non vi importa più di essere accettati o respinti, non fa alcuna differenza. Gli psicologi ci spiegano l'importanza del senso di appartenenza. Fandonie! Perché volete appartenere a qualcuno? Non ha più importanza. Un mio amico mi ha detto che c'è una tribù africana in cui la pena capitale consiste nell'ostracismo. Se voi foste buttati fuori da New York, o da dovunque abitate, non per questo morireste. E come mai l'uomo di quella tribù africana muore? Perché anche lui è vittima della comune stupidità umana. Pensa che non potrà sopravvivere, senza appartenere a qualcosa. Ma non è necessario appartenere a qualcuno, a qualcosa, o a un gruppo. Non è nemmeno necessario innamorarsi. Chi ve l'ha detto? È necessario essere liberi. È necessario amare. È tutto qui: questa è la vostra vera natura. Ma la verità è che mi state dicendo che volete essere desiderati. Volete essere applauditi, volete essere attraenti, con tutte le scimmiette che vi corrono dietro. State buttando via la vostra vita. (Svegliatevi!) Non ce n'è bisogno. Potete essere felici e beati senza tutto questo. La vostra società non sarà lieta di sentire quello che ho detto, perché quando si

Messaggio per un'Aquila...

aprono gli occhi e si capisce questo concetto si diventa spaventosi. Come si può controllare una persona così? Non ha bisogno di nessuno, non si sente minacciata dalle critiche, non si cura di quel che pensa o dice la gente di lei. Ha tagliato tutti questi fili: non è più un pupazzo. È spaventoso. «Dobbiamo liberarcene. Dice la verità; non ha più paura; non è più umano». (Umano!) Guardate! Finalmente un essere umano! Si è liberato della propria schiavitù, della propria prigione.

Nessun evento giustifica un sentimento negativo. Non c'è situazione al mondo che giustifichi un sentimento negativo. Ecco cosa hanno tentato di dirci, di urlarci i nostri mistici, fino ad avere la voce roca. Ma nessuno ascolta. Il sentimento negativo è dentro di voi. Nel Bhagavad-Gita, il libro sacro degli induisti, Krishna dice ad Arjuna: «Buttati a capofitto nella battaglia, e tieni il tuo cuore ai piedi di loto del Signore». È una frase meravigliosa. Non dovete fare nulla per acquisire la felicità. Il grande Meister Eckhart ha detto con parole superbe: «Dio non si raggiunge attraverso un processo di addizione di qualcosa nell'anima, ma attraverso un processo di sottrazione». Non si deve far nulla per essere liberi. Bisogna abbandonare qualcosa. Allora si è liberi. Mi viene in mente a questo proposito un detenuto irlandese che, scavato un tunnel sotto il muro della prigione, riesce a fuggire. Sbuca nel bel mezzo del cortile di una scuola materna, dove stanno giocando dei bambini. Naturalmente, quando emerge dal tunnel non riesce più a trattenersi e inizia a saltare e ballare, gridando: «Sono libero! Finalmente, dopo tre anni, sono libero!». Una bambina, a pochi passi da lui, gli lancia un'occhiata invidiosa e ribatte: «Beato te! A me ne restano altri due da passare qui dentro!». La quarta fase: come si possono cambiare le cose? Come potete cambiare voi stessi? Ci sono molte cose da capire qui, o meglio, una sola cosa che si può esprimere in molti modi.

Immaginate un paziente che va dal dottore per dirgli di cosa soffre. Il dottore dice: «Bene, ho capito i suoi sintomi. Lo sa cosa farò? Prescriverò un farmaco al suo vicino!». Il paziente risponde: «Grazie mille, dottore: mi sento già molto meglio». Non è assurdo? Eppure è proprio quel che facciamo tutti noi. La persona addormentata pensa sempre che si sentirà meglio se sarà qualcun altro, a cambiare. Si soffre perché si è addormentati, però si pensa: «Come sarebbe meravigliosa la vita se qualcun altro cambiasse; come sarebbe meravigliosa la vita se il mio vicino cambiasse, mia moglie cambiasse, il mio corpo cambiasse». Vorremmo sempre che fosse qualcun altro a cambiare, in modo da sentirci meglio. Ma vi siete mai accorti che anche se vostra moglie cambia, o vostro marito cambia, su di voi non ha alcun effetto? Siete vulnerabili tanto quanto prima; idioti tanto quanto prima; addormentati tanto quanto prima. Siete voi ad avere bisogno di cambiare, ad aver bisogno della medicina. Continuate a insistere: «Mi sento bene perché il mondo va bene». (Sbagliato)!" Il mondo va bene perché io mi sento bene. É quel che dicono tutti i mistici.

- Il mondo non ha niente che non va -

Quando ci si sveglia, quando si comprende, quando si capisce, il mondo comincia ad andare bene. Siamo sempre disturbati dal problema del male. C'è una storia interessante che narra di un ragazzino che cammina lungo la riva di un fiume. A un certo punto vede un cocodrillo intrappolato in una rete. Il cocodrillo, che è una femmina, gli dice: «Ti prego, abbi pietà di me, e liberami. Lo so, sono brutta, ma non è colpa mia. Sono nata così. Ma, per quanto il mio aspetto esteriore possa essere sgradevole, sappi che dentro di me batte un cuore di madre.

Messaggio per un'Aquila...

Sono venuta qui stamattina in cerca di cibo per i miei piccoli, e sono rimasta intrappolata in questa rete!». E il ragazzino risponde: «Ma se io ti aiutassi a liberarti dalla rete, tu mi prenderesti e mi uccideresti». Il coccodrillo ribatte: «Pensi che farei una cosa del genere al mio salvatore e benefattore?». Così il ragazzino si convince a liberarlo dalla rete, e il coccodrillo lo cattura. Mentre viene risucchiato tra le fauci dell'animale, il ragazzino esclama: «Ecco qual è la ricompensa per la mia buona azione!». E il coccodrillo risponde: «Non prenderla come un'offesa personale, figliolo: il mondo funziona così, è la legge della vita». Il ragazzino non è d'accordo, e il coccodrillo gli dice: «Vuoi chiedere a qualcun altro se le cose non stanno così?». Il ragazzino vede un uccello appollaiato su un ramo e chiede: «Uccello, è vero quello che dice il coccodrillo?». L'uccello risponde: «Il coccodrillo ha ragione. Guarda me, per esempio. Un giorno stavo tornando a casa con del cibo per i miei piccoli. Immaginati il mio orrore quando ho visto un serpente che si arrampicava lungo il tronco dell'albero, dirigendosi dritto verso il mio nido. non potei fare nulla. Divorò tutti i miei piccoli, uno dopo l'altro. Io non facevo che urlare e gridare, ma è stato tutto inutile. Il coccodrillo ha ragione: questa è la legge della vita, è così che funziona il mondo». «Hai visto?» dice il coccodrillo. Ma il ragazzo insiste: «Permettimi di chiederlo a qualcun altro». E il coccodrillo: «Va bene, fa' pure». Sulla riva del fiume sta passando un vecchio asino. «Asino», dice il bambino, «questo è ciò che afferma il coccodrillo. Ha ragione?».

L'asino risponde: «Il coccodrillo ha senz'altro ragione. Guarda me, per esempio. Per tutta la vita ho lavorato come uno schiavo per il mio padrone, e lui mi dava da mangiare appena quel che mi bastava per sopravvivere. Ora che sono vecchio e inutile, mi ha lasciato libero, ed eccomi qui che vago nella

giungla, in attesa che una belva si scagli su di me mettendo fine ai miei giorni. Il coccodrillo ha ragione: questa è la legge della vita, è così che funziona il mondo». «Hai visto?» dice di nuovo il coccodrillo. «Adesso basta!». Ma il ragazzo insiste: «Dammi ancora una possibilità, l'ultima. Permettimi di chiedere a un altro essere vivente. Ricordi come sono stato gentile con te?». Il coccodrillo gli concede l'ultima possibilità. Il ragazzino vede un coniglio che passa di lì, e gli chiede: «Coniglietto, il coccodrillo ha ragione?». Il coniglio si siede con calma e dice al coccodrillo: «Hai detto proprio così al ragazzo?». Il coccodrillo risponde: «Sì, ho detto così». «Aspetta un momento» dice il coniglio. «Dobbiamo discuterne». «Va bene», dice il coccodrillo. Ma il coniglio ribatte: «Come facciamo a discuterne, se tieni in bocca il ragazzo? Lascialo andare: deve partecipare anche lui alla discussione». Il coccodrillo dice: «Sì, sei furbo, tu: nel momento stesso in cui lo lascio andare, questo scappa via». Il coniglio replica: «Pensavo che fossi più ragionevole: se tentasse di scappare, un colpo della tua coda lo ucciderebbe all'istante». «È vero» ammette il coccodrillo, e lascia andare il ragazzino. Non appena lo vede libero, il coniglio esclama: «Scappa!». E il ragazzino corre via. Poi il coniglio dice al ragazzino: «Non ti piace la carne di coccodrillo? La gente del tuo villaggio non apprezzerrebbe un buon pasto? Sai, in realtà non l'hai liberato del tutto: la maggior parte del suo corpo è ancora intrappolata nella rete. Perché non vai al villaggio a prendere tutti gli altri, e così poi vi fate un bel banchetto?». Il ragazzino fa esattamente quel che gli ha suggerito il coniglio. Va al villaggio e chiama tutti gli uomini, che si recano al fiume con le loro asce, i loro bastoni e le loro lance e uccidono il coccodrillo. Arriva anche il cane del ragazzino, e quando vede il coniglio gli corre dietro, lo cattura e lo strozza. Il ragazzo arriva sul luogo troppo tardi, e

Messaggio per un'Aquila...

mentre guarda morire il coniglio, gli dice: «Il cocodrillo aveva ragione: il mondo funziona così, è la legge della vita». Non esiste spiegazione che possa dare ragione di tutte le sofferenze, il male, la tortura, la distruzione e la fame del mondo! Non si potrà mai spiegare tutto ciò. Si può coraggiosamente tentare di farlo con delle formule, religiose o meno, ma non si riuscirà mai a spiegare. Perché la vita è un mistero, il che significa che la mente razionale non è in grado di comprenderla. Per questo dovete svegliarvi, e improvvisamente vi rendete conto che la realtà non è problematica: il problema siete voi.

- Sonnambulismo -

Le Scritture fanno sempre riferimento a questo fatto, ma finché non vi sarete svegliati non capirete mai nemmeno una parola di quanto dicono le Scritture. Sono state delle persone addormentate a leggere le Scritture e a crocifiggere il Messia sulla base delle Scritture stesse. Bisogna essere svegli per poterle comprendere. Quando finalmente ci si sveglia, esse hanno veramente senso. E lo stesso accade per la realtà. Tuttavia, non riuscirete mai a esprimere tutto ciò con le parole. Probabilmente preferireste fare qualcosa, ma anche in questo caso bisogna essere sicuri di non gettarsi nell'azione semplicemente per liberarsi dei propri sentimenti negativi. Molte persone si gettano nell'azione solo per peggiorare le cose. La loro azione non deriva dall'amore, ma da sentimenti negativi, da sensi di colpa, rabbia, odio, dal senso di ingiustizia o chissà cos'altro. Prima di impegnarvi nell'azione dovete essere certi del vostro "essere". Prima di agire, dovete essere sicuri di chi siete. Purtroppo, quando le persone addormentate s'impegnano nell'azione, sostituiscono semplicemente una

crudeltà con un'altra, un'ingiustizia con un'altra. E così via. Meister Eckhart dice: «Non è attraverso le vostre azioni che sarete salvati» (o svegliati: usate la parola che preferite), «ma attraverso il vostro essere. Non è per quello che fate, ma per quello che siete che sarete giudicati». Che bene vi fa nutrire gli affamati, dare da bere agli assetati, o visitare ii detenuti in prigione? Ricordatevi la frase di Paolo: «Se dessi il mio corpo per essere bruciato e donassi tutti i miei beni per nutrire i poveri ma non avessi l'amore...». Non sono le vostre azioni che contano, ma il vostro essere. (Solo allora) potrete impegnarvi nell'azione. Potrete farlo o non farlo. Non sarete in grado di deciderlo finché non vi sarete svegliati. Purtroppo, si concentra tutta l'enfasi sulla necessità di cambiare il mondo, e ben poca su quella di svegliarsi. Una volta svegli, saprete cosa fare e cosa non fare.

Alcuni mistici sono molto strani, sapete. Come Gesù, che una volta disse qualcosa come: «Io non sono stato inviato presso quelle persone. Mi limito a fare quello che devo, in questo momento. Più tardi, forse». Alcuni mistici rimangono in silenzio. Misteriosamente, alcuni di loro cantano delle canzoni. Alcuni di loro sono in servizio. Non ne siamo mai certi. Sono una legge in se stessi, e sanno esattamente ciò che devono fare. «Buttati a capofitto nella battaglia, e tieni il tuo cuore ai piedi di loto del Signore» Come vi ho già detto. Immaginatevi di non stare bene e di essere di pessimo umore, e che qualcuno vi stia accompagnando a fare una passeggiata in una bella zona di campagna. Il paesaggio è splendido, ma voi non siete dell'umore giusto per apprezzarne i particolari. Qualche giorno più tardi ripassate dalla stessa zona ed esclamate: «Santo Cielo, ma dov'ero l'altro giorno, per non essere riuscito a notare tutto questo?». Tutto diventa splendido quando si cambia. Accade per esempio di guardare alberi e montagne attraverso finestrini

Messaggio per un'Aquila...

bagnati di pioggia, e tutto appare sfocato e senza forma. Viene voglia di uscire a trasformare quegli alberi, quelle montagne. Aspettate un attimo: esaminiamo prima il vostro finestrino. Quando la tempesta cessa e smette di piovere, e voi guardate fuori dal finestrino, vi viene spontaneo dire: «Be', è tutto diverso». Noi vediamo le persone e le cose non per come sono, ma per come siamo noi. Ecco perché, quando due persone guardano qualcosa o qualcuno, si verificano due reazioni diverse. Vediamo le cose e le persone non per come sono, ma per come siamo noi. Ricordate quella frase delle Scritture secondo la quale tutto si trasforma in bene, per coloro che amano Dio? Quando finalmente ci si sveglia, non si tenta di far accadere delle cose buone: accadono e basta. Improvvisamente, si comprende che qualsiasi cosa accada a una persona, è una buona cosa.

Pensate alle persone con cui vivete e che vorreste trasformare. Le trovate malinconiche, sconsiderate, inaffidabili, sleali, o qualsiasi altra cosa. Ma quando voi sarete diversi, lo saranno anche loro. É una cura miracolosa e infallibile. Il giorno in cui voi cambiate, cambieranno anche loro. E voi le vedrete in modo diverso. Chi vi appariva spaventoso vi sembrerà ora impaurito. Chi vi appariva scontroso vi sembrerà spaventato. Improvvisamente, nessuno avrà più il potere di farvi del male. Nessuno avrà il potere di fare pressione su di voi. É una cosa di questo genere: uno lascia un libro sul tavolo, io lo prendo e gli dico: «Stai facendo pressione su di me. Io devo prenderlo o non prenderlo». La gente si dà tanto da fare ad accusare tutti gli altri, a dare la colpa a tutti gli altri, a dare la colpa alla vita, alla società, al suo vicino. In questo modo, non cambierà mai: continuerà a vivere nel suo incubo, a non svegliarsi mai. Mettete in atto questo programma, un migliaio di volte: a) individuate i sentimenti negativi che sono in voi; b)

capite che sono dentro di voi, non nel mondo, nella realtà esterna; c) non consideratevi parte essenziale dell'"io": queste cose vanno e vengono; d) capite che quando voi cambiate, tutto cambia.

- Il cambiamento come avidità -

Ma resta ancora un'importante domanda: sto facendo qualcosa per cambiare me stesso? Ho una sorpresa per voi, davvero un'ottima notizia! Non dovete fare proprio niente. Più fate, peggio è. Non dovete far altro che capire. Pensate per un attimo a qualcuno con cui vivete o lavorate, e che non vi piace, che suscita in voi dei sentimenti negativi. Cerchiamo di capire cosa accade. La prima cosa da capire è che il sentimento negativo è dentro di voi. Siete voi i responsabili del sentimento negativo, non quella data persona. Un altro, al vostro posto, sarebbe perfettamente calmo e a proprio agio in sua presenza: non verrebbe toccato in alcun modo. Voi (sì). Ora, cercate di capire anche questo: voi state pretendendo qualcosa. Avete delle aspettative su quella persona. Riuscite a sentirlo? Allora, ditele: «Non ho alcun diritto di pretendere qualcosa da te». Dicendolo, lascerete cadere le vostre aspettative. «Non ho diritto di pretendere qualcosa di te. Certo, mi proteggerò dalle conseguenze delle tue azioni, o del tuo umore, e così via, ma tu puoi fare quello che vuoi ed essere quel che hai scelto di essere. Non ho diritto di pretendere qualcosa da te». Osservate cosa vi accade quando eseguite quanto vi ho detto. Se provate riluttanza a dirlo, allora avete davvero parecchio da scoprire sul vostro "me". Lasciate che il dittatore che è in voi, il tiranno che è in voi, emerga in superficie. Pensavate di essere degli agnellini, vero? Ma sia io che voi siamo dei tiranni, una piccola

Messaggio per un'Aquila...

variante della massima "sono un asino, sei un asino". Sono un dittatore, sei un dittatore. Io voglio gestire la tua vita al tuo posto; voglio dirti esattamente come dovresti essere e come dovresti comportarti e sarà meglio che ti comporti come ho deciso, perché altrimenti mi punirò facendo sorgere in me dei sentimenti negativi. Ricordate quel che vi ho detto: siamo tutti folli. Una donna mi raccontò che suo figlio aveva ricevuto un premio dalla sua scuola superiore. Il premio gli era stato concesso per la sua bravura negli sport e nelle materie accademiche. La donna si rallegrava per lui, ma era quasi tentata di dirgli: «Non compiacerli troppo di quel premio, perché non è detto che le cose ti andranno sempre altrettanto bene». Era combattuta: non sapeva come prevenire le future delusioni del figlio senza rovinargli la festa in quel momento. Auspicabilmente, il ragazzo imparerà e nel frattempo anche la saggezza della madre aumenterà. Non c'entra quello che lei gli dice o non gli dice. Dipende tutto da come diventerà lei: allora sarà in grado di capire, e saprà cosa dire e quando dirlo. Quel premio è il risultato di una competizione che può essere crudele, se basata sull'odio nei confronti di se stessi e degli altri. La gente è contenta sulla base della scontentezza di qualcun altro: si vince (sconfiggendo) qualcun altro. Non è terribile? E Eppure è dato per scontato in un ricovero per i matti! C'è un medico americano che ha descritto gli effetti della competitività sulla sua vita. Aveva frequentato una scuola di medicina in Svizzera, in cui la presenza di allievi americani era piuttosto consistente. Il medico afferma che parecchi studenti subirono un vero e proprio shock quando capirono che non c'erano voti, né premi, né elenchi dei più bravi, né primi e secondi della classe. O si veniva promossi o si veniva bocciati. Racconta il medico: «Alcuni di noi non riuscirono ad accettarlo. Eravamo diventati quasi paranoici, convinti

com'eravamo che ci fosse sotto qualcosa». Così, alcuni studenti cambiarono scuola. Quelli che sopravvissero scoprirono improvvisamente una strana cosa che non avevano mai notato nelle università americane: degli studenti, tra i più brillanti, aiutavano gli altri a superare gli esami, passando loro i propri appunti. Suo figlio frequenta una scuola di medicina negli Stati Uniti e gli riferisce che, nel laboratorio, gli allievi spesso manomettono il microscopio in modo che lo studente successivo debba impiegare tre o quattro minuti per sistemarlo. Competitività. Devono avere successo, devono essere perfetti. E il medico racconta una bella storiella che dice corrispondere al vero, ma che potrebbe anche servire splendidamente da parabola.

In America, in una piccola città, alla sera la gente si riuniva per suonare. C'erano un sassofonista, un batterista e un violinista, per lo più persone anziane. Si trovavano per farsi compagnia e per la pura gioia di fare musica, pur non essendo particolarmente bravi. E dunque si godevano la reciproca compagnia, divertendosi parecchio, finché un giorno decisero di scegliere un nuovo direttore che aveva grandi ambizioni e capacità di stimolo. Il nuovo direttore disse loro: «Ehi, ragazzi, dobbiamo tenere un concerto: dobbiamo preparare un concerto per la città». Poi, gradualmente, cominciò a mandare via alcuni che non suonavano troppo bene, fece entrare nella banda alcuni musicisti di professione, mise su un'orchestra e il loro nome cominciò a comparire sui giornali. Splendido, no? Così decisero di andare nella grande città per suonare anche lì. Ma alcuni dei più anziani avevano le lacrime agli occhi e dicevano: «Era così bello, ai vecchi tempi, quando facevamo le cose male ma ce le godevamo». E così la crudeltà fece ingresso nella loro vita, ma nessuno la riconosceva per quello che era. Capite come sono diventate folli le persone? Alcuni di voi mi hanno

Messaggio per un'Aquila...

chiedo cosa intendevo dicendo: «Tu puoi fare quello che vuoi ed essere te stesso, va bene, ma io mi proteggerò, sarò me stesso». In altre parole, non ti permetterò di manipolarmi. Vivrò la mia vita, andrò per la mia strada, sarò libero di pensare i miei pensieri, di seguire le mie inclinazioni e i miei gusti. Ti dirò di no. Se sentirò di non voler stare in tua compagnia, non sarà a causa dei sentimenti negativi che tu provochi in me, perché questo non accadrà più: non avrai più alcun potere su di me. Semplicemente, può darsi che preferisca la compagnia di altre persone. Dunque, se magari mi chiederai: «Che ne dici di andare al cinema stasera?», risponderò: «Mi dispiace, ma preferisco andarci con qualcun altro: preferisco la sua compagnia alla tua». E va bene. Saper dire di no alle persone è bellissimo, fa parte del risveglio. Fa parte del risveglio vivere la propria vita come si ritiene opportuno.

E ricordate: questo (non) è egoismo. Quel che è egoista è pretendere che qualcun altro viva la propria vita come (voi) ritenete opportuno. (Questo) sì che è egoismo. Non è da egoisti vivere la propria vita come si ritiene opportuno. L'egoismo risiede nel pretendere che qualcun altro viva la propria vita per adattarsi ai vostri gusti, o al vostro orgoglio, o al vostro guadagno, o al vostro piacere. Questo sì è veramente egoista. Dunque, mi proteggerò. Non mi sentirò obbligato a stare con te, né a risponderti di sì. Se troverò piacevole la tua compagnia, allora ne godrò senza abbarbicarmi ad essa. Però non ti eviterò più a causa dei sentimenti negativi che creavi in me. Non hai più quel potere. Il risveglio dovrebbe essere una sorpresa. Quando non ci si aspetta che qualcosa accada, e questa cosa accade, si prova stupore. Quando la moglie di Webster lo sorprese mentre baciava la cameriera, gli disse che era molto stupita. Ora,

Webster era piuttosto pignolo sull'uso appropriato delle parole (il che è comprensibile, dato che ha scritto un dizionario) e così le rispose: «No, cara: io sono stupito, tu sei attonita!». Alcune persone si pongono il risveglio come obiettivo. Sono decise ad arrivarci e dicono: «Mi rifiuto di essere felice finché non mi sarò svegliato». In questo caso, è meglio restare come siete, semplicemente per essere consapevoli del modo in cui siete fatti. La semplice consapevolezza è felicità, rispetto al tentativo di reagire tutto il tempo. La gente reagisce così velocemente perché non è consapevole. Arriverete a capire che ci sono occasioni in cui si reagisce per forza, anche nella consapevolezza. Però, man mano che la consapevolezza aumenta, si reagisce meno e si agisce di più. In realtà, non ha importanza.

C'è una storia che racconta di un discepolo, il quale disse al suo guru che sarebbe andato in un luogo lontano per meditare e che sperava di tornare illuminato. Così, ogni sei mesi, il discepolo spediva al guru una lettera per riferirgli dei progressi che stava compiendo. La prima lettera diceva: «Ora capisco cosa significa perdere il sé». Il guru stracciò il foglio e lo buttò nel cestino della carta. Dopo sei mesi ricevette un'altra lettera, che diceva: «Ora ho raggiunto la sensibilità nei confronti di tutti gli esseri viventi». Il guru la strappò. Una terza lettera diceva: «Ora capisco il segreto dell'unità e della molteplicità». Anche questa fu stracciata. La cosa andò avanti per quattro anni e poi non arrivarono più missive. Dopo un po' il guru cominciò a incuriosirsi e, dato che un viaggiatore si stava dirigendo verso quel luogo lontano, il guru gli chiese: «Perché non vai a scoprire cosa ne è stato di quel discepolo?». Finalmente, ricevette una lettera dal giovane. C'era scritto: «Cosa importa?». E quando il guru l'ebbe letta, esclamò: «Ce l'ha fatta! Ce l'ha fatta! Finalmente ha capito! Ha capito!». C'è

Messaggio per un'Aquila...

un'altra storia, che racconta di un soldato sul campo di battaglia che improvvisamente lasciava cadere a terra il suo fucile, tirava su un pezzo di carta trovato lì e lo guardava. Poi lo lasciava ricadere al suolo. Dopo, si spostava da qualche altra parte e rifaceva la stessa cosa. Così, gli altri cominciarono a dire: «Quest'uomo mette a repentaglio la propria vita. Ha bisogno di aiuto». Lo portarono all'ospedale e uno dei migliori psichiatri si occupò di lui. Ma le cure sembravano non avere effetto. Vagava per le corsie raccogliendo pezzi di carta, per poi guardarli pigramente e lasciarli cadere nuovamente a terra. Alla fine dissero: «Bisogna congedare quest'uomo dall'esercito». Così lo chiamarono e gli diedero un foglio di congedo; lui lo prese lentamente, lo guardò, e gridò: «É questo? Sì, è lui!». Finalmente l'aveva trovato. Dunque, cominciate con l'essere consapevoli della vostra situazione attuale, qualunque essa sia. Smettetela di fare i dittatori. Smettetela di costringervi ad andare in una certa direzione. Solo allora, un giorno o l'altro, capirete che con la sola consapevolezza avrete già ottenuto ciò che prima vi costringevate a cercare.

- Una persona trasformata -

Nella vostra ricerca della consapevolezza, non ponete richieste. É più o meno come ubbidire alle regole della strada. Se non si osservano tali regole, si paga una multa. Qui negli Stati Uniti si guida a destra; in Inghilterra a sinistra, così come in India. Se non lo si fa, si paga una multa; no c'è spazio per sentimenti feriti, richieste o aspettative: si ubbidisce alle regole della strada e basta. Mi chiedete dove si inserisce la compassione, dove si inserisce il senso di colpa, in tutto questo. Lo saprete quando sarete svegli. Se in questo momento vi

sentite in colpa, come potrò mai spiegarvelo? Come potreste sapere cos'è la compassione? Sapete, talvolta la gente vuole imitare Cristo ma il fatto che una scimmia si metta a suonare il sassofono non la trasforma in musicista. Non si può imitare Cristo imitandone il comportamento esteriore. Bisogna essere Cristo. Solo allora saprete esattamente cosa fare in una determinata situazione, a seconda del vostro temperamento, del vostro carattere, e del temperamento e del carattere della persona con cui avete a che fare. Nessuno dovrà dirvelo. Ma per poterlo fare, dovrete (essere) ciò che era Cristo.

Un'imitazione esteriore non vi porterà da nessuna parte. Se pensate che la compassione implichi la dolcezza non è assolutamente possibile, per me, descrivervi la compassione, perché la compassione può essere molto dura. La compassione può essere molto aspra, può stordire, può rimboccarsi le maniche e operare su di voi. La compassione è molte cose diverse. Certo, può essere molto dolce, ma non c'è modo di saperlo. È solo quando diventerete amore - in altri termini, quando avrete abbandonato affetti e illusioni - che "saprete". Man mano che vi identificherete sempre meno con l'"io", vi troverete sempre più a vostro agio con tutti e tutto. Sapete perché? Perché non avrete più paura di essere feriti, o respinti. Non avrete più il desiderio di fare colpo su alcuno. Riuscite a immaginarvi che sollievo sarebbe non dover più far colpo su nessuno? Oh, che sollievo. Finalmente la felicità! Non si prova più il bisogno irrefrenabile di spiegare le cose. Va tutto bene. Cosa c'è da spiegare? E non si prova più il bisogno irrefrenabile di chiedere scusa. Preferirei mille volte sentirvi dire: «Mi sono svegliato», piuttosto che «Mi dispiace». Preferirei mille volte sentirvi dire: «Mi sono svegliato dall'ultima volta che ci siamo visti; quello che ti ho fatto non accadrà più», piuttosto che: «Mi dispiace moltissimo per quello

Messaggio per un'Aquila...

che ti ho fatto». Perché qualcuno dovrebbe esigere le vostre scuse? Rifletteteci sopra, è un campo da esplorare. Anche quando magari qualcuno è stato cattivo nei vostri confronti, non c'è spazio per le scuse. Nessuno è stato cattivo nei vostri confronti. Qualcuno è stato cattivo nei confronti di quello che pensava voi foste, ma non nei vostri confronti. Nessuno vi respinge: le persone respingono soltanto quel che pensano voi siate. Ma questo ragionamento può essere applicato in entrambi i sensi: allo stesso modo, nessuno vi accetta. Finché le persone non si svegliano, accettano o respingono l'immagine che hanno di voi. Si sono formati un'idea su di voi e respingono o accettano solo quella.

Capite quanto sia devastante approfondire questo aspetto? Quasi troppo liberatorio. Ma come si diventa facile amare le persone quando si capisce tutto questo! Com'è facile amare tutti quanti, quando non ci si identifica con l'immagine che hanno di noi! Diventa davvero facile amarli, amare tutti. Io osservo il "me", ma non penso al "me". Perché il "me" pensante esprime un sacco di cattivi pensieri. Però, quando osservo il "me", sono costantemente consapevole che si tratta di un riflesso. Nella realtà, non si pensa davvero all'"io" e al l"me". Si è come una persona che guidi un'automobile: questa persona non vuole certo smettere di essere conscia dell'automobile. Va benissimo perdersi in fantasticherie, ma senza perdere la consapevolezza di ciò che sta intorno. Bisogna sempre stare all'erta. É come una madre addormentata: non sente gli aeroplani che rombano al di sopra della sua casa, ma è sensibile al minimo vagito del suo bambino. É all'erta, è sveglia, in questo senso. Non si può dire nulla dello stato di veglia: si può solo parlare di quando si dorme. Allo stato di veglia si può solo fare accenni. Non si può dire nulla della felicità: la felicità non può essere definita. Quella che può

essere definita è l'infelicità. Abbandonate l'infelicità, e lo saprete. L'amore non può essere definito: l'assenza d'amore sì. Abbandonate l'assenza d'amore, abbandonate la paura, e lo saprete. Vogliamo scoprire com'è la persona che si è svegliata, ma voi lo saprete solo quando ci sarete arrivati. Sto forse dicendo, per esempio, che non dovremmo avere delle aspettative sui nostri figli? Io ho detto: «Non avete il diritto di pretendere qualcosa». Prima o poi quel figlio si dovrà liberare di voi, seguendo l'ingiunzione del Signore. E allora non avrete più alcun diritto su di lui. In effetti, non è vostro figlio e non lo è mai stato. Appartiene alla vita, non a voi. Nessuno vi appartiene. Ciò di cui stiamo parlando è l'educazione di un figlio. Se vuoi il pranzo, sarà meglio che ti presenti a tavola dalle dodici all'una, o altrimenti non avrai alcun pranzo. Punto. Le cose funzionano così, in questa casa. Se non arrivi in orario, non mangi il pranzo. Sei libero, è vero, ma devi sopportarne le conseguenze. Quando parlo del non avere aspettative su altri, o del pretendere qualcosa da loro, intendo le aspettative e le pretese che mirano al mio benessere. Naturalmente, il presidente degli Stati Uniti deve fare delle richieste alla gente. Anche la polizia stradale deve fare delle richieste alla gente. Ma si tratta di richieste relative al comportamento - codice della strada, organizzazione efficiente, gestione ordinata della società. Non sono intese a far sentire bene il presidente, o la polizia stradale.

- Arrivare al silenzio -

Tutti mi chiedono cosa accadrà quando saranno finalmente arrivati. È curiosità? Ci chiediamo sempre come la tal cosa si inserirebbe in un dato sistema, o se la tal altra avrebbe un senso

Messaggio per un'Aquila...

in quel determinato contesto, o cosa si proverà quando saremo arrivati. Partite, e lo saprete. Non si può descrivere. In Oriente si dice spesso: «Coloro che sanno, non dicono; coloro che dicono, non sanno». Non si può dire: si può dire solo l'opposto. Il guru non vi può dare la verità. La verità non può essere espressa in parole, in una formula. Quella non è la verità. Quella non è la realtà. La realtà non può essere espressa con una formula. Il guru può solo indicarvi quali sono i vostri errori. Quando abbandonerete i vostri errori, conoscerete la verità. Ma nemmeno allora potrete dirla. Questi sono insegnamenti comuni ad alcuni grandi mistici cattolici. Il grande Tommaso d'Aquino, verso la fine della propria vita, non scriveva né parlava: aveva capito. Io pensavo che avesse mantenuto quel suo famoso silenzio solo per un paio di mesi, ma in realtà è andato avanti per anni. Aveva capito di essersi reso ridicolo e lo diceva esplicitamente.

È come se, non avendo mai assaggiato un mango verde, mi veniste a chiedere: «Che sapore ha?». E io vi risponderei: «Aspro» ma, dandovi una parola, vi avrei mandato fuori strada. Provate a capirlo. La maggior parte della gente non è molto saggia: si appiglia alle parole - alle parole delle Scritture, per esempio - e capisce tutto alla rovescia. «Aspro» dico io, e voi chiedete: «Aspro come l'aceto, aspro come un limone». NO, non aspro come un limone, aspro come un mango. «Ma io non ne ho mai assaggiato uno». ribattete voi. Peccato! Però voi continuate per la vostra strada e scrivete una tesi di dottorato sull'argomento. Non l'avreste fatto, se l'avreste assaggiato. Davvero. Avreste scritto una tesi di dottorato su qualcos'altro, ma non sul mango. E il giorno in cui finalmente assaggerete un mango verde, direte: «Dio mio, mi sono reso ridicolo. Non avrei dovuto scrivere quella tesi». Esattamente quel che fece Tommaso d'Aquino. Un grande filosofo e teologo tedesco

scrisse un intero libro proprio sul silenzio di Tommaso d'Aquino. Semplicemente, Tommaso s'immerse nel silenzio. Non parlava. Nella prefazione della sua (*Summa theologiae*), cioè il sunto di tutta la sua teologia, egli dice: «Riguardo a Dio, non possiamo dire cosa sia, ma piuttosto cosa non è. Allo stesso modo non possiamo parlare di com'è, ma piuttosto di come non è». E nel suo famoso commento sul (*De Trinitate*) di Boezio dice che ci sono tre modi per conoscere Dio: 1) nella creazione, 2) nelle azioni di Dio attraverso la storia, 3) nella forma più elevata della conoscenza di Dio - conoscere Dio (*tamquam ignotum*) (conoscere Dio in quanto sconosciuto). La forma più elevata di discussione intorno alla Trinità è sapere che non si sa. Ora, quello che parla non è un maestro orientale dello Zen. È un santo canonizzato della Chiesa cattolica romana, per secoli il principe dei teologi. Conoscere Dio in quanto sconosciuto.

In un'altra occasione san Tommaso dice anche: come inconoscibile. La realtà, Dio, la divinità, la verità, l'amore sono inconoscibili: significa che non possono essere compresi dalla mente razionale. Questo potrebbe fine a molte domande che la gente si pone, perché viviamo sempre nell'illusione di sapere. Non è così. Non siamo in grado di sapere. Cos'è la Scrittura, allora? È un accenno, un indizio, non una descrizione. Il fanatismo di un sincero credente che è convinto di sapere dà origine a mali peggiori di quelli provocati dagli sforzi congiunti di duecento criminali. È terrificante vedere quello che possono fare i sinceri credenti proprio perché pensano di sapere. Non sarebbe meraviglioso se avessimo un mondo in cui tutti dicessero: «Non sappiamo»? Cadrebbe una grande barriera. Non sarebbe splendido? Un uomo nato cieco viene da me e mi chiede: «Cos'è quella cosa chiamata verde?». Come si può descrivere il colore verde a una persona nata cieca? Si

Messaggio per un'Aquila...

usano delle analogie. Così, dico: «Il colore verde è simile a una musica dolce». «Oh, dice lui, come musica dolce». «Sì, dico io, una musica dolce e confortante ». Così viene da me un secondo cieco e mi chiede: «Cos'è il colore verde?». Gli dico che è simile a morbido velluto, molto morbido e liscio al tatto. Il giorno dopo noto che i due uomini si stanno dando delle botte sulla testa con delle bottiglie. Uno dice: «É come una musica dolce», e l'altro: «É come morbido velluto». E così vanno avanti per un pezzo. Nessuno dei due sa di cosa sta parlando, perché altrimenti chiuderebbe la bocca. Le cose stanno proprio così. Anzi, anche peggio: perché mettiamo che un giorno si riesca a ridare la vista a uno di questi ciechi e lui, seduto in giardino, si sta guardando intorno e voi gli dite: «Be', adesso sai com'è il colore verde». E lui: « É vero, stamattina ne ho ascoltato un po'!». Il fatto è che voi siete circondati da Dio e non lo vedete, perché "sapete" di Dio. L'ultima barriera che impedisce la visione di Dio è il vostro stesso concetto di Dio.

Vi perdete Dio perché pensate di sapere. É questo l'aspetto terribile della religione. Ecco cosa dicevano i vangeli: i religiosi "sapevano" e per questo si sono liberati di Gesù. La più alta conoscenza di Dio è conoscere Dio come l'inconoscibile. Si parla davvero troppo di Dio: il mondo non ne può più. C'è troppo poca consapevolezza, troppo poco amore, troppo poca felicità, ma non usiamo nemmeno queste parole. C'è troppo poco abbandono delle illusioni, degli errori, degli affetti e della crudeltà, troppo poca consapevolezza. É di questo che soffre il mondo, non della mancanza di religione. La religione dovrebbe porre riparo alla mancanza di consapevolezza, di capacità di svegliarsi. Guardate a che livello di degenerazione siamo arrivati. Venite nel mio paese e vedete la gente uccidersi a vicenda a causa della religione. Lo vedrete da tutte le parti. «Colui che sa, non dice; colui che dice, non

sa». Tutte le rivelazioni, per quanto divine, non sono mai più di un dito che punta verso la luna. Come diciamo noi in Oriente: «Quando il saggio indica la luna, l'idiota non vede altro che il dito». Jean Guitton, scrittore francese molto pio e ortodosso, aggiunge un terribile commento: «Spesso usiamo il dito per cavare gli occhi». Non è terribile? Consapevolezza, consapevolezza, consapevolezza! La guarigione è nella consapevolezza; la verità è nella consapevolezza; la salvezza è nella consapevolezza; la spiritualità è nella consapevolezza; la crescita è nella consapevolezza; l'amore è nella consapevolezza; il risveglio è nella consapevolezza. Consapevolezza. Io devo parlare di parole e concetti perché devo spiegarvi come mai, quando guardiamo un albero, in realtà non vediamo. Pensiamo di vederlo, ma non vediamo. Quando guardiamo una persona, in realtà non vediamo quella persona: pensiamo soltanto di vederla. Quel che vediamo è qualcosa che abbiamo fissato nella nostra mente. Riceviamo un'impressione e ci atteniamo a quell'impressione, continuando a guardare quella persona attraverso il filtro di quell'impressione. E questo lo facciamo con quasi tutto. Se riuscite a capire questo, capirete lo splendore e la bellezza dell'essere consapevoli di tutto ciò che vi circonda. Perché la realtà è lì: "Dio", qualsiasi cosa significhi, è lì. È tutto (lì). Il povero pesciolino dell'oceano dice: «Scusi, sto cercando l'oceano. Mi sa dire dove si trova?». Patetico, non è vero? Se solo aprissimo gli occhi e guardassimo, allora capiremmo.

- Perdere la corsa dei ratti -

Torniamo a quella splendida frase del vangelo che parla del perdersi per ritrovarsi. La si trova nella maggior parte della

Messaggio per un'Aquila...

letteratura religiosa, in tutta la letteratura religiosa, spirituale e mistica. Come si fa a perdersi? Avete mai (tentato) di perdere qualcosa? Esatto: più si tenta di farlo, più risulta difficile. È quando non si tenta di farlo che si perdono le cose. Si perde qualcosa quando non si è consapevoli. Ebbene, come si può morire a se stessi? Stiamo parlando di morte, non di suicidio. Non ci viene detto di uccidere il sé, ma di morire. Provocare dolore e sofferenza nel sé significherebbe sconfiggere se stessi. Sarebbe controproducente. Non si è mai più preoccupati di sé di quando si soffre. Non si è mai più concentrati su se stessi di quando si è depressi. E non si è mai più pronti a dimenticare se stessi di quando si è felici. La felicità ci libera dal sé. Sono la differenza, il dolore, la tristezza e la depressione che ci legano al sé. Provate a pensare a quanto siete consci dell'esistenza del vostro dente, quando vi fa male.

Quando non avete mal di denti, non vi rendete nemmeno conto di avere un dente, o di avere una testa quando non avete mal di testa. Quando invece la testa vi duole tanto da scoppiare, le cose stanno diversamente. Dunque è effettivamente falso ed erroneo pensare che il modo giusto per negare se stessi sia quello di causare dolore al sé, votandosi all'abnegazione e alla mortificazione, così come erano intese tradizionalmente. Negare il sé, morire al sé, perdere il sé significa comprenderne la vera natura. Quando lo si fa, il sé scomparirà, svanirà. Mettiamo che un giorno qualcuno entri nella mia stanza. Io dico: «Prego, entri. Potrei sapere chi è lei?». Quello risponde: «Sono Napoleone». E io: «Non quel Napoleone...». «Precisamente. Bonaparte, imperatore di Francia». «Piacere!» dico io, pensando tra me e me: "Sarà meglio che faccia attenzione a questo tizio". «Si accomodi, Sua Maestà», dico. «Ebbene, mi hanno riferito che lei è un bravo direttore spirituale. Io ho un problema spirituale. Sono ansioso e trovo

difficile avere fiducia in Dio. Vede, i miei eserciti sono schierati in Russia e passo notti insonni a chiedermi come andrà a finire». Io rispondo: «Be', Sua Maestà, sono certo di poterle prescrivere qualcosa per porre rimedio al suo problema. Le suggerisco di leggere il capitolo sesto di Matteo: "Osservate i gigli nel campo... non lavorano e non filano"». Arrivati a questo punto, mi chiedo chi sia più pazzo, io o quel tizio. Tuttavia, assecondo questo folle. È quel che fa il saggio guru, all'inizio: vi asseconda, prende sul serio i vostri guai. Vi asciuga magari qualche lacrima. Siete pazzi, ma non lo sapete ancora. Ma presto verrà il momento in cui vi toglie all'improvviso il tappeto da sotto i piedi e vi dice: «Smettila: non sei Napoleone». Nei famosi dialoghi di santa Caterina da Siena, si narra che Dio le abbia detto: «Io sono Colui che è; tu sei colei che non è». Avete mai vissuto il vostro non-essere?

In Oriente abbiamo un'immagine che lo rappresenta. È l'immagine del danzatore e della danza. Dio è rappresentato come il danzatore e la creazione è la danza di Dio. Non è che Dio sia il grande danzatore e voi il piccolo danzatore. No. Voi non siete affatto danzatori. Voi (venite) danzati! Avete mai provato una cosa del genere? Così, quando il tizio torna in sé e capisce di non essere Napoleone, non cessa di essere. Continua a essere, ma improvvisamente capisce di essere qualcosa di diverso da ciò che pensava di essere. Perdere il sé significa capire improvvisamente di essere qualcosa di diverso da ciò che si pensava di essere. Pensavate di essere al centro dell'universo: ora vi sentite un satellite. Pensavate di essere il danzatore: ora sentite di essere la danza. Sono tutte analogie, immagini, e dunque non devono essere prese alla lettera. Vi danno solo un suggerimento, un indizio: si tratta solo di indicatori, non dimenticatelo. Non li si può spremere troppo: non prendeteli alla lettera.

Messaggio per un'Aquila...

- Valore permanente -

Ma spostiamoci su un'altra idea: c'è infatti la complessa questione del valore personale. Valore personale non significa valore del sé. Da cosa deriva il valore del sé? Deriva forse dal successo del lavoro? Deriva dall'averne un sacco di soldi? Deriva dal saper attrarre molti uomini (se siete donne) o molte donne (se siete uomini)? Com'è fragile tutto questo, com'è effimero! Quando parliamo di valore del sé, non parliamo, in effetti, del modo in cui ci riflettiamo nello specchio della mente delle altre persone? Ma abbiamo bisogno di dipendere da questo? Le persone capiscono il proprio valore personale quando smettono di identificare o definire il proprio sé alla luce di queste cose effimere. Io non sono bellissimo perché tutti dicono che sono bellissimo. In realtà non sono né bellissimo né bruttissimo.

Queste sono cose che vanno e vengono. Domani potrei trasformarmi improvvisamente in una creatura orribile, ma l'"io" rimane sempre io. Mettiamo che, poi, mi sottoponga a un'operazione di chirurgia plastica e ridiventi bellissimo. L'"io" diventa forse bellissimo? Bisogna dedicare molto tempo a queste riflessioni. Io ve le ho buttate lì in rapida successione, ma se vorrete prendervi il tempo necessario per capire quel che vi ho detto, soffermandovi su queste frasi, troverete una miniera d'oro. Io lo so, perché quando mi sono imbattuto in queste idee per la prima volta, ho davvero scoperto un tesoro. Le esperienze piacevoli rendono splendida la vita. Le esperienze dolorose portano alla crescita. Le esperienze piacevoli rendono splendida la vita ma, in se stesse, non fanno crescere. Quelle che portano alla crescita sono le esperienze dolorose. La sofferenza mette il dito su una parte di voi che non è ancora cresciuta, che deve crescere, trasformarsi e mutare. Se

sapeste come usare quella sofferenza, quanto potreste crescere! Per ora, limitiamoci alla sofferenza psicologica, a tutte quelle emozioni negative che avete. Non perdetevi il vostro tempo su una sola di esse: vi ho già detto cosa potreste farne, di quelle emozioni. Provate a osservare la delusione che sentite quando le cose non vanno come avreste voluto voi! Guardate quanto dice di voi. Non ve lo faccio notare con alcun intento di condannarvi (altrimenti incappereste nell'odio di voi stessi). Osservatela come la osservereste in un'altra persona. (Guardate) quella delusione, quella depressione che provate quando venite criticati. Cosa vi dice di voi? Avete mai sentito parlare di quel tizio che ha affermato: «Chi ha detto che la preoccupazione non serve a niente? Certo che serve. Ogni volta che mi preoccupa di qualcosa, non accade!» Be', certamente (a lui) è servita. O di quell'altro tizio che dice: «Il nevrotico è una persona che si preoccupa di qualcosa che non è accaduto in passato.

Non è come noi, persone normali, che ci preoccupiamo di cose che non accadranno in futuro». Ecco come stanno le cose. Quella preoccupazione, quell'ansia, cosa dicono di voi? I sentimenti negativi, tutti i sentimenti negativi, sono utili per raggiungere la consapevolezza, la comprensione. Vi danno la possibilità di sentirli, di osservarli dall'esterno. All'inizio, la depressione sarà ancora presente, ma avrete tagliato il legame che vi unisce ad essa. Gradualmente, capirete la depressione. Man mano che la capite, si verificherà con minore frequenza, fino a sparire completamente. Forse, ma a quel punto non avrà più molta importanza. Prima dell'illuminazione ero depresso. Dopo l'illuminazione continuo a essere depresso. Ma piano piano, o rapidamente, o all'improvviso, si arriva allo stato di veglia, che è lo stadio in cui si lasciano cadere i desideri. Ricordate tuttavia cosa intendevo per desideri e richieste. Il

Messaggio per un'Aquila...

significato era questo: «Finché non avrò quel che desidero, mi rifiuto di essere felice». Intendo dunque i casi in cui la felicità dipende dalla realizzazione del desiderio.

- Desiderio, non preferenza -

Non cercate di sopprimere i vostri desideri, perché rischiereste di diventare apatici. Rimarreste privi di energia e questo sarebbe terribile. Il desiderio, nel senso sano della parola, è energia e più energia abbiamo meglio è. Ma non sopprimete il desiderio: capitelo. Capitelo. Non cercate di realizzarlo, quanto di capirlo. E non rinunciate semplicemente agli oggetti del vostro desiderio: capiteli, guardateli nella loro vera luce. Guardateli per quel che valgono realmente. Perché se ci si limita a sopprimere il proprio desiderio, cercando di rinunciare all'oggetto del desiderio, con tutta probabilità si rimane legati ad esso. Al contrario, se lo si guarda e lo si vede per quel che vale realmente, se si comprende che si sta preparando la strada all'infelicità, alla delusione e alla depressione, ecco che allora il desiderio si trasforma in quella che io chiamo preferenza. Quando si vive la vita con delle preferenze, senza lasciare che la propria felicità dipende da esse, ecco che si è svegli. Ci si muove verso uno stato di veglia. La veglia, la felicità - chiamatela come vi pare - è lo stato della mancanza di illusione, cioè quando si vedono le cose non per come (si) è, ma per come sono (loro), nella misura in cui questo è possibile per un essere umano. Lasciar cadere le illusioni, vedere le cose, vedere la realtà. Ogni volta che si è infelici, si è aggiunto qualcosa alla realtà. È quest'aggiunta che rende infelici. Ripeto: siete voi ad aver aggiunto qualcosa... una reazione negativa dentro di voi. La realtà fornisce lo stimolo,

mentre voi fornite la reazione. Attraverso la vostra reazione, avete aggiunto qualcosa. E se esaminate quel che avete aggiunto, vedrete che c'è sempre un'illusione, un'esigenza, un'aspettativa, una richiesta. Sempre. Gli esempi di illusioni abbondano. Ma quando comincerete a muovervi lungo questa direzione, ve ne accorgete da soli. Prendete ad esempio l'illusione, l'errore di pensare che, cambiando il mondo esterno, cambierete (voi). Non si cambia trasformando soltanto il mondo esterno. Se vi procurate un nuovo lavoro, o un nuovo partner, o una nuova casa, o un nuovo guru, o una nuova spiritualità, questo non significa che (voi) cambierete. È come pensare di cambiare la propria calligrafia cambiando penna. O di cambiare la propria capacità di pensare cambiando cappello. È evidente che la cosa non ci cambia davvero, eppure la maggior parte della gente investe tutte le proprie energie nel tentativo di riadattare il mondo esterno ai propri gusti. Talvolta ci riesce - per lo spazio di cinque minuti - e ha un po' di respiro, ma resta tesa anche in quell'attimo di respiro, perché la vita scorre senza tregua, la vita cambia continuamente.

Dunque, se volete vivere, non dovete avere dimora fissa. Non dovete avere alcun sostegno a cui appoggiare la testa. Dovete seguire il flusso della vita stessa. Come ha detto il grande Confucio: «Colui che vuole essere costantemente felice deve cambiare spesso». La vita scorre. Ma noi continuiamo a guardare indietro, non è vero? Ci abbarbichiamo a eventi passati e a eventi presenti. «Quando si mette mano all'aratro, non si può volgersi indietro». Volete godervi una melodia? Volete godervi una sinfonia? Non limitatevi a qualche accordo della musica. Non limitatevi a un paio di note. Lasciatele passare, lasciatele scorrere. L'intero godimento di una sinfonia risiede nella vostra disponibilità a lasciar scorrere le note. Al contrario, se un accordo particolare vi colpisse la fantasia e voi

Messaggio per un'Aquila...

gridaste all'orchestra: «Continuate a suonare quell'accordo, senza fermarvi!», quella non sarebbe più una sinfonia. Conoscete quel racconto di Nasr-ed-Din, l'antico Mullah? Si tratta di una figura leggendaria che sia i greci, sia i turchi, sia i persiani rivendicano come membro della propria stirpe. Dispensava il suo insegnamento mistico sotto forma di storie, in genere divertenti. E l'oggetto della storia era sempre il vecchio Nasr-ed-Din stesso. Un giorno il vecchio Nasr-ed-Din stava strimpellando la chitarra, suonando sempre la stessa nota. Dopo un po' intorno a lui si raccolse una folla di gente (si trovava nella piazza del mercato) e uno degli uomini seduti a terra disse: É bella quella nota che stai suonando, Mullah, ma perché non fai qualche variazione, come fanno gli altri musicisti?». «Quegli stupidi!» esclamò Nasr-ed-Din. «Loro (cercano) la nota giusta. Io invece l'ho (trovata)».

- Attaccarsi alle illusioni -

Quando ci si attacca a qualcosa, la vita è distrutta; quando ci si afferra a qualcosa, si smette di vivere. É scritto in tutte le pagine del vangelo. E questo ci consegue con la comprensione. Cercate di capire. E capite anche un'altra illusione: la felicità non corrisponde all'emozione, all'eccitazione. Credete che un'emozione derivi dalla realizzazione di un desiderio è un'altra illusione. Il desiderio è portatore di ansia e prima o poi i postumi della sbornia saltano fuori. Quando si è sofferto a sufficienza, allora si è pronti a capirlo. Vi nutrite di emozioni: è come nutrire di prelibatezze un cavallo da corsa, dandogli torte e vino. Un cavallo da corsa non si nutre così. É come nutrire gli esseri umani di droghe. Ma con le droghe non si riempie lo stomaco. Quello che serve è cibo buono, solido, nutriente, e

anche da bere. Bisogna che lo comprendiate da soli. Un'altra illusione è che qualcun altro possa fare tutto questo al vostro posto, che qualche sapiente, o guru, o insegnante possa farlo in vece vostra. Nemmeno il più grande guru del mondo può fare un passo al vostro posto. Dovete farlo voi. Sant'Agostino l'ha espresso meravigliosamente: «Gesù Cristo stesso non poteva fare nulla per molti tra coloro che lo ascoltavano». Oppure, per citare quello splendido detto arabo che recita: «La natura della pioggia è sempre la stessa, eppure fa nascere spine nel pantano e fiori in giardino». Siete (voi) che dovete agire. Nessun altro può aiutarvi. Siete (voi) a dover digerire il cibo che consumate, siete (voi) a dover capire. Nessun altro può capire in vece vostra. Siete (voi) a dover cercare. Nessuno può cercare in vece vostra. E se quel che cercate la verità, allora dovete farlo (voi). Non potete appoggiarvi a nessuno.

C'è un'ulteriore illusione, e cioè il fatto che sia importante essere rispettabili, essere amati e apprezzati, essere importanti. Molti dicono che abbiamo un'esigenza naturale di essere amati e apprezzati, di appartenere a qualcuno. È falso. Lasciate cadere quest'illusione e sarete felici. Abbiamo un'esigenza naturale di libertà, un'esigenza naturale di amare, ma non (di essere amati). Talvolta, nelle mie sedute di psicoterapia, m'imbatto in un problema molto comune: nessuno mi ama: come posso, dunque, essere felice? E io spiego a questa persona: «Vuoi forse dire che non ci sono mai dei momenti in cui dimentichi di non essere amata, ti lasci andare e ti senti felice?». Certo che ci sono. Una donna, per esempio, è tutta intenta a guardare un film. Si tratta di una commedia, e la donna ride a crepapelle, e in quell'attimo benedetto ha dimenticato di ricordare a se stessa che nessuno l'ama, nessuno l'ama. È felice! Poi esce dal cinema e l'amica con cui ha visto il film se ne va con un ragazzo, lasciandola tutta sola. E così si

Messaggio per un'Aquila...

mette a pensare: «Tutte le mie amiche hanno il ragazzo e io non ho nessuno. Sono tanto infelice. (Nessuno mi ama)!». In India, molti dei nostri poveri hanno iniziato a procurarsi delle radio transistor, che rappresentano un lusso. «Tutti hanno una radio» si sente dire, «ma io non ce l'ho. Sono tanto infelice». Finché la gente non si è messa a comprare radio, erano tutti perfettamente felici senza averne una. Lo stesso vale per voi: finché qualcuno non vi ha detto che non sareste stati felice senza essere amati, desiderati o attraenti per qualcuno.

Attraverso il contatto con la realtà si diventa felici. Ecco cosa porta la felicità: un contatto con la realtà istante per istante. È qui che troverete Dio; è qui che troverete la felicità. Ma la maggior parte della gente non è pronta per sentirsi dire queste cose. Un'altra illusione è che gli eventi esterni abbiano il potere di farvi del male, che le persone abbiano il potere di farvi del male. Non è così. Siete voi che date loro il potere di farlo. Un'altra illusione: voi (siete) tutte quelle etichette che la gente vi ha appioppato, o che vi siete appioppati da soli. Non lo siete, non lo siete! Dunque non dovete abbarbicarvi a esse. Il giorno in cui qualcuno mi dicesse che sono un genio e che io lo prendessi sul serio, mi troverei in un bel guaio. Capite perché? Perché da quel momento in poi inizierei a essere teso. Dovrei mantenermi all'altezza della situazione, rispondere alle aspettative. Dopo ogni conferenza dovrei indagare: «Vi è piaciuta la conferenza? Pensate ancora che sia un genio?». Capite? Dunque, l'unica cosa che dovete fare è mandare in pezzi l'etichetta! Mandatela in pezzi, e sarete liberi! Non identificatevi con quelle etichette. Quelle rappresentano ciò che pensa qualcun altro, ciò che quella persona ha visto in voi in un dato momento. Siete davvero dei geni? Siete degli svitati? Siete dei mistici? Siete dei pazzi? Che cosa importa, in realtà? L'importante è continuare a essere consapevoli, vivere la vita

istante per istante. Com'è meravigliosamente descritto da quelle parole del vangelo: «Guardate gli uccelli del cielo: non seminano, né mietono, né ammassano nei granai... Osservate i gigli nel campo... non lavorano e non filano». Queste sono veramente parole mistiche, le parole di una persona che si è destata. E dunque perché siete ansiosi? Siete forse in grado di aggiungere, nonostante tutta la vostra ansia, un singolo istante alla vostra vita? Perché preoccuparsi di domani? C'è una vita dopo la morte? Sopravviverò dopo la morte? Perché preoccuparsi del domani?

- Entrate nel presente -

Qualcuno ha detto: «La vita è quella cosa che ci accade mentre siamo occupati a fare altri progetti». È patetico. Vivete nel presente. È una delle cose che vedrete accadere quando vi sveglierete. Vi ritroverete a vivere nel presente, assaporando ogni momento nell'attimo in cui lo vivete. Un altro buon segno è quando sentite la sinfonia una noto dopo l'altra, senza volerla fermare.

- Quando si abbraccia un ricordo -

Ciò mi porta un altro tema, un altro argomento. Ma questo nuovo argomento si collega molto bene a quel che ho detto fino ad ora e al mio suggerimento di prendere coscienza di tutto quello che aggiungiamo alla realtà. Ma facciamo un passo alla volta. L'altro giorno, un gesuita mi raccontava di quando, anni fa, aveva tenuto una conferenza a New York, in un momento in cui i portoricani erano piuttosto mal visti a causa di qualche

Messaggio per un'Aquila...

incidente occorso da poco. Tutti dicevano di loro tutto il male possibile. Così, nel suo discorso, egli disse: «Vorrei leggersi alcune delle cose che la gente di New York dice riguardo a certi immigrati». Quelli che lesse erano in realtà dei commenti fatti dalla gente riguardo agli irlandesi, ai tedeschi e a tutte le altre ondate di immigrazione pervenute a New York nel corso degli anni! Spiegò molto bene quel che intendeva, dicendo: «Questa gente non porta con sé la delinquenza: diventa delinquente quando viene messa di fronte a certe situazioni che le si presentano qui. Dobbiamo capirla. Se si vuole rimediare alla situazione, è inutile reagire con dei pregiudizi. C'è bisogno di comprensione, non di condanna». È così che si attua il cambiamento in se stessi: non attraverso la condanna, non insultandosi, ma capendo cosa accade. Non dandosi del vecchio peccatore insozzato. No, no, no!

Per conseguire la consapevolezza, bisogna saper vedere, e non si può vedere se si è accecati dai pregiudizi. Quasi tutte le cose e le persone che guardiamo, le guardiamo attraverso il filtro dei pregiudizi. Direi che è sufficiente a scoraggiare chiunque. Come quando si incontra un amico perduto da tempo. «Ehi, Tom», gli dico. «Che bello rivederti!» e lo abbraccio forte. Chi sto abbracciando, Tom o il ricordo che ho di lui? Un essere umano vivente o un cadavere? Io parto dalla convinzione che sia ancora il giovanotto attraente che pensavo fosse. Parto dalla convinzione che corrisponda ancora all'idea che avevo di lui, ai miei ricordi e alle mie associazioni. Così, lo abbraccio. Cinque minuti più tardi mi accorgo che è cambiato e perdo ogni interesse per lui. Ho abbracciato la persona sbagliata. Se volete capire quanto è vero quello che sto dicendo, ascoltate questa storia: una suora indiana va in ritiro. Tutti quelli che fanno parte della sua comunità dicono: «Oh, lo sappiamo, fa parte del suo stile: partecipa sempre a seminarti e

va in ritiro; non cambierà mai». Ora, accade che la suora subisca, in effetti, un cambiamento, nel corso di questo particolare ritiro, o gruppo di terapia, o quel che è. La suora cambia: tutti notano la differenza. E dicono: «Caspita, hai veramente capito delle cose, non è vero?». È vero, e la differenza si nota dal suo comportamento, dal suo corpo, dal suo viso. Accade sempre così quando si verifica un cambiamento interiore. Viene registrato nel viso, negli occhi, nel corpo. Ebbene, la suora torna alla sua comunità e dato che la comunità ha di lei un'idea fissa, dettata dal pregiudizio, continuerà a vederla attraverso gli occhi del pregiudizio. I membri della sua comunità sono gli unici a non vedere in lei alcun cambiamento. Dicono: «Be', ha l'aria un po' più animata, ma aspettate e vedrete: tra poco sarà di nuovo depressa». Ed entro poche settimane lei è di nuovo depressa: reagisce alla loro reazione. E così tutti dicono: «Visto? L'avevamo detto, noi; non era cambiata».

Il tragico è invece che era cambiata davvero, solo che loro non se n'erano accorti. La percezione ha effetti devastanti in fatto di amore e di rapporti umani. Quale che sia un rapporto, sicuramente comporta due cose: chiarezza di percezione (nella misura in cui ne siamo capaci: alcuni vorrebbero forse capire fino a che punto possiamo avere chiarezza di percezione, ma credo che nessuno abbia obiezioni al fatto che sia desiderabile aspirare a essa) e precisione di risposta. È più probabile che si risponda con precisione se si percepisce con chiarezza. Quando la percezione è distorta, è probabile che non si risponda con precisione. Come puoi amare qualcuno che non vedi nemmeno? Vedi davvero una persona a cui sei attaccato? Vedi davvero una persona di cui hai paura e che per questo non apprezzi? Odiamo sempre quel che ci fa paura. «Il timore del Signore è il principio della saggezza», mi dicono alcuni

Messaggio per un'Aquila...

talvolta. Ma aspettate un momento. Spero che capiscano quel che dicono, perché tutti noi odiamo quel che ci fa paura. Vogliamo sempre distruggere quel che temiamo, liberarcene, evitarlo. Quando si teme qualcuno, non lo si sopporta. Non lo si sopporta nella misura in cui lo si teme. E non lo si (vede) nemmeno, perché entrano in gioco le emozioni. Ora, la stessa cosa avviene quando si è attratti verso qualcuno. Quando si verifica il vero amore, le persone non piacciono più - e nemmeno si odiano più nel senso comune del termine. Le si vedono chiaramente e si risponde in modo preciso. Ma a questo livello umano continuano a entrare in gioco i propri gusti, le preferenze e le attrazioni e così via. Dunque bisogna essere coscienti dei propri pregiudizi, dei propri gusti, delle proprie attrazioni. Sono tutti lì, e derivano dal condizionamento a cui siamo sottoposti. Come mai a voi piacciono delle cose che a me non piacciono? Perché la vostra cultura è diversa dalla mia.

La vostra educazione è diversa dalla mia. Se vi dessi da mangiare uno dei miei piatti preferiti, lo respingereste disgustati. In alcune zone dell'India, c'è gente che adora la carne di cane. Altre persone, invece, se venissero a sapere che quella che hanno nei piatti è una bistecca di cane, si sentirebbero male: Perché? Condizionamento diverso, programmazione diversa. Gli induisti si sentirebbero male se venissero a sapere di aver mangiato del manzo, ma agli americani piace molto. Voi chiedete: «Ma perché non mangiano la carne bovina?». Per la stessa ragione per cui voi non mangereste il vostro cagnolino. Stessa ragione. La vacca, per il contadino indiano, rappresenta ciò che rappresenta per voi il vostro cagnolino. Non vuole mangiarla. Esiste un pregiudizio culturale intrinseco contro tale pratica e in realtà in questo modo si preserva un animale di cui c'è estremo bisogno per le pratiche agricole, e così via. E dunque, perché in realtà

mi innamoro? Perché m'innamoro di un certo tipo di persone e non di altre? Perché sono condizionato. Nel mio subconscio ho un'immagine di un certo tipo di persona che mi attrae, mi attira. E così, quando incontro questa persona, ho un colpo di fulmine. Ma l'ho vista, questa persona? No! La vedrò dopo che l'avrò sposata: è allora che si verifica il risveglio! Ed è allora che l'amore può iniziare. Ma l'innamoramento non ha proprio nulla a che vedere con l'amore. Non è amore: è desiderio, desiderio bruciante. Quel che desiderate con tutto il cuore è che quella creatura adorabile vi dice che vi trova attraenti. Questo fatto vi dà una sensazione strabiliante. Nel frattempo, tutti gli altri dicono: «Ma che cavolo ci vedrà di tanto interessante in quella lì?». Ma si tratta del condizionamento - lui non la sta (vedendo). Dicono che l'amore sia cieco. Credetemi, niente ha la vista più acuta del mondo. La dipendenza è cieca, l'attaccamento è cieco. L'abbarbicarsi, le richieste continue, il desiderio sono ciechi. Ma l'amore vero non lo è. Non chiamate amore quelle cose.

Tuttavia, naturalmente, questa parola è stata dissacrata nella maggior parte delle lingue moderne. La gente parla di fare l'amore e dell'innamoramento. Come il ragazzino che dice alla ragazzina: «Ti sei mai innamorata?». E lei: «No, ma mi sono (impiaciuta)». E dunque, di cosa parla la gente, quando s'innamora? La prima cosa di cui abbiamo bisogno è la chiarezza di percezione. Un motivo per cui non percepiamo le persone in modo chiaro è evidente - entrano in gioco le nostre emozioni, il nostro condizionamento, i nostri gusti. Dobbiamo cimentarci con questo fatto. Ma dobbiamo cimentarci anche con qualcosa di molto più importante - le nostre idee, le nostre conclusioni, i nostri concetti. Che vogliate crederci o no, ogni concetto che avrebbe dovuto aiutarci a entrare in contatto con la realtà finisce con il costituire un ostacolo al contatto con la

Messaggio per un'Aquila...

realtà, perché prima o poi dimentichiamo che le parole non sono le cose. Il concetto non corrisponde alla realtà: sono due cose diverse. È per questo che poco fa vi ho detto che la barriera ultima che ci impedisce di trovare Dio è la parola "Dio" in sé, è il concetto di Dio. Se non si sta attenti, si interpone. Voleva essere un aiuto. Può essere un aiuto, ma può anche costituire una barriera.

- Essere concreti -

Un concetto è qualcosa che posso applicare a un certo numero di individui. Non parliamo di un nome concreto e particolare come Mary o John, che non hanno un significato concettuale. Un concetto si applica a un numero qualsiasi di individui, innumerevoli individui. I concetti sono universali. Per esempio, la parola "foglia" potrebbe essere attribuita a ogni singola foglia di un albero, ma la stessa parola si applica anche a tutte quelle foglie individualmente. Inoltre, la stessa parola è pertinente per tutte le foglie di tutti gli alberi, che siano grandi, piccole, morbide, secche, gialle, verdi, o di un banano. Quindi, se io vi dicessi che stamattina ho visto una foglia, in realtà non avreste idea di cosa abbia visto. Vediamo se riuscite a capire quel che voglio dire. In effetti, avete idea di ciò che (non) ho visto. Non ho visto un animale. Non ho visto un cane. Non ho visto un essere umano. Non ho visto una scarpa. Dunque avete una vaga idea di ciò che ho visto, ma non è particolareggiata, non è concreta. "Essere umano" non si riferisce a un uomo primitivo, a un uomo civilizzato, a un uomo adulto, a un bambino, a un maschio o a una femmina, a un'età o a un'altra, a una cultura o all'altra, ma al concetto. L'essere umano in cui si imbatte è però concreto; non si può trovare un essere uno

universale come quello del concetto. Dunque, il concetto indica, ma non è mai completamente preciso; manca di unicità, di concretezza. Il concetto è universale.

Quando vi do un concetto, vi do (qualcosa), eppure quanto poco vi ho dato! Il concetto ha un valore molto grande ed è molto utile per la scienza. Per esempio, se dicessi che tutti, qui, sono animali, farei un'osservazione esatta, dal punto di vista scientifico. Però noi siamo qualcosa di più di animali. Se dico che Mary Jane è un animale, è vero; ma poiché ho omesso qualcosa di essenziale sul suo conto, è falso: è ingiusto nei suoi confronti. Quando definisco una persona come una donna, è vero; ma in quella persona ci sono un sacco di cose che non rientrano nel concetto "donna". Lei sarà sempre questa donna particolare, concreta e unica, che può solo essere conosciuta attraverso l'esperienza, non concettualizzata. La persona concreta la devo vedere io stesso, la devo conoscere io stesso, la devo intuire io stesso. L'individuo può essere intuito, non concettualizzato.

La persona è oltre la mente razionale. Molti di voi andrebbero probabilmente orgogliosi di essere definiti americani, così come molti indiani sarebbero orgogliosi di essere chiamati indiani. Ma cos'è "americano", cos'è "indiano"? Si tratta di una convenzione: non è parte della vostra natura. Tutto ciò che abbiamo è un'etichetta: in realtà non si conosce la persona. Il concetto omette o perde sempre qualcosa di estremamente importante, qualcosa di prezioso che si trova solo nella realtà, e cioè l'unica concreta. Il grande Krishnamurti ha espresso molto bene quest'idea, dicendo: «Dal giorno in cui s'insegna al bambino il nome dell'uccello, egli non vedrà mai più quell'uccello». Com'è vero! La prima volta, il bambino vede quell'oggetto piumoso e vivo, che si muove, e noi gli diciamo: «Passero». Il giorno dopo, il bambino vede un altro

Messaggio per un'Aquila...

oggetto piumoso, che si muove, simili al primo, e dice: «Ah, è un passero. Ho già visto dei passerini. I passerini mi (annoiano)». Se non si guarda alle cose attraverso il filtro dei propri concetti, non ci si annoia mai. Ogni cosa diventa unica. Ogni passero è diverso dall'altro, a dispetto delle somiglianze. È bene che esistano delle somiglianze, in modo che possiamo astrarre, costruire un concetto. È di grande aiuto, dal punto di vista della comunicazione, dell'insegnamento, della scienza. Ma induce anche in errore e costituisce un grande ostacolo alla possibilità di vedere (questo) particolare individuo. Se quello che vedete è solo il concetto, non state vivendo la realtà, perché la realtà è concreta. Il concetto è un aiuto per (condurre) alla realtà, ma una volta che ci si è arrivati bisogna intuirlo o viverlo direttamente. Una seconda caratteristica del concetto è la staticità, mentre la realtà fluisce. Usiamo un solo nome per definire le Cascate del Niagara, ma l'acqua che cade cambia continuamente.

Esiste la parola "fiume", ma l'acqua scorre senza tregua. Esiste una parola per definire il "corpo", ma le cellule del corpo si rinnovano continuamente. Mettiamo, per esempio, che qui fuori soffi un vento impetuoso e che io desideri che la gente del mio paese abbia un'idea di cosa sia una burrasca o un uragano americani. Dunque, lo catturo in una scatola da sigari, torno a casa e dico: «Guardate qui». Naturalmente, quello nella scatola non è più un uragano, non è vero? È stato (catturato). È come se, per darvi l'idea dello scorrere di un fiume, ne catturassi l'acqua in un secchio. Nell'attimo in cui la metto nel secchio smette di scorrere. Nel momento in cui si rinchiudono le cose in un concetto, smettono di fluire. Diventano statiche, morte. Un'ondata congelata non è più un'ondata. L'onda è essenzialmente movimento, azione: quando la si congela, non è più un'onda. I concetti sono sempre congelati, la realtà scorre.

Infine, se dobbiamo credere ai mistici (e non ci vuole un grande sforzo per capirlo, o persino crederci, ma nessuno lo capisce subito), la realtà è (intera), mentre le parole e i concetti (frammentano) la realtà. Ecco perché è tanto difficile tradurre da una lingua all'altra: ogni lingua suddivide la realtà in modi diversi. La parola inglese "home" non è traducibile in francese o spagnolo. "Casa" non significa propriamente "home"; "home" presenta delle associazioni peculiare per la lingua inglese. Ogni lingua ha parole ed espressioni intraducibili, perché quel che facciamo è tagliare la realtà a pezzi, aggiungendo e sottraendo qui e là; inoltre, l'uso continua a cambiare. La realtà è un tutto e noi la tagliamo a pezzi per fare dei concetti e usiamo le parole per indicare le diverse parti. Se, per esempio, voi non aveste mai visto un animale in vita vostra e un giorno trovaste una coda - solo una coda - e qualcuno vi dicesse: «É una coda» potreste forse avere un'idea di cos'è, senza avere idea di cos'è un animale?

Le idee, effettivamente, frammentano la visione, l'intuizione, o l'esperienza della realtà nella sua interezza. Ecco cosa continuano a dirci i mistici. Le parole non rispecchiano la realtà: possono solo accennare, indicare. Si usano come degli indicatori per arrivare alla realtà. Ma una volta che la si sia raggiunta, i concetti diventano inutili. Un sacerdote induista una volta ebbe una discussione con un filosofo che affermava che l'ostacolo ultimo per arrivare a Dio era costituito dalla parola "Dio", dal concetto di Dio. Il sacerdote rimase shockato dall'affermazione, ma il filosofo disse: «L'asino che monti e che usi per viaggiare verso una casa non è lo stesso mezzo che usi per entrarvi. Per arrivarci, usi il concetto; poi smonti, e vai oltre». Non c'è bisogno di essere dei mistici per capire che la realtà non è qualcosa che possa essere catturato da parole o concetti. Per conoscere la realtà bisogna (conoscere oltre la

Messaggio per un'Aquila...

conoscenza). Queste parole vi fanno suonare un campanello? Coloro tra voi che conoscono (La nube della non conoscenza) hanno probabilmente riconosciuto quest'espressione. I poeti, i pittori, i mistici e i grandi filosofi hanno tutti accennato a questa verità. Mettiamo che un giorno io stia guardando un albero. Fino a questo momento, tutte le volte che vedevo un albero dicevo: «Be', è un albero» ma oggi, mentre guarda l'albero, non vedo un albero, non un albero, o almeno non vedo quel che sono abituato a vedere. Vedo qualcosa con la freschezza di un bambino. Non ho parole per esprimerlo. Vedo qualcosa di unico, intero, fluente, non frammentato. E sono colto dallo stupore. Se mi chiedeste: «Che cosa hai visto?», quale risposta pensate potrei darvi? Non ho parole per esprimerlo. Non ci sono parole che possano esprimere la realtà, perché nell'attimo stesso in cui attribuisco un nome a ciò che ho visto, si torna ai concetti. E se non posso esprimere la realtà che è percepibile con i miei sensi, come si può imprimere ciò che non è visibile all'occhio e percepibile all'orecchio? Come si può trovare una parola che esprima la realtà di Dio?

State iniziando a capire ciò che dicevano Tommaso d'Aquino, Agostino e tutti gli altri e ciò che insegna costantemente la Chiesa dicendo che Dio è mistero, incomprendibile alla mente umana? Il grande Karl Rahner scrisse una delle sue ultime lettere a un giovane tossicodipendente tedesco che gli aveva chiesto aiuto. Il tossicodipendente gli aveva scritto: «Voi teologi parlate di Dio, ma che importanza potrebbe avere, nella mia vita, questo Dio? Come potrebbe strapparmi alla droga, questo Dio?». Rahner gli rispose: «Devo confessarti in tutta onestà che per me Dio è ed è sempre stato un mistero assoluto. Io non capisco cosa sia Dio: nessuno può capirlo. Abbiamo dei segni, degli indizi. Facciamo dei tentativi incerti e inadeguati per esprimere in parole il

mistero. Ma non c'è parola né frase che lo possa esprimere». E parlando con un gruppo di teologi a Londra, Rahner disse: «Compito del teologo è spiegare tutto attraverso Dio, e spiegare Dio come l'inspiegabile». Mistero inspiegabile. Non lo si conosce, non lo si può spiegare.

Si dice: «Ah, ah...». Le parole sono indicatori, non descrizioni. Purtroppo, la gente cade nell'idolatria perché pensa che, quando si parla di Dio, la parola corrisponda alla cosa. Come si può essere tanto pazzi? Si può essere più pazzi di così? Persino quando si tratta di esseri umani, o di alberi e foglie e animali, la parola non corrisponde alla cosa. E si potrebbe forse dire che, riguardo a Dio, la parola è una cosa? Cosa state dicendo? Un esperto di Sacre Scritture, famoso a livello internazionale, partecipò a un mio corso a San Francisco, e mi disse: «Dio mio, dopo averti ascoltato, ho capito di essere stato un idolatra per tutta la mia vita!». Lo disse apertamente. «Non mi ero mai accorto di essere un idolatra. Il mio idolo non era fatto di legno o metallo: era un idolo mentale».

Questi sono gli idolatri più pericolosi. Usano un materiale estremamente raffinato per produrre il proprio idolo: la mente. Dove voglio arrivare? Alla consapevolezza della realtà che vi circonda. Consapevolezza significa guardare, osservare quel che si svolge dentro e intorno a voi. "Svolgersi" è l'espressione giusta: gli alberi, l'erba, i fiori, gli animali, le pietre, (tutta) la realtà si muove. La si osserva, la si guarda. Per l'essere umano è davvero essenziale non solo osservare se stesso, ma anche tutta la realtà circostante. Siete prigionieri dei vostri concetti? Volete scappare dalla vostra prigione? Allora (guardate), osservate, trascorrete ore a osservare. A guardare cosa? (Qualsiasi cosa). Il viso delle persone, la forma degli alberi, un uccello in volo, un mucchio di pietre, l'erba che cresce. Entrate

Messaggio per un'Aquila...

in contatto con le cose, guardatele. Forse riuscirete così a uscire da quei rigidi schemi che tutti noi abbiamo creato, da tutto ciò che i nostri pensieri e le nostre parole ci hanno imposto. Forse - speriamo - riusciremo a capire. Capire cosa? Questa cosa che abbiamo deciso di chiamare realtà, tutto ciò che va oltre le parole e i concetti. È un esercizio (spirituale) - connesso alla spiritualità - connesso alla liberazione dalla vostra gabbia, dalla prigione dei concetti e delle parole. Che tristezza, vivere tutta la vita senza riuscire a vederla con gli occhi di un bambino! Ciò non significa che dovrete perdere del tutto i vostri concetti: sono molto preziosi. Anche se iniziamo senza di essi, i concetti hanno una funzione molto positiva. Grazie a essi sviluppiamo la nostra intelligenza. Siamo invitati non a diventare bambini, ma a diventare come bambini. È indispensabile cadere dallo stadio dell'innocenza ed essere cacciati dal paradiso: dobbiamo tutti sviluppare un "io" e un "me" attraverso questi concetti.

Dopo, però, abbiamo bisogno di tornare in paradiso. Dobbiamo vivere la redenzione. Dobbiamo mettere da parte il vecchio uomo, la vecchia natura, il sé condizionato, e tornare allo stato del bambino ma senza essere bambini. Quando iniziamo, nella vita, guardiamo la realtà con stupore, ma non è lo stupore intelligente dei mistici: è lo stupore senza forma del bambino. Poi lo stupore muore e viene sostituito dalla noia, man mano che sviluppiamo il linguaggio, le parole e i concetti. Poi, forse, se siamo fortunati, torneremo di nuovo allo stupore.

- Le parole introvabili -

Dag Hammarskjöld, ex segretario generale delle Nazioni Unite, ha detto una frase molto bella: «Dio non muore il giorno

in cui smettiamo di credere in una divinità personale. Siamo invece noi a morire il giorno in cui la nostra vita cessa di essere illuminata dal fulgore costante dello stupore che si rinnova quotidianamente, la fonte del quale è al di là della ragione». Non dobbiamo litigare su una parola, perché «Dio» è solo una parola, un concetto. Non si litiga mai sulla realtà: si litiga sulle opinioni, sui concetti, sui giudizi. Abbandonate i vostri concetti, le vostre opinioni, i vostri pregiudizi, i vostri giudizi, e lo capirete. («Quia de Deo scire non possumus quid sit, sed quid non sit, non possumus considerare de Deo quomodo sit, sed quomodo non sit»). Questa è l'introduzione di san Tommaso d'Aquino alla sua intera (*Summa thologiae*): «Poiché non possiamo sapere cosa sia Dio, ma solo cosa non è, non possiamo considerare com'è Dio ma solo come non è». Ho già citato il commento di Tommaso al (*De Trinitate*) di Boezio, dove afferma che il grado più elevato della conoscenza di Dio è conoscere Dio in quanto sconosciuto, (*tamquam ignotum*). E nella sua (*Quaestio disputata De potentia Dei*), Tommaso dice: «Ecco l'ultimo approdo della conoscenza umana di Dio: sapere che non conosciamo Dio». Questo gentiluomo era considerato il principe dei teologi. Era un mistico e oggi è un santo canonizzato. Direi che le basi sono piuttosto solide. In India, c'è un detto sanscrito che descrive questo tipo di approccio: ("Neti, neti"). Significa: "quello no, quello no". Il metodo di Tommaso era conosciuto come la (*via negativa*), l'approccio negativo.

C.S. Lewis scrisse un diario mentre sua moglie stava morendo. È intitolato (*Diario di un dolore*). Aveva sposato una donna americana che amava profondamente. Ai suoi amici aveva detto: «Dio mi ha concesso, a sessant'anni, quello che mi aveva negato quando ne avevo venti». L'aveva appena sposata, quando lei morì di cancro, soffrendo molto. Lewis disse che la

Messaggio per un'Aquila...

sua fede si era sbriciolata come un castello di carte. Era un grande apologeta cristiano, ma quando la disgrazia lo colpì, si chiese: «Dio è un padre amorevole o pratica invece la vivisezione?». Ci sono ottime prove di entrambe le tesi! Ricordo che quando mia madre si ammalò di cancro, mia sorella mi disse: «Tony, perché Dio ha permesso che la mamma subisse tutto questo?». E io le risposi: «Mia cara, l'anno scorso, in Cina, un milione di persone sono morte di fame a causa della carestia e non mi hai mai posto questa domanda». Talvolta, la cosa migliore che ci possa capitare è che una disgrazia ci svegli, costringendoci ad affrontare la realtà, perché è in questo modo che raggiungiamo la fede, così com'è accaduto a Lewis.

Egli disse che non aveva mai avuto dubbi, prima di allora, sul fatto che le persone sopravvivessero alla morte, ma dopo quella della moglie non ne era più certo. Perché? Perché per lui era molto importante che lei visse. Lewis, come sapete, è un maestro nell'arte dei paragoni e delle analogie. Dice: «É come una corda. Qualcuno vi chiede: "Questa corda può sostenere il peso di centoventi libbre?". Voi rispondete di sì. "Bene, allora adesso ci appendiamo il tuo migliore amico". E voi: "Aspetta un attimo, fammela riprovare". Non siete più tanto sicuri». Nel suo diario, Lewis scrive anche che non possiamo sapere nulla di Dio e che persino le nostre domande su Dio sono assurde. Perché? É come se una persona cieca dalla nascita vi chiedesse: «Il colore verde è caldo o freddo?». (Neti, neti). Quello no. «É lungo o corto?». Quello no. «É dolce o amaro?». Quello no. «É tondo, ovale o quadrato?». Quello no, quello no. Il cieco non ha parole né concetti che rappresentino un colore di cui non ha idea, né intuizione, né esperienza. Gli potete parlare solo per mezzo di analogie. Qualsiasi domanda vi ponga, potete solo rispondere: «Quello no». C.S. Lewis dice in qualche suo scritto che è come chiedere quanti minuti ci sono nel colore giallo.

Tutti potrebbero prendere la domanda molto sul serio, discutendola anche con molto calore. Una persona afferma che nel colore giallo ci sono venticinque carote e l'altra grida: «No, diciassette patate!». Ed ecco che improvvisamente si mettono a litigare. Quello no, quello no!

Ecco qual è l'ultimo approdo della conoscenza umana di Dio: sapere che non sappiamo. La nostra grande tragedia è che sappiamo troppo. Pensiamo di sapere: questa è la tragedia. E dunque, non scopriamo mai. In effetti, Tommaso d'Aquino (che non è soltanto un teologo ma anche un grande filosofo) afferma in più occasioni: «Neppure tutti gli sforzi della mente umana riuscirebbero a descrivere l'essenza di una sola mosca».

- Condizionamento culturale -

Ancora qualche osservazione sulle parole. Vi ho detto prima che le parole sono limitate, ma ho qualcosa da aggiungere. Esistono parole che non corrispondono a (niente). Per esempio, io sono indiano. Ora, supponiamo che sia prigioniero di guerra in Pakistan, e i pakistani mi dicano: «Bene, oggi ti porteremo alla frontiera, per farti dare un'occhiata al tuo paese». Così, mi portano alla frontiera, io guardo al di là del confine e penso: «Oh, il mio paese, il mio magnifico paese. Vedo dei villaggi, degli alberi, delle colline. Questo è il mio paese natale!». Dopo un po' una delle guardie mi dice: «Scusa, abbiamo fatto un errore. Dobbiamo spostarci di altre dieci miglia». A cosa stavo reagendo io? A niente. Mi concentravo su una sola parola: India. Ma gli alberi non sono l'India: gli alberi sono alberi. In effetti, non esistono confini né frontiere: sono stati posti in essere dalla mente umana, per lo più da politici avidi e stupidi. Il mio paese, una volta, era uno solo: adesso sono diventati

Messaggio per un'Aquila...

quattro. Se non stiamo attenti, potrebbero diventare sei. Allora avremmo sei bandiere, sei eserciti. Per questo non mi vedrete mai fare il saluto a una bandiera. Io aborrisco tutte le bandiere nazionali perché sono idoli. A cosa facciamo il saluto? Io saluto l'umanità, non una bandiera circondata da un esercito. Le bandiere sono nella testa della gente. In ogni caso, nel nostro vocabolario esistono migliaia di termini che non corrispondono affatto alla realtà. Ma quante emozioni suscitano in noi! E così, iniziamo a vedere delle cose che non ci sono. (Vediamo) sul serio delle montagne indiane quando non esistono e vediamo davvero delle persone indiane, anch'esse inesistenti. Il vostro condizionamento americano esiste. Il mio condizionamento indiano esiste. Ma non è una circostanza molto felice. Al giorno d'oggi, nei paesi del Terzo Mondo, si parla spesso di "inculturazione". Cos'è questa cosa definita cultura? La parola non mi soddisfa gran che.

Significa forse che a uno piacerebbe fare qualcosa perché è stato condizionato a farlo? Che a uno piacerebbe provare qualcosa perché è stato condizionato a provarlo? Non si tratta forse di comportamenti meccanici? Provate a pensare a un bimbo americano adottato da una coppia russa e portato in Russia. Non ha idea di essere nato americano. Viene allevato parlando russo; vive e muore per la grande Madre Russia; odia gli americani. Il bambino ha ricevuto l'impronta della sua cultura; è impregnato di letteratura russa. Guarda al mondo attraverso gli occhi della sua cultura. Ora, se volete indossare la vostra cultura come indossate i vostri abiti, benissimo. La donna indiana porterà un sari è l'americana qualcosa di diverso, quella giapponese indosserà un Kimono. Ma nessuno si identifica coi propri abiti. Eppure voi volete portare la vostra cultura con maggiore evidenza. Diventate orgogliosi della vostra cultura. Vi si insegna a esserne orgogliosi. Vorrei

esprimere quest'idea con la maggior efficacia possibile. C'è un mio amico gesuita che un giorno mi ha detto: «Ogni volta che vedo un mendicante o un povero, non posso trattenermi dal fargli l'elemosina. Ho ereditato quest'abitudine da mia madre». Sua madre offriva un pasto a chiunque passasse dalle parti di casa sua. Io gli dissi: «Joe, la tua non è virtù: si tratta di un comportamento coercitivo, che senz'altro, dal punto di vista del mendicante, è positivo, ma rimane pur sempre un comportamento coercitivo». Ricordo un altro gesuita che una volta, in una riunione ristretta tra gli appartenenti alla nostra congregazione gesuita a Bombay, disse: «Ho ottant'anni; sono gesuita da sessantacinque. Non ho mai saltato la mia ora di meditazione - mai una volta». Ora, la cosa (potrebbe) essere ammirevole, ma potrebbe anche essere una pulsione coercitiva. Non è un gran merito, se si tratta di un'azione meccanica. La bellezza di un'azione non deriva dal suo essere diventata un'abitudine, ma dalla sua sensibilità, coscienza, chiarezza di percezione e precisione di risposta. Io posso dire di sì a un mendicante e no a un altro. Non sono costretto a un comportamento prefissato da alcun condizionamento né programmazione derivanti dalle mie esperienze passate o dalla mia cultura. Nessuno ha impresso un'impronta su di me, o se qualcuno l'ha fatto, non reagisco più sulla base di quell'impronta. Se si ha un'esperienza negativa con un americano, o si viene morsi da un cane, o si sta male a causa di un dato cibo, per il resto della propria vita si rimane influenzati da quell'esperienza. Ed è una pessima cosa!

Bisogna liberarsi di queste esperienze. Non portatevi dietro il fardello delle esperienze negative passate. Anzi, nemmeno di quelle positive! Imparate cosa significa vivere un'esperienza pienamente, poi lasciatela cadere e passate al momento successivo, senza subire l'influenza di ciò che è appena

Messaggio per un'Aquila...

accaduto. Viaggereste con un bagaglio talmente leggero che passereste attraverso la cruna di un ago. Sapreste cosa significa la vita eterna, perché la vita eterna è adesso, nell'attimo presente senza tempo. Solo così accederete alla vita eterna. Ma quante cose ci portiamo appresso! Non affrontiamo mai il compito di liberarci, di abbandonare il bagaglio, di essere noi stessi. Mi dispiace dire che, dovunque vada, incontro dei musulmani che usano la loro religione, il loro culto e il loro Corano per allontanarsi da questo compito. E lo stesso vale per gli induisti e i cristiani. Riuscite a immaginarvi un essere umano che non sia più influenzato dalle parole? Gli si potranno gettare in faccia tutte le parole che si vuole, ma lui continuerà a comportarsi in modo equanime. Gli potrete dire: «Sono il cardinale arcivescovo Tizio Caio», ma lui continuerà a comportarsi come se niente fosse: vi vedrà per quello che siete. Non sarà influenzato dalle etichette.

- Realtà filtrata -

Voglio fare un'altra osservazione riguardo alla nostra percezione della realtà. Ve la propongo sotto forma di analogia. Il presidente degli Stati Uniti deve riuscire a mantenersi in contatto con i suoi cittadini. Il Papa, a Roma, deve mantenersi in contatto con l'intera Chiesa. Naturalmente, i messaggi che dovrebbero pervenire loro sono milioni, ma è ovvio che non sono in grado di riceverli tutti - e tanto meno rielaborarli personalmente. Hanno quindi intorno a sé delle persone di fiducia che redigono dei riassunti, rielaborano il materiale, lo controllano, lo filtrano; e, alla fine, qualcosa arriva sulla loro scrivania. Ebbene, è proprio quel che accade a noi. Attraverso ogni poro o cellula vivente del nostro corpo e attraverso tutti i

nostri sensi, siamo in contatto con la realtà, ma non facciamo altro che filtrare le cose. Chi esegue quest'operazione? Il nostro condizionamento? La nostra cultura? La nostra programmazione? Il modo in cui ci è stato insegnato a guardare e vivere le esperienze? Anche il nostro linguaggio può essere un filtro. Viene tutto filtrato talmente tanto che talvolta non vediamo delle cose che sono davanti al nostro naso. Basta dare un'occhiata a un paranoico: si sente costantemente minacciato da qualcosa che non c'è, interpreta sempre la realtà in termini di certe esperienze trascorse o dei condizionamenti che ha subito.

Ma c'è anche un altro demone responsabile di questa filtrazione. Si chiama attaccamento, desiderio, bramosia. La radice del dolore è la bramosia. La bramosia distorce e distrugge la percezione. Le paure e i desideri ci perseguitano. Samuel Johnson ha detto: «La consapevolezza di pendere da una forca prima che sia trascorsa una settimana fa concentrare meravigliosamente la mente di un uomo». Si cancella tutto il resto e ci si concentra unicamente sulla paura, o sul desiderio, o sulla bramosia. Quando eravamo giovani, siamo stati drogati in molti modi. Siamo stati educati ad aver bisogno delle persone. Per che cosa? Per essere accettati, approvati, apprezzati, applauditi - per quello che definivo successo. Ma queste sono parole che non corrispondono alla realtà. Cos'è il successo? È quello che a giudizio di un certo gruppo è una cosa positiva. Ma un altro gruppo potrebbe decidere che la stessa cosa è negativa. Ciò che è bene a Washington potrebbe essere considerato male in un monastero certosino. Il successo, in una cerchia politica, potrebbe essere considerato fallimento in altre cerchie. Sono tutte convenzioni, eppure le trattiamo come se fossero la realtà stessa, non è vero? Quando eravamo giovani, eravamo programmati per l'infelicità. Ci insegnavano che per essere felici bisogna avere denaro, successo, un partner di

Messaggio per un'Aquila...

bell'aspetto, un buon lavoro, amicizia, spiritualità, Dio, e chi più ne ha più ne metta. Se non avrete queste cose, ci dicevano, non potrete essere felici. Ora, questo io lo definisco un vincolo. Un vincolo è per me la convinzione che senza qualcosa non si possa essere felici. Una volta che si è convinti di questo - e la cosa penetra nel nostro subcosciente, fissandosi nelle radici del nostro essere si è finiti. «Come potrei essere felice, senza la salute?» ribattete voi. Ma vi dirò una cosa. Ho conosciuto persone che stavano morendo di cancro ed erano felici. Ma come potevano essere felici sapendo che sarebbero morte? Eppure lo erano. «Come potrei essere felice senza denaro?» Una persona ha un milione di dollari in banca, e si sente insicuro; un'altra, praticamente non ha soldi, ma non appare affatto insicura. È stata programmata in modo diverso, ecco tutto. È inutile dare suggerimenti alla prima persona su cosa fare: ha bisogno di capire. I suggerimenti non sono di grande aiuto. È necessario capire che si è stati programmati, che si tratta di una convinzione falsa. Bisogna riuscire a vederla come una falsità, come una fantasia.

Come fa la gente per tutta la vita? Combatte; non fa altro che combattere. È quella che viene definita sopravvivenza. Quando l'americano medio dice che tira a campare, non è affatto vero! Ha molto di più di ciò che gli serve per campare. Venite a visitare il mio paese e ve ne accorgete. Non sono necessarie tutte quelle auto per campare, e nemmeno un televisore, e il trucco per il viso. Non c'è bisogno di tanti vestiti. Ma provate a convincere l'americano medio di ciò che sto dicendo. Ha subito un lavaggio del cervello: è stato programmato. E così, gli americani medi lavorano e combattono per ottenere quell'oggetto del desiderio che li renderà felici. Ascoltate questa storia patetica - la vostra storia, la mia, quella di tutti: «Finché non avrò quest'oggetto (denaro,

amicizia, qualsiasi cosa) non sarò felice. Devo combattere per ottenerlo e una volta che l'avrò dovrò combattere per tenerlo. Sarà molto emozionante, per un po'. Oh, sono così emozionato, ce l'ho!» Ma quanto dura? Qualche minuto, qualche giorno al più. Quando finalmente avete la vostra auto nuova di zecca, quanto dura l'emozione? Fino a quando non verrà minacciato il vostro prossimo vincolo. La verità, quando si parla di emozioni, è che dopo un po' ci si stanca di un'emozione. Mi dicevano che la (preghiera) era la cosa più importante; mi dicevano che (Dio) era la cosa più importante; mi dicevano l'(amicizia) era la cosa più importante. E non sapendo cosa fosse in realtà la preghiera, cosa fosse Dio, cosa fosse l'amicizia, ne traevo grandi benefici. Ma dopo un po' sopravviveva la noia - la noia della preghiera, di Dio, dell'amicizia. Non è patetico? E non c'è via d'uscita, semplicemente, non c'è via d'uscita. Era l'unico modello che ci veniva offerto: essere felici. Non ci veniva fornito altro modello. La nostra cultura, la nostra società e - mi dispiace dirlo - la nostra religione non ci davano altri modelli. Uno viene ordinato cardinale. Che grande onore! Onore? Avete detto onore? No, è la parola sbagliata. Adesso altri aspireranno alla stessa carica. Siete caduti in quello che nel vangelo viene definito "il mondo" e perderete la vostra anima. Il mondo, il potere, il prestigio, la vittoria, il successo, l'onore e così via sono cose che non esistono. Si guadagna il mondo ma si perde l'anima. La vostra intera vita è stata vuota e priva di anima. Non c'è niente.

Esiste una sola via d'uscita, ed è quella di venire deprogrammati! E come si fa? Si diventa consapevoli del fatto che si è programmati. Non si può cambiare con uno sforzo di volontà; non si può cambiare attraverso degli ideali; non si può cambiare assumendo nuove abitudini. Il comportamento

Messaggio per un'Aquila...

magari cambierebbe, ma voi no. L'unico mezzo per cambiare è la consapevolezza, la comprensione. Quando vedete una pietra in un pietra e un pezzo di carta in un pezzo di carta, non pensate più che la pietra sia un prezioso diamante e che il pezzo di carta sia un assegno da un miliardo di dollari. Quando lo (capite), cambiate. Nel vostro tentativo di cambiare non c'è più violenza. Altrimenti, quello che definite cambiamento non è altro che un tentativo di risistemare i mobili. Il comportamento è cambiato, ma non siete cambiati (voi).

- Svincolarsi -

L'unico modo per cambiare è modificare il proprio modo di capire le cose. Ma cosa significa capire? Come ci si deve comportare? Osservate come siamo schiavi dei diversi vincoli; tentiamo disperatamente di riorganizzare il mondo in modo da poterli mantenere, perché il mondo li minaccia costantemente. Temo che un amico smetta di volermi bene: potrebbe scegliere qualcun altro al mio posto. Devo continuare a rendermi interessante per tenerlo vincolato a me. Qualcuno mi ha convinto, con un lavaggio del cervello, che ho bisogno del suo amore. In realtà, però, non è così. Non ho bisogno dell'amore di alcuno: ho solo bisogno di entrare in contatto con la realtà. Ho bisogno di uscire da questa mia prigione, da questa programmazione, da questo condizionamento, da queste false convinzioni, da queste fantasie. Ho bisogno di tuffarmi nella realtà. La realtà è splendida, è deliziosa. La vita eterna è adesso. Non siamo circondati, come un pesce nell'oceano, ma non ce ne accorgiamo. Siamo troppo occupati da questo vincolo. Per un po', il mondo si riorganizza per assecondare il nostro vincolo, e così noi diciamo: «Bene, benissimo! Ha vinto

la mia squadra!». Un attimo, però: le cose cambieranno: domani sarai depresso. Perché continuiamo a comportarci in questo modo? Eseguite questo semplice esercizio per qualche minuto: pensate a qualcosa o qualcuno a cui siete vincolati; in altre parole, qualcosa o qualcuno senza di cui pensate di non poter essere felici. Potrebbe trattarsi del vostro lavoro, della vostra carriera, della vostra professione, di un amico, del denaro, di qualsiasi cosa. Dite a quest'oggetto o a questa persona: «In realtà, non ho bisogno di te per essere felice. Mi sto solo ingannando con la convinzione che senza di te per la mia felicità. Posso essere felice senza di te. Non sei tu a rappresentare la mia felicità, la mia gioia». Se l'oggetto del vostro vincolo è una persona, non sarà molto contenta di sentirvi dire queste frasi, ma procedete lo stesso. Le potete pronunciare nel segreto del vostro cuore. In ogni caso, entrerete in contatto con la verità; demolirete una fantasia. La felicità è uno stato di non-illusione, di disillusione.

Oppure potreste provare un altro esercizio: pensate a un'occasione in cui avevate il cuore spezzato ed eravate convinti che non avreste mai più potuto essere felici (era morto vostro marito, era morta vostra moglie, il vostro miglior amico vi aveva abbandonato, avevate perso tutto il vostro denaro). Cos'è accaduto? Il tempo è trascorso e siete riusciti a scegliere un altro oggetto a cui vincolarvi, o a trovare qualcun altro verso cui vi sentivate attratti: che cosa ne è stato del vecchio vincolo? Non ne avevate realmente bisogno per essere felici, non è vero? Avrebbe dovuto servirvi da lezione, ma non impariamo mai. Siamo programmati, siamo condizionati. Com'è liberatorio non dipendere emotivamente da niente! Se poteste, per una frazione di secondo, provare quest'esperienza, spalanchereste la vostra prigionia e riuscireste a cogliere uno sprazzo di cielo. Un giorno, forse, potreste anche volare. Avevo

Messaggio per un'Aquila...

paura a dire queste cose, ma ho parlato con Dio e Gli ho detto che non ho bisogno di Lui. La mia reazione iniziale è stata: «Questo è l'esatto contrario di tutto ciò che mi è stato insegnato». Ora, alcuni vogliono fare un'eccezione per il loro vincolo con Dio, e dicono: «Se Dio è quel Dio che io penso dovrebbe essere, non Gli piacerà che io rinunci al vincolo che mi lega a Lui». E va bene: se pensate che, senza Dio, non potrete essere felici, allora questo Dio a cui pensate non ha niente a che fare con il Dio reale. Voi pensate a una condizione di sogno; pensate al vostro concetto di Dio. Talvolta bisogna liberarsi di "Dio" per trovare Dio. Ce lo confermano molti mistici. Siamo talmente accecati da tante cose che non abbiamo scoperto la verità fondamentale: i vincoli danneggiano i rapporti più di quanto non li favoriscano.

Ricordo il mio timore nel dire a un mio amico: «In realtà non ho bisogno di te. Posso essere perfettamente felice senza di te. E dicendotelo mi accorgo di poter godere fino in fondo della tua compagnia - niente più ansie, niente più gelosie, niente più possessività, niente più abbarbicamenti. È bellissimo stare con te, quando godo della tua presenza sulla base di un rapporto non basato sull'abbarbicamento. Tu sei libero, e lo sono anch'io». Ma per molti di voi sono certo che queste parole suonano come una lingua straniera. Mi ci sono voluti molti, molti mesi per capire queste cose pienamente, e ricordatevi: io sono un gesuita, i cui esercizi spirituali riguardano tutti esattamente questo, sebbene io non me ne fossi accorto perché la mia cultura e la mia società in generale mi avevano insegnato a vedere le persone in termini di vincoli. Mi diverte, talvolta, vedere persone anche apparentemente obiettive, come i terapeuti e i direttori spirituali, dire di qualcuno: «È un tipo in gamba, davvero, mi piace moltissimo». Poco dopo, mi accorgo che lui mi piace perché io gli piaccio. Guardo dentro di me e

vedo riaffiorare la solita cosa: se siete attaccati all'apprezzamento e alla lode, vedete le persone alla luce della minaccia o del nutrimento che rappresentano per il vostro vincolo. Se siete dei politici, e volete essere eletti, come credete che guarderete alla gente, come verrà pilotato il vostro interesse nei confronti della gente? Vi preoccuperete della persona che vi darà il voto. Se ciò che vi interessa è il sesso, come credete che guarderete alle donne e agli uomini? Se siete vincolati al potere, questo fatto caratterizzerà il vostro modo di vedere le persone. Un vincolo distrugge la vostra capacità di amare. Cos'è l'amore? Amore è sensibilità, amore è coscienza. Per farvi un esempio: ascolto una sinfonia, ma se non ascolto altro che il suono della batteria non sento la sinfonia. Cos'è un cuore pieno d'amore? Un cuore pieno d'amore è sensibile alla vita (intera), a (tutte) le persone; un cuore pieno d'amore non s'indurisce di fronte a niente e nessuno. Ma nel momento in cui voi divenite vincolati nel senso che io attribuisco al termine, allora lasciate fuori tutta una serie di cose. Avete occhi solo per l'oggetto del vostro vincolo; avete orecchi solo per la batteria; il cuore si è indurito. Anzi, è cieco, perché non vede più obiettivamente l'oggetto del suo vincolo. L'amore comporta chiarezza di percezione, obiettività. Nulla ha la vista più acuta dell'amore.

- L'amore che induce all'assuefazione -

Il cuore innamorato resta morbido e sensibile. Ma quando si vuole assolutamente ottenere una determinata cosa o un'altra, si diventa spietati, duri, insensibili. Come si possono amare le persone quando si ha bisogno di loro? Le si possono soltanto usare. Se io ho bisogno di te per essere felice, ti devo usare, ti

Messaggio per un'Aquila...

devo manipolare, devo trovare mezzi e sistemi per conquistarti. Non ti posso lasciare libero. Posso amare realmente le persone soltanto dopo aver svuotato la mia vita delle persone. Quando il mio bisogno di persone si spegne, allora mi trovo nel bel mezzo del deserto. All'inizio si prova una sensazione terribile, di abbandono, ma se si riesce a sopportarla per un po', si scopre all'improvviso che non è affatto abbandono. È solitudine, è essere soli, e il deserto inizia a fiorire. Allora, finalmente, scoprirete cos'è l'amore, cos'è Dio, cos'è la realtà. Ma all'inizio rinunciare alla droga può essere difficile, a meno che si sia dotati di una grande capacità di comprendere o che si sia sofferto a sufficienza. È un'ottima cosa, l'aver sofferto: solo in questo caso si può essere esasperati dalla sofferenza. Si può usare la sofferenza per smettere di soffrire. La maggior parte della gente, invece, continua semplicemente a soffrire. Questo spiega il conflitto che vivo talvolta tra il ruolo di direttore spirituale e quello di psicoterapeuta.

Un terapeuta dice: «Cerchiamo di alleviare la sofferenza». Il direttore spirituale dice: «Lasciamo che questa donna soffra: a un certo punto sarà esasperata di questo modo di rapportarsi alle persone e alla fine deciderà di uscire dalla sua prigione di dipendenza emotiva dagli altri». È meglio offrire un palliativo o asportare un cancro? Non è facile decidere. Una persona sbatte disgustata un libro sul tavolo. Lasciamo che continui a sbatterlo. Non raccogliete il libro al suo posto dicendogli che va tutto bene. La spiritualità è consapevolezza, consapevolezza, consapevolezza, consapevolezza, consapevolezza, consapevolezza. Quando vostra madre si arrabbiava con voi, non diceva che in lei c'era qualcosa che non andava, ma che c'era in (voi) qualcosa che non andava, altrimenti non si sarebbe arrabbiata. Ebbene, ho fatto una grande scoperta: se (tu) sei arrabbiata, mamma, c'è qualcosa che non va in (te).

Quindi, sarebbe meglio che affrontassi la (tua) collera. Tientela e affrontala. Non è mia. Se c'è qualcosa che non va in me o meno, lo valuterò a prescindere dalla tua collera. Non ne sarò influenzato. La cosa buffa è che quando riesco ad agire in questo modo senza provare alcun sentimento negativo nei confronti di un altro, riesco a essere piuttosto obiettivo anche nei confronti di me stesso. Solo una persona molto consapevole può rifiutarsi di raccogliere il senso di colpa e la collera, e può dire: «Ti è venuto un accesso d'ira. Peccato. Non provo il minimo desiderio di salvarti di nuovo, e mi rifiuto di sentirmi colpevole».

Non ho intenzione di odiarmi per qualcosa che ho fatto. Il senso di colpa è proprio questo. Non mi voglio sentire male, né rimproverarmi per qualcosa che ho fatto, (giusto o sbagliato) che fosse. Sono pronto ad analizzarlo, a osservarlo e dire: «Ebbene, ho fatto male, l'ho fatto in modo inconsapevole». Nessuno agisce male (consapevolmente). Ecco perché i teologi ci dicono in modo splendido che Gesù non poteva fare alcun male. La cosa mi sembra più che ragionevole, perché la persona illuminata non può fare alcun male. La persona illuminata è libera. Gesù era libero, e poiché era libero non poteva fare alcun male. Ma poiché voi (potete) fare del male, non siete liberi.

- Ancora parole -

Mark Twain ha espresso molto bene il concetto scrivendo: «Faceva talmente freddo che se il termometro fosse stato più lungo di due centimetri saremmo morti congelati». Noi moriamo davvero congelati a causa delle parole. Non è il freddo che c'è fuori che conta, ma il termometro. Non è la

Messaggio per un'Aquila...

realtà che conta, ma quel che diciamo a noi stessi riguardo alla realtà. Mi è stata raccontata una storiella interessante su un agricoltore finlandese. Quando si stava tracciando il confine russo-finnico, l'agricoltore doveva decidere se preferiva stare in Russia o in Finlandia. Dopo lungo tempo, decise che preferiva stare in Finlandia, ma non voleva offendere gli ufficiali russi. Questi vennero a fargli visita, e vollero sapere perché voleva stare in Finlandia. Il contadino rispose: «È sempre stato mio desiderio vivere nella Grande Madre Russia, ma credo che alla mia età non sopravviverei a un altro inverno russo». La Russia e la Finlandia sono solo parole, concetti, ma non per gli esseri umani, per i folli esseri umani. Non guardiamo quasi mai la realtà. Un guru, una volta, stava tentando di spiegare a una folla il modo in cui gli esseri umani reagiscono alle parole, si nutrono di parole piuttosto che di realtà. Uno degli uomini si alzò e protestò, dicendo: «Non sono d'accordo sul fatto che le parole abbiano un effetto di questa portata su di noi». Il guru rispose: «Siediti, figlio di puttana». L'uomo divenne livido di rabbia e disse: «Tu ti definisci una persona illuminata, un guru, un maestro, ma dovresti vergognarti di te stesso». Il guru allora rispose: «Perdonami, mi sono lasciato trasportare. Non volevo. Chiedo scusa».

L'uomo si calmò. Allora il guru disse: «Sono bastate poche parole per scatenare una tempesta dentro di te; e ne sono bastate poche altre per farti calmare nuovamente, non è vero?». Parole, parole, parole, parole: quanto possono imprigionarci, se non sono usate correttamente!

- Programmi nascosti -

C'è una differenza tra conoscenza e consapevolezza, tra informazione e consapevolezza. Vi ho appena detto che non si

può fare del male nella consapevolezza. Si può invece fare del male nella conoscenza o nell'informazione, quando si sa che qualcosa è male. «Padre, perdona loro, perché non sanno quello che fanno». Io lo tradurrei così: «Non sono (consapevoli) di quello che fanno». Paolo dice di essere il più grande dei peccatori perché ha perseguitato la Chiesa di Cristo, ma aggiunge: «l'ho fatto inconsapevolmente». Se quegli uomini fossero stati (consapevoli) del fatto che stavano crocifiggendo il Signore della Gloria, non l'avrebbero mai fatto. Oppure: «Verrà il giorno in cui perseguiteranno voi, pensando di fare un servizio a Dio». Non sono consapevoli. Sono impigliati nella conoscenza e nell'informazione. Tommaso d'Aquino l'ha spiegato bene, dicendo: «Ogni volta che qualcuno pecca, lo fa mascherando il peccato da buona azione». Queste persona accecano se stesse: vedono qualcosa come un bene anche se sanno che è male, razionalizzano perché stanno cercando con il pretesto del bene.

Una donna mi presentò una volta due situazioni in cui trovava difficile essere consapevole. Lavorava in un'azienda che forniva servizi, dove molte persone stavano in fila e molti telefoni, squillavano; era sola e si sentiva continuamente disturbata da un sacco di persone nervose e arrabbiate. Trovava esternamente difficile mantenere la calma e la serenità. L'altra situazione si verificava quando si trovava a guidare nel traffico, con i clacson che suonavano e le persone che gridavano insulti di ogni tipo. Mi chiese se prima o poi il nervosismo avrebbe potuto scomparire, lasciandola finalmente in pace. Avete individuato il suo vincolo? Pace. Il suo vincolo alla pace e alla calma. In pratica, stava dicendo: «Se non sono in pace, non posso essere felice». Vi è mai balenato alla mente che si può essere felici pur essendo in (tensione)? Prima dell'illuminazione, ero depresso, dopo l'illuminazione, continuo

Messaggio per un'Aquila...

a essere depresso. Non bisogna fare del rilassamento e della sensibilità uno scopo. Avete mai sentito parlare delle persone che diventano tese tentando di rilassarsi? Se si è tesi, si osserva semplicemente la propria tensione. Non capirete mai voi stessi se cercate di cambiarvi. Più si tenta di cambiare, peggio è. Siete stati chiamati alla consapevolezza. E allora afferrate la sensazione di quel telefono che squilla; afferrate la sensazione dei vostri nervi a fior di pelle; afferrate la sensazione del volante dell'auto. In altre parole, venite incontro alla realtà e lasciate che la tensione o la calma si occupino di se stesse. In effetti, dovrete lasciarle fare, perché sarete troppo occupati dal fatto di entrare in contatto con la realtà. Passo dopo passo, lasciate accadere qualsiasi cosa accada.

Il vero cambiamento si verificherà quando sarà il momento, non stabilito dal vostro ego, ma dalla realtà. La consapevolezza permette alla realtà di cambiarvi. Nella consapevolezza si cambia, ma bisogna provare quest'esperienza. Per ora, mi credete sulla parola. Forse avete anche in mente un piano per diventare consapevoli. Il vostro ego, nella sua abilità, sta tentando di spingervi verso la consapevolezza. Attenti! Dovrete affrontare delle resistenze, ci saranno dei problemi. Quando si è ansiosi di essere sempre consapevoli, si riesce a individuare se si è realmente svegli o no. Questo fa parte dell'(ascetismo), non della consapevolezza. Suona strano, in una cultura nella quale siamo stati allenati a raggiungere degli obiettivi, ad arrivare a una meta, ma in realtà non c'è una meta da raggiungere perché siamo già arrivati. I giapponesi esprimono quest'idea in modo piacevole: «Il giorno in cui smetterai di viaggiare, sarai arrivato». Il vostro atteggiamento dovrebbe essere questo: «Voglio essere consapevole, voglio entrare in contatto con tutto ciò che esiste e lasciar accadere qualsiasi cosa accada; se sono sveglio, bene, e se sono addormentato, bene lo stesso». Nel

momento in cui lo si pone come scopo e si cerca di (raggiungerlo), si cerca la glorificazione dell'ego, la promozione dell'ego. Si vuole provare la bella sensazione di (avercela fatta). Quando "ce l'avrete fatta" davvero, non lo saprete. La vostra mano sinistra non saprà cosa fa la vostra mano destra. «Signore, quando l'abbiamo fatto? Non eravamo consapevoli». La carità non è mai tanto bella come quando si è inconsapevoli che si sta facendo la carità. «Vuoi dire che ti ho aiutato? Io veramente mi stavo divertendo. Stavo solo ballando la mia danza. Ti ho aiutato, benissimo. Congratulazioni a te, ma io non ho meriti». Quando si arriva a questo punto, quando si è consapevoli, si sarà sempre meno preoccupati di etichette come "sveglio" o "addormentato". Una delle mie difficoltà, qui, è suscitare la vostra curiosità ma non la vostra avidità spirituale. Svegliamoci, sarà meraviglioso. Dopo un po', non avrà più importanza: si è consapevoli perché si vive. La vita inconsapevole non è degna di essere vissuta. E lascerete che il dolore si occupi di se stesso.

- Rinunciare -

Più si tenta di cambiare, più le cose possono peggiorare. Significa allora che un certo livello di passività è accettabile? Sì: più si resiste a qualcosa, più potere si dà a quella cosa. Penso che questo sia il significato delle parole di Gesù: «Quando qualcuno ti colpisce sulla guancia destra, porgigli la sinistra». Si dà sempre potere ai demoni che si combattono. Ciò è molto orientale. Ma se si procede con il nemico, lo si sconfigge. Come si può affrontare il male? Non combattendolo ma comprendendolo. Nella comprensione, il male scompare. Come si affrontano le tenebre? Non con i pugni. Non si

Messaggio per un'Aquila...

possono cacciare le tenebre dalla stanza con la scopa: si accende la luce. Più si combattono le tenebre, più diventano reali, più si diventa esausti. Ma quando si accende la luce della consapevolezza, le tenebre svaniscono. Mettiamo che questo pezzo di carta sia un assegno da un miliardo di dollari. Ah, devo rinunciare a esso, dice il Vangelo, devo rinunciare se voglio ottenere la vita eterna. Si vuole dunque sostituire un'avidità - un'avidità spirituale - a quella materiale? Prima, avevi un ego mondano e ora ne hai uno spirituale, ma hai sempre un ego, più raffinato e più difficile da gestire. Quando si rinuncia a qualcosa, vi si resta legati. Ma se, invece di rinunciarvi, la guardo e dico: «Ehi, ma questo non è un assegno da un miliardo di dollari, è un pezzo di carta!», non c'è niente da combattere, niente a cui rinunciare.

- Mine assortite -

Nel mio paese, molti uomini crescono nella convinzione che le donne siano bestiame. «L'ho sposata» dicono. «È mia proprietà». Sono da biasimare, questi uomini? Preparatevi a una sorpresa: non lo sono. Nello stesso modo in cui altrettanti americani non sono da biasimare per il modo in cui vedono i russi. Semplicemente, i loro occhiali, o la loro percezione, sono stati tinti di un certo colore, e quel colore è il filtro attraverso cui guardano al mondo. Cosa ci vuole per renderli reali, per renderli consapevoli che guardano il mondo attraverso degli occhiali colorati? Non ci sarà salvezza finché non si saranno accorti di questo pregiudizio fondamentale. Non appena si guarda al mondo attraverso il filtro di un'ideologia, si è finiti. Nessuna realtà si adatta a un'ideologia. La vita va oltre. Ecco perché la gente è sempre in cerca di un significato della propria

vita. Ma la vita non ha significato: non può avere significato perché il significato è una formula; il significato è qualcosa che alla mente appare razionale. Ogni volta che si razionalizza la realtà, ci si imbatte in qualcosa che distrugge la razionalità che ci si era creati. Il significato si trova soltanto quando si va oltre il significato. La vita ha un senso solo quando la si percepisce come un mistero che non ha senso per la mente concettualizzata. Non dico che il culto non abbia importanza, ma affermo che il dubbio è infinitamente più importante del culto. Dappertutto, la gente è in cerca di oggetti da adorare, ma non trovo persone sufficientemente sveglie nel proprio atteggiamento e nelle proprie convinzioni. Come saremmo felici se i terroristi adorassero meno la propria ideologia e facessero più domande!

Tuttavia, non ci piace applicare lo stesso ragionamento a noi stessi: pensiamo di essere a posto, che siano i terroristi ad avere torto. Ma quello che per voi è un terrorista, è un martire per l'altra fazione. L'isolamento è quando si sente la mancanza della gente, la solitudine è quando ci si diverte. Ricordate quella battuta di George Bernard Shaw? Si trovava a uno di quei terribili cocktail in cui non si dice niente. Qualcuno gli chiese se si stava divertendo. Ed egli rispose: «É l'unica cosa che mi diverte, qui dentro». La presenza degli altri non diverte mai, quando si è loro schiavi. La comunità non è formata da una serie di schiavi, da gente che esige che gli altri la facciano felice. La comunità è formata da imperatori e principesse. Siete imperatori, non mendicanti; siete principesse, non mendicanti. In una vera comunità non c'è spazio per il piattino delle elemosine. Non c'è abbarbicamento, ansia, timore, ubriacatura, possessività, richieste. La gente libera, non gli schiavi, formano una comunità. É una verità semplicissima, ma è stata cancellata da un'intera cultura, compresa quella religiosa. La cultura

Messaggio per un'Aquila...

religiosa può essere molto manipolatrice, se non si sta attenti. Alcuni vedono la consapevolezza come un apice, un altipiano, che si trova (al di là) dell'esperienza di ogni attimo per come è. Ma ciò significa fare della consapevolezza uno scopo. Con la vera consapevolezza, invece, non c'è meta da raggiungere, né scopo da ottenere. Come si arriva a questa consapevolezza? Attraverso la consapevolezza. Quando le persone dicono di voler davvero gustare ogni momento, in realtà stanno parlando di consapevolezza, se non fosse per quel "volere". Non si vuole provare consapevolezza: o la si prova o non la si prova. Un mio amico è appena stato in Irlanda. Mi ha riferito che, sebbene lui sia cittadino americano, ha diritto a un passaporto irlandese, e se ne è procurato uno perché viaggiare all'estero con un passaporto americano gli fa paura. Se arriva un terrorista e dice: «Fammi vedere il passaporto», vuole poter dire: «Sono irlandese». Ma quando la gente si trova seduta vicino a lui in aereo, non vuole vedere un'etichetta: vuole assaporare e conoscere (questa) persona, così com'è in realtà. Quante persone passano la vita a mangiare non il cibo, ma il menù? Il menu è solo l'indicazione di qualcosa che è disponibile. Quella che volete mangiare è una bistecca, non le parole.

- La morte del "me" -

Si può essere pienamente umani senza vivere una tragedia? L'unica tragedia che c'è al mondo è l'ignoranza: tutto il male deriva da lì. L'unica tragedia al mondo è la mancanza di consapevolezza. Da questa deriva la paura e dalla paura tutto il resto, ma la morte non è affatto una tragedia. Morire è meraviglioso: è orribile solo per le persone che non hanno mai

capito la vita. Solo quando si teme la vita si teme la morte. Solo le persone morte temono la morte. Le persone vive, invece, non hanno alcun timore della morte. È stato proprio un autore americano a descrivere molto bene quest'idea. Scrisse che il risveglio è la morte della fede nell'ingiustizia e nella tragedia. La fine del mondo per il bruco è una farfalla, secondo questo grande maestro. La morte è resurrezione. Non stiamo parlando di una resurrezione che si verificherà, ma di quella che si sta svolgendo qui e ora. Se voi moriste al passato, se moriste a ogni minuto, sareste persone pienamente vive, perché la persona pienamente viva è colma di morte. Moriamo continuamente alle cose. Ci spogliamo continuamente di ogni cosa per poter essere pienamente vivi e per risorgere in ogni momento. I mistici, i santi e altri compiono grandi sforzi per far svegliare le persone. Se non si svegliano, continuano a subire quei trascurabili mali che sono la fame, le guerre e la violenza. Il male più grande è rappresentato dalle persone che dormono, dalle persone ignoranti. Un giorno un gesuita scrisse una lettera a padre Arrupe, il suo superiore, chiedendogli di parlargli del valore relativo del comunismo, del socialismo e del capitalismo. Padre Arrupe gli diede una bellissima risposta: «Un sistema è più o meno buono, o cattivo, quanto la gente che lo usa». Delle persone dotate di un cuore d'oro farebbero funzionare a meraviglia sia il capitalismo che il comunismo o il socialismo.

Non chiedete al mondo di cambiare - cambiate prima voi. Allora sarete in grado di dare una buona occhiata al mondo e potrete cambiare tutto ciò che vi sembrerà da cambiare. Toglietevi la benda dagli occhi. Se non lo fate, avete perso il diritto di cambiare chiunque o qualunque cosa. Finché non sarete consapevoli di voi stessi, non avete il diritto di interferire con qualcuno o con il mondo. Ora, il pericolo di tentare di

Messaggio per un'Aquila...

cambiare gli altri o le cose quando non si è consapevoli è che si può arrivare a cambiare le cose per la propria convenienza, il proprio orgoglio, le proprie convinzioni dogmatiche, o anche soltanto per alleviare i propri sentimenti negativi. Io ho sentimenti negativi, e quindi tu farai meglio a cambiare in modo che io mi senta bene. No: prima affrontate i vostri sentimenti negativi in modo tale che quando vi muovete per cambiare gli altri non vi muoviate a partire dall'odio o dalla negatività, ma dall'amore. Potrebbe anche sembrare strano che si possa essere molto duri con gli altri, eppure colmi d'amore. Il chirurgo può essere duro con un paziente, eppure lo può fare con amore. L'amore può essere davvero molto duro.

- Intuizione e comprensione -

Ma cosa comporta il cambiamento di sé? L'ho detto con molte parole, detto e ripetuto, ma adesso vorrei segmentarlo in piccole parti. Prima di tutto, l'intuizione. Non lo sforzo, non il tentativo di coltivare delle abitudini, non avere un ideale. Gli ideali fanno un sacco di danni. Ci si concentra tutto il tempo su come dovrebbero essere le cose, invece di come sono. Così, si impone ciò che dovrebbe essere sulla realtà attuale, senza aver mai capito prima cos'è la realtà attuale. Vi propongo un esempio di intuizione che deriva dalla mia esperienza di consulente spirituale. Un prete viene da me e mi dice che è pigro. Gli chiedo cosa significhi "pigro". Tanto tempo fa gli avrei detto: «Vediamo: perché non fai una lista delle cose che vuoi fare tutti i giorni, controllandola ogni sera? Ti farà sentire meglio, e in questo modo comincerai a prendere l'abitudine giusta». Oppure avrei potuto dirgli: «Chi è il tuo ideale, il tuo santo patrono?». E se lui mi avesse risposto che si trattava di

San Francesco Saverio, gli avrei suggerito: «Prova a pensare a quanto lavorava Saverio. Devi meditare su di lui, e questo ti darà uno sprone». È un modo di affrontare la situazione, ma - mi dispiace dirlo - è superficiale. Costringerlo a usare la sua forza di volontà, a sforzarsi, non dà risultati duraturi.

Cambierà forse il suo comportamento, ma con lui. Così, ora mi muovo in un'altra direzione. Gli dico: «Pigro? Cosa significa? Ci sono milioni di tipi di pigrizia. Vediamo di che tipo è la tua. Descrivimi quello che intendi (tu) per pigrizia». E lui: «Be', non riesco mai a combinare niente. Mi sembra di non fare niente». Gli chiedo: «Vuoi dire fin dal momento in cui ti alzi al mattino?». «Sì, risponde. «Mi alzo al mattino e non c'è nulla per cui valga la pena di alzarsi». «Sei depresso, allora?» gli chiedo. «Direi di sì» ammette. «Mi sono come ritirato». «Sei sempre stato così?» gli chiedo. «Be', non sempre. Quando ero più giovane, ero molto attivo. In seminario, ero pieno di vita». «E quando è iniziata questa situazione?» «Circa tre o quattro anni fa». Gli chiedo se tre o quattro anni fa è accaduto qualcosa. Ci pensa su per un po'. Gli dico: «Se devi pensarci su tanto, non può essere accaduto niente di speciale quattro anni fa. E l'anno precedente?». E lui: «Be', l'anno precedente sono stato ordinato sacerdote». «È accaduto qualcosa nell'anno in cui sei stato ordinato?» gli chiedo. «Una piccola cosa: l'esame finale di teologia mi andò male. È stata una delusione, ma l'ho superata. Il vescovo aveva progettato di mandarmi a Roma, per poi insegnare al seminario. L'idea mi allettava, ma poiché non avevo superato l'esame, il vescovo cambiò idea e mi mandò in questa parrocchia. In effetti, è stata un po' un'ingiustizia perché...». Ora comincia a scaldarsi: c'è una rabbia che non ha superato. Deve rielaborare quella delusione. È inutile fargli la predica. È inutile dargli un'idea. Dobbiamo fargli affrontare la sua rabbia e la sua delusione e farlo capacitare di tutto questo.

Messaggio per un'Aquila...

Quando sarò in grado di rielaborare tutto, tornerò alla vita. Se gli dessi un'esortazione e gli dicessi quanto lavorano sodo i suoi fratelli e le sue sorelle sposati, lo farei soltanto sentire colpevole. Non avrebbe quella capacità di guardarsi dentro che lo può guarire. Dunque, questa è la prima cosa. C'è un'altro grande compito: la comprensione. Pensavi davvero che quel lavoro ti avrebbe reso felice? Eri partito dal presupposto che ti avrebbe reso felice. Perché volevi insegnare in seminario? Perché volevi essere felice. Pensavi che, essendo un professore, avendo un certo status e un certo prestigio, saresti stato felice. Ma è così? Qui ci vuole la comprensione. Operando la distinzione tra l'"io" e il "me", è di grande aiuto scindere i vari aspetti di ciò che accade. Vi farò un esempio.

Un giovane prete gesuita era venuto da me; era un uomo simpatico, straordinario, dotato, affascinante, amabile e di talento - non gli mancava niente. Ma aveva una strana caratteristica: era il terrore degli operai. Era noto che li assaliva addirittura. Per poco non era stata coinvolta anche la polizia. Ogni volta che gli veniva affidata la responsabilità del parco, della scuola, o di qualsiasi altra cosa, il problema continuava a presentarsi. Seguì un ritiro di trenta giorni presso quelli che noi gesuiti chiamiamo terziari, durante il quale meditò giorno dopo giorno sulla pazienza e sull'amore di Gesù per i meno privilegiati, ecc. Sapevo, però, che non avrebbe avuto effetto. Comunque, tornò a casa e per tre o quattro mesi le cose migliorarono. (Qualcuno ha detto, riguardo alla maggior parte dei ritiri, che li iniziamo in nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo, e li finiamo com'era all'inizio, com'è adesso e come sempre sarà, nei secoli dei secoli, kamen). Dopo un po', era tornato al punto di partenza. Così, venne a parlarmi. In quel periodo ero molto occupato. Nonostante fosse venuto da un'altra città dell'India, non avevo tempo di riceverlo. Così, gli

dissi: «Sto andando a fare una passeggiata serale; se vuoi venire a farla con me, va bene, ma non ho altro tempo». Così, andammo a fare la passeggiata. Lo avevo già conosciuto in precedenza e, mentre camminavamo, avevo una strana sensazione. Quando mi vengono queste strane sensazione, di solito ne controllo il motivo parlando con la persona interessata. Così, gli dissi: «Ho la strana sensazione che tu mi stia nascondendo qualcosa. È così?». S'indignò e mi chiese: «Cosa intendi dire? Vuoi insinuare che io abbia intrapreso questo lungo viaggio e ti abbia chiesto di concedermi un po' del tuo tempo per nasconderti qualcosa?». Risposi: «Be', è una strana sensazione che mi è venuta, ecco tutto. Ho pensato di controllare perché mi era venuta».

Continuammo a camminare. Non lontano da dove abito c'è un lago. Ricordo chiaramente la scena. Mi chiese: «Possiamo sederci da qualche parte?». Acconsentii. Ci sedemmo su un muretto che circonda il lago. Mi disse: «Hai ragione. Ti sto nascondendo qualcosa». Detto questo, scoppiò in lacrime. Poi continuò: «Ti dirò qualcosa che non ho mai detto a nessuno, da quando sono diventato gesuita. Mio padre morì quando io ero molto giovane, e mia madre divenne una serva. Il suo lavoro era pulire i gabinetti e le toilettes, e certe volte lavorava sedici ore al giorno per guadagnare i soldi per sfamarci. Mi vergogno tanto di questo che l'ho nascosto a tutti e continuo a vendicarmi, irrazionalmente, su di lei e su tutti quelli che svolgono lavori umili». Il suo sentimento era stato trasferito. Nessuno aveva mai capito perché mai quell'uomo affascinante si comportasse così, ma dal momento in cui lui capì, non ci furono mai più problemi di alcun tipo. Era guarito.

Messaggio per un'Aquila...

- Nessuna spinta -

Meditare sul comportamento di Gesù e imitarlo esteriormente non serve a niente. Non si tratta di imitare Cristo, si tratta di diventare ciò che era Gesù. Bisogna diventare Cristo, diventare consapevoli, capire cosa accade dentro di noi. Tutti gli altri metodi che usiamo per ottenere un cambiamento in noi stessi potrebbero essere paragonati al fatto di spingere un'auto. Mettiamo che dobbiate recarvi in una città lontana. L'auto si guasta lungo la strada. Be', è un bel guaio: la macchina è rotta. Così, ci rimbocchiamo le maniche e ci mettiamo a spingerla. Spingiamo, spingiamo, spingiamo e spingiamo, finché arriviamo nella città lontana. «Bene» esclamiamo. «Ce l'abbiamo fatta». E poi spingiamo l'auto per tutta la strada fino a un'altra città! Voi dite: «Ci siamo arrivati, no?». Ma questa la chiamate vita? Sapete di cosa avete bisogno? Avete bisogno di un esperto, di un meccanico che apra il cofano e cambi la candela. Girate la chiave d'avviamento e l'auto si muove. Avete bisogno dell'esperto - e cioè di comprensione, di intuizione, di consapevolezza - non avete bisogno di spingere. Non c'è bisogno di fare sforzi. È per questo che la gente è tanto stanca, tanto debole. Voi e io siamo stati educati a essere insoddisfatti di noi stessi. È da qui che deriva il male, a livello psicologico. Siamo sempre insoddisfatti, sempre scontenti, non facciamo che spingere. Avanti, metteteci un po' più di sforzo, sempre più sforzo. Ma dentro ci sarà sempre un conflitto, e poca comprensione.

- Diventare reali -

In India si è svolto un giorno memorabile della mia vita. Fu

davvero un grande giorno, il giorno successivo alla mia ordinazione. Mi trovavo in confessionale.

Nella nostra parrocchia avevamo un prete gesuita molto pio, uno spagnolo, che conoscevo già da prima di diventare novizio. Il giorno prima di partire per il noviziato, avevo pensato fosse opportuno confessarmi fino in fondo, in modo da arrivare a questo importante appuntamento bello pulito e di non dover riferire nulla al responsabile dei novizi. Davanti al confessionale di questo vecchio prete spagnolo c'erano sempre folle di persone in fila; aveva un fazzoletto viola con cui si copriva gli occhi, mormorava qualcosa, dava una penitenza e poi mandava via il penitente. Mi aveva visto solo un paio di volte, ma mi chiamava Anonie.

Così, mi misi in fila, e quando venne il mio turno, tentai, confessandomi, di cambiare il timbro di voce. Mi ascoltò pazientemente, mi diede la penitenza, mi assolse e poi chiese: «Antonie, quando andrai al noviziato?». Be', comunque, il giorno dopo la mia ordinazione andai in quella parrocchia. E il vecchio prete mi disse: «Vuoi ascoltare le confessioni?». Io risposi: «Va bene». «Allora vai a sederti nel mio confessionale» mi disse. Io pensai: «Certo: sono anch'io un sacerdote. Mi metterò nel suo confessionale». Ascoltai confessioni per tre ore. Era la Domenica delle Palme e si presentava lì la folla di Pasqua. Uscii dal confessionale depresso, non per ciò che avevo ascoltato, perché ero stato preparato ad aspettarmi cose del genere e anche perché, avendo idea di cosa accadeva in cuor mio, non mi sorprendevo nulla. Sapete cosa mi aveva depresso? Il fatto di capire che davo loro soltanto piccole banalità: «Ora prega la Santa Madre, che ti ama» e «Ricorda che Dio è dalla tua parte». Ma queste pie banalità erano forse una cura per il cancro? E quello di cui mi occupo (è) cancro: si tratta della mancanza di consapevolezza e di realtà. E così, quel

Messaggio per un'Aquila...

giorno, feci un giuramento solenne: «Imparerò, imparerò, in modo che non si possa dire di me, quando sarà tutto finito: "Padre, quello che mi hai detto era verissimo ma assolutamente inutile"». Consapevolezza, intuizione. Quando si diventa esperti (e presto lo sarete) non si ha bisogno di iscriversi a un corso di psicologia. Quando si comincia a osservarsi, a guardarsi, a individuare i sentimenti negativi, si scopre il proprio modo di spiegarlo. E il cambiamento si noterà. Ma a quel punto dovrete affrontare il grande malvagio, e quel malvagio è la condanna di sé, l'odio di sé, l'insoddisfazione di sé.

- Immagini assortite -

Parliamo ancora della mancanza di sforzo nel cambiamento. Mi è venuta in mente una immagine azzecata per descriverlo: una barca a vela. Quando una barca ha un vento potente che le gonfia la vela, scivola senza sforzo, tanto che il marinaio non deve far altro che dirigerla. Non fa sforzi: non spinge la barca. È un'immagine di ciò che accade quando il cambiamento si verifica attraverso la consapevolezza, attraverso la comprensione. Ho riguardato tra i miei appunti, trovando delle citazioni che ben si adattano a quanto sto dicendo. Sentite questa: «Non c'è di più crudele della natura. Nell'intero universo non le si può sfuggire, eppure non è la natura che provoca il male, ma il cuore stesso della persona». Vi sembra sensato? Non è la natura che provoca il male, ma il cuore stesso della persona. C'è una storiella che parla di Paddy, che è scivolato dall'impalcatura e si è fatto un grosso bernoccolo. Gli chiedono: «Ti ha fatto male la caduta, Paddy?». E lui: «No, è stata la fermata che mi ha fatto male, non la caduta». Quando si

taglia l'acqua, l'acqua non si fa male; quando si taglia qualcosa di solido, si rompe. Dentro di voi avete degli atteggiamenti solidi; avete delle illusioni solide: è questo che cozza contro la natura, che fa male, che provoca il dolore. C'è un'altra massima molto carina: è di un saggio orientale, ma non ricordo quale. Come nel caso della Bibbia, l'autore non importa. L'importante è il contenuto. «Se l'occhio non è bendato, il risultato è la vista; se l'orecchio non è coperto, il risultato è l'udito; se il naso non è tappato, il risultato è l'olfatto; se la bocca non è serrata, il risultato è il gusto; se la mente non è chiusa, il risultato è la saggezza». La saggezza sopravviene quando si lasciano cadere le barriere erette attraverso i concetti e il condizionamento. La saggezza non è qualcosa che si acquisisce; la saggezza non è esperienza; la saggezza non è applicare le illusioni di ieri ai problemi di oggi. Come mi ha detto una persona mentre stavo studiando per la mia laurea in psicologia, a Chicago, anni fa: «Spesso, nella vita di un prete, un'esperienza di cinquant'anni è l'esperienza di un anno ripetuta cinquanta volte». Si ottiene la stessa soluzione, a cui ricorrere sempre. Questo è il modo di agire con gli alcolizzati; questo è il modo di agire con i preti; questo è il modo di agire con le suore; questo è il modo di agire con i divorziati. Ma questa non è saggezza. Saggezza significa essere sensibili a (questa) situazione, a (questa) persona, senza influenze che derivano dal passato, senza residui di esperienze passate.

Tutto ciò è molto diverso da quel che la maggior parte delle persone è abituato a pensare. Aggiungerei un'altra frase a quelle che ho letto: «Se il cuore non è bloccato, il risultato è l'amore». Ho parlato parecchio d'amore in questi giorni, sebbene abbia affermato che non ci sia nulla che possa essere detto davvero dell'amore. Possiamo solo parlare di non-amore. Possiamo solo parlare di dipendenza. Ma dell'amore in sé non si può dire nulla

Messaggio per un'Aquila...

esplicitamente. (Non dire nulla dell'amore) Come descriverei (io) l'amore? Ho deciso di presentarvi una delle meditazioni che sto scrivendo per un nuovo libro. Ve la leggerò lentamente. Meditateci sopra man mano che proseguo, perché qui l'ho messa giù in forma sintetica, in modo da leggerla in tre o quattro minuti: altrimenti mi ci vorrebbe mezz'ora. Si tratta di un commento a una frase del vangelo. Avevo pensato a un'altra riflessione, tratta da Platone: «Non si può fare uno schiavo di una persona libera, perché una persona libera è libera anche in prigione». È come un'altra frase del vangelo: «Se uno ti costringerà a fare un miglio, tu fanne con lui due». Penserete di avermi reso schiavo mettendomi un carico sulle spalle, ma non è così. Se una persona tenta di cambiare la realtà esterna stando fuori di prigione per poter essere libera, significa che è davvero prigioniera. La libertà non si trova nelle circostanze esterne: la libertà alberga nel cuore. Una volta che abbiate conseguito la saggezza, chi mai potrà rendervi schiavi?

Comunque, ascoltate la frase del vangelo a cui pensavo prima: «Congedata la folla, salì sul monte, solo, a pregare. Venuta la sera, egli se ne stava ancora solo lassù». (Ecco) cos'è il vero amore. Vi è mai balenato alla mente che potete amare solo quando siete soli? Cosa significa amare? Significa vedere una persona, una situazione, un oggetto per ciò che è realmente, non per come lo immaginate. E dare a quella persona, quella situazione, quell'oggetto la risposta che merita. È praticamente impossibile affermare che una persona ama, se non è nemmeno in grado di vedere le cose. E cosa ci impedisce di vedere? Il nostro condizionamento. I nostri concetti, le nostre categorie, i nostri pregiudizi, le nostre proiezioni, le etichette che abbiamo ricavato dalla nostra cultura e dalle nostre esperienze passate. L'impresa di vedere è la più ardua che un essere umano possa intraprendere, perché richiede una

mente disciplinata e attenta. La maggior parte della gente, invece, preferisce crogiolarsi nella propria pigrizia mentale piuttosto che prendersi la briga di vedere ogni persona, ogni cosa nella sua attuale freschezza.

- Perdere il controllo -

Se volete capire cosa s'intende per controllo, pensate a un bambino a cui venga somministrata della droga. Man mano che la droga penetra nell'organismo del bambino, egli ne diventa dipendente: tutto il suo essere reclama altra droga. Stare senza droga è un tormento talmente insopportabile che sembra addirittura preferibile morire. Pensate a quest'immagine - il corpo si è assuefatto alla droga. Ora, questo è esattamente il trattamento che vi ha riservato la vostra società dal momento in cui siete nati. Non vi è stato concesso di godervi del cibo solido e nutriente della vita - e cioè il lavoro, il gioco, il divertimento, le risate, la compagnia della gente, i piaceri dei sensi e della mente. Vi è stata somministrata una droga chiamata approvazione, apprezzamento, attenzione. Vorrei citare qui un grande uomo, un uomo chiamato A.S. Neill. É l'autore di (I ragazzi di Summerhill). Neill afferma che il segno distintivo del fatto che un bambino è malato è il fatto che stia sempre attaccato ai genitori; è interessato alle (persone). Il bambino sano, invece, non è interessato alle persone, ma alle (cose). Quando un bambino è sicuro dell'amore di sua madre, dimentica sua madre, esce a esplorare al mondo, è curioso. Cerca una rana da mettersi in bocca - o cose di questo genere. Quando un bambino sta attaccato alle gonne della madre, è un cattivo segno: è insicuro. Forse sua madre ha tentato di succhiare amore (da lui), invece di dargli tutta la libertà e la

Messaggio per un'Aquila...

sicurezza di cui ha bisogno. Sua madre ha sempre minacciato, in molti modi sottili, di abbandonarlo. Dunque, siamo stati assuefatti a droghe diverse: approvazione, attenzione, successo, prestigio, potere, capacità di eccellere, di apparire sulle prime pagine dei giornali, di fare il capo. Siamo stati assuefatti a esperienze come essere il capitano della squadra, il capo della banda ecc. Essendo stati esposti a queste droghe, ne siamo diventati dipendenti e abbiamo iniziato a temere di perderle. Ricordate la perdita di controllo che provavate, il terrore per la prospettiva di fallire o di commettere degli errori, per la prospettiva di essere criticati dagli altri. Così, siete diventati vilmente dipendenti dagli altri e avete perso la vostra libertà. Sono altri, adesso, ad avere il potere di farvi felici o infelici. Avete bisogno delle vostre droghe, ma, per quanto odiate la sofferenza che vi provocano, vi ritrovate a essere completamente impotenti. Non passa momento in cui, consciamente o inconsciamente, non siate consapevoli o attenti alle reazioni degli altri, marciando al ritmo del loro tamburo.

Ecco una bella definizione della persona che si è svegliata: una persona che non marcia più al ritmo dei tamburi della società, una persona che danza seguendo la musica che sgorga dentro di lei. Quando voi venite ignorati o criticati, provate un senso di abbandono talmente insopportabile che tornate strisciando ai piedi delle persone implorando che vi venga data quella droga riconfortante chiamata sostegno, incoraggiamento, rassicurazione. Vivere con le persone in questo stato comporta una tensione infinita. «L'inferno è l'altra gente», ha detto Sartre. Com'è vero. Quando ci si trova in uno stato di dipendenza, bisogna sempre comportarsi al meglio: non ci si può lasciar andare, perché bisogna corrispondere alle aspettative altrui. Stare con le persone significa vivere in tensione. Stare senza di esse comporta l'agonia dell'abbandono,

perché se ne sente la mancanza. Avete perso la capacità di vedere le persone esattamente per quello che sono e di rispondere loro con precisione, perché la vostra percezione di esse è offuscata dall'esigenza di ricevere la droga. Vedete le persone solo nella misura in cui rappresentano un aiuto per ottenere la droga o una minaccia alla droga stessa. Consciamente o inconsciamente, guardate sempre le persone sotto questo aspetto. Avrò quel che voglio, da loro? Non avrò quel che voglio, da loro? E se non possono né aiutarmi né minacciarmi per quanto riguarda la droga, non sono più interessato. È un'affermazione orribile, ma mi chiedo se c'è una sola persona, qui, della quale non si possa dire questo.

- Ascoltare la vita -

Ora, voi avete bisogno di consapevolezza e di nutrimento. Avete bisogno di nutrimento buono e salutare. Imparate a godere del cibo solido della vita. Buon cibo, buon vino, buona acqua. Assaggiateli. Lasciate perdere la mente e tornate in voi. È nutrimento buono e salutare. I piaceri dei sensi e i piaceri della mente. È bello leggere, quando un buon libro piace. Oppure una bella discussione, o il pensare. È meraviglioso. Purtroppo, la gente è impazzita e sta diventando sempre più assuefatta perché non sa come godersi le cose splendide che la vita offre. Dunque, cerca qualcosa di artificiale che la stimoli sempre di più. Negli anni '70, il presidente Carter richiese al popolo americano di accettare l'austerità. Io pensai tra me e me: non dovrebbe dir loro di diventare austeri, ma di imparare, invece, a godere delle cose. La maggior parte della popolazione ha perso la propria capacità di godere. Credo davvero che la maggior parte degli abitanti dei paesi ricchi abbia perso questa

Messaggio per un'Aquila...

capacità. Devono avere oggetti sempre più numerosi e più costosi; non sanno godere delle semplici cose della vita. Allora vado in quei negozi dove hanno musica meravigliosa, e dove si comprano i dischi con lo sconto, tutti ammuccinati, ma non sento mai nessuno che li ascolti - non c'è tempo, non c'è tempo. Sono colpevoli: non hanno il tempo di godere della vita. Sono iperattivi: avanti, avanti, avanti. Se davvero sapeste godere della vita e dei semplici piaceri dei sensi, rimarreste di stucco. Sviluppereste la straordinaria disciplina dell'animale. Un animale non mangerà mai troppo. Lasciato nel suo habitat naturale, non sarà mai sovrappeso. Non berrà né mangerà mai qualcosa che non gli faccia bene alla salute. Non si è mai visto un animale fumare. Fa sempre tutto il movimento fisico che gli serve osservate il vostro gatto dopo che ha fatto colazione, guardate come si rilassa. E osservate come è pronto a entrare in azione, guardate l'agilità delle sue membra e la vivacità del suo corpo.

Noi abbiamo perso tutto questo. Siamo persi nella nostra mente, nelle nostre idee e nei nostri ideali, e così via, e stiamo sempre a pensare: avanti, avanti, avanti. Dentro di noi abbiamo un conflitto che gli animali non hanno. E ci condanniamo continuamente e ci costringiamo a sentirci in colpa. Sapete di cosa sto parlando. Avrei potuto dire di me una cosa dettami da un amico gesuita alcuni anni fa: «Togli quel piatto di dolci, perché in vicinanza di un piatto di dolci o di cioccolatini io perdo la mia libertà». Questo valeva anche per me: perdo la mia libertà davanti a un sacco di cose, ma ora non più! Mi basta pochissimo, e quel poco me lo godo intensamente. Quando si gode intensamente di qualcosa, basta pochissimo. È come quando le persone sono indaffarate a progettare le vacanze: passano mesi a programmarle, poi arrivano sul posto e sono già in ansia per la prenotazione del volo di ritorno.

Comunque, fanno delle foto e poi vi mostrano le foto in un album, foto di luoghi che non hanno mai visto ma solo fotografato. È un simbolo della vita moderna. Non vi metterò mai abbastanza in guarda da questo tipo di ascetismo. Rallentate, gustate, annusate e ascoltate, lasciate che i vostri sensi si risvegliano. Se volete una via maestra verso il misticismo, sedetevi calmi e ascoltate tutti i rumori intorno a voi. Non concentratevi su un solo suono: tentate di sentirli tutti. Oh, vedrete che miracolo si verificherà in voi quando i vostri sensi non saranno più ostruiti! E questo è estremamente importante per il processo di cambiamento.

- La fine dell'analisi -

Vorrei farvi capire la differenza tra l'analisi e la consapevolezza, oppure tra l'informazione da una parte e la comprensione dall'altra. L'informazione non è comprensione, l'analisi non è la consapevolezza, la conoscenza non è consapevolezza. Mettiamo che io entrassi in questa stanza con un serpente che mi striscia sul braccio, e vi dicessi: «Vedete il serpente che mi striscia sul braccio? Ho appena controllato sull'enciclopedia, prima di venire a questa riunione, e ho scoperto che questo serpente è noto come la vipera di Russell. Se mi mordesse, morirei entro mezzo minuto. Mi potreste gentilmente suggerire un modo per liberarmi di questa creatura che striscia sul mio braccio?». Chi mai parla in questo modo? Ho l'informazione, ma non ho la consapevolezza. Oppure mettiamo che mi stia distruggendo con l'alcol. «Descrivete gentilmente il modo in cui posso liberarmi di questa assuefazione». Una persona che dica una frase del genere dimostra di non avere alcuna consapevolezza. Sa che si sta

Messaggio per un'Aquila...

distruggendo, ma non ne è consapevole. Se ne fosse consapevole, l'assuefazione cadrebbe in quello stesso istante. Se io fossi consapevole che serpente è, non lo scaccerei dal braccio con un gesto della mano: (esso verrebbe scacciato attraverso me). Ecco di cosa sto parlando, ecco il cambiamento di cui sto parlando. Non siete voi a cambiarvi: non è il (me) che cambia il(me). Il cambiamento avviene (attraverso) di voi, in voi. Penso che sia il modo più adeguato di esprimere quest'idea. Voi vedete il cambiamento avvenire dentro di voi, attraverso di voi: nella vostra consapevolezza, esso si verifica. Non siete (voi) a farlo. Se siete voi a cambiare, è un cattivo segno: non durerà. E se dura, Dio abbia misericordia delle persone con cui vivere, perché sarete estremamente rigidi. La gente che si converte sulla base dell'odio di sé e dell'insoddisfazione di sé diventa insopportabile. Qualcuno ha detto: «Se vuoi diventare un martire, sposa un santo».

Nella consapevolezza, invece, si mantiene la morbidezza, la sottigliezza, la gentilezza, l'apertura, le flessibilità e non si deve esercitare alcuna pressione: il cambiamento si verifica da solo. Ricordo un prete di Chicago che, quando studiavo psicologia, ci diceva: «Sapete, avevo tutte le informazioni che mi servivano; sapevo che l'alcol mi stava uccidendo e credetemi: niente può cambiare un alcolizzato - nemmeno l'amore di sua moglie o dei suoi bambini. Lui li ama davvero, ma questo non lo fa cambiare. Ma scoprii una cosa, che mi ha cambiato. Un giorno, ero steso su un marciapiede e piovigginava. Aprii gli occhi e vidi che l'alcolismo mi stava uccidendo. Lo vidi, e non ebbi mai più desiderio di toccare una goccia d'alcol. In effetti, ho persino bevuto qualche volta, dopo di allora, ma mai abbastanza da danneggiarmi. Non potrei farlo, e non lo posso fare ancora». Ecco di cosa parlo: di consapevolezza. Non di informazioni, ma di consapevolezza. Un mio amico, dedito a

un fumo eccessivo, mi disse: «Sai, si raccontano un sacco di barzellette sul fumo. Ci dicono che il tabacco uccide, ma guarda gli antichi egizi: sono tutti morti, e nemmeno uno di loro fumava». Ebbene, un giorno cominciai ad avere problemi ai polmoni e così si recò a un istituto di ricerca sul cancro di Bombay. Il dottore gli disse: «Padre, lei ha due macchie sui polmoni. Potrebbe trattarsi di cancro e quindi dovrà tornare il mese prossimo». Da quel giorno, non toccò più una sigaretta. Prima, sapeva che il fumo l'avrebbe ucciso; adesso era (consapevole) del fatto che poteva ucciderlo. Ecco la differenza. Il fondatore del mio ordine religioso, sant'Ignazio, ha coniato una bella espressione in proposito. Parla di assaggiare e sentire la verità- non conoscerla, ma assaggiarla e sentirla, percepirla. Quando la si percepisce, si cambia. Quando la si conosce solo nella propria testa, non si cambia.

- Morti prima del tempo -

Ha detto spesso alla gente che il modo per vivere realmente è morire. Il passaporto per la vita è immaginarsi nella tomba. Immaginatevi di giacere nella bara, in qualsiasi posizione. In India li mettiamo nella cassa a gambe incrociate. Talvolta vengono portati al luogo della cremazione in quel modo. Altre volte, però, sono stesi. Quindi, immaginatevi distesi, morti. Ora, osservate i vostri problemi da quel punto di vista. Cambia tutto, non è vero? Che bella meditazione. Fatela ogni giorno, se ne avete il tempo. È incredibile, ma diventerete più vivi. Uno dei miei libri, (Sorgenti), contiene una meditazione di questo tipo. Si vede il corpo decomposto, poi le ossa, poi solo polvere. Ogni volta che parlo di questo, la gente dice: «Che schifo!». Ma cos'è che fa tanto schifo? È la realtà, per l'amor del cielo!

Messaggio per un'Aquila...

Tuttavia molti di voi non vogliono vedere la realtà. Non volete pensare alla morte. La gente non vive. La maggior parte di voi non vive, mantiene soltanto in vita il suo corpo. Questa non è vita. Non vivete finché non vi importa un fico secco se vivete o morite. A quel punto, iniziate a vivere. Quando siete pronti a perdere la vostra vita, la vivete. Ma se proteggete la vostra vita, siete morti. Per esempio, ve ne state seduti lassù nell'attico e io vi dico: «Venite giù!» e voi rispondete: «No, ho letto di alcune persone che sono scese. Sono scivolate e si sono rotte il collo: è troppo pericoloso». Oppure non riesco a farvi attraversare la strada perché voi dite: «Sai quante persone vengono investite mentre attraversano?». Se non riesco a farvi attraversare una strada, come faccio a farvi attraversare un continente? E se non riesco a farvi attraversare un continente? E se non riesco a farvi guardare oltre le vostre piccole e limitate convinzioni per farvi scoprire un altro mondo, allora siete morti, siete completamente morti. La vita vi ha solo sfiorato.

Ve ne state seduti nella vostra piccola prigione, spaventati. Perderete il vostro Dio, la vostra religione, i vostri amici, ogni cosa. La vita è per chi rischia, davvero. È quel che diceva Gesù. Siete pronti a metterla in gioco? Sapete quando siete pronti a farlo? Quando l'avrete scoperto, allora saprete che questa cosa che la gente definisce vita non è la vera vita. La gente pensa, erroneamente, che vivere equivalga a mantenere in vita il corpo. E dunque amate il pensiero della morte, amatelo. Tornate ad occuparvene, una volta dopo l'altra. Pensate alla meraviglia di quel corpo, di quello scheletro, di quelle ossa che si sbriciolano finché non rimane che una manciata di polvere. Da quel momento in avanti, che sollievo, che sollievo! Probabilmente, alcuni di voi non sanno di cosa sto parlando, a questo punto: avete troppa paura per pensarci. Ma è un tale sollievo poter guardare alla vita da quella

prospettiva. In alternativa, visitate un cimitero. È un'esperienza davvero splendida e purificatrice. Guardate un nome e dite: «Caspita, è vissuto tanti anni fa, due secoli fa; deve aver avuto tutti i problemi che ho io, molte notti insonni». Che follia: viviamo per un tempo tanto breve. Un poeta italiano diceva: «Ognuno sta solo sul cuor della terra, / trafitto da un raggio di sole: / ed è subito sera». È solo un raggio di sole, e noi lo sprechiamo. Lo sprechiamo con la nostra ansia, le nostre preoccupazioni, i nostri crucci, i nostri fardelli. Ora, mentre fate questa meditazione, potreste arrivare soltanto a raccogliere delle informazioni, ma potreste anche raggiungere la consapevolezza. E in quel momento di consapevolezza, siete nuovi. Almeno per tutta la durata di quell'attimo. Allora saprete la differenza tra informazione e consapevolezza.

Un mio amico astronomo mi spiegava recentemente gli elementi fondamentali dell'astronomia. Io non sapevo, prima che me lo dicesse lui, che quando si guarda il sole lo si vede nel punto in cui si trovava otto minuti e mezzo prima, non dove si trova in quel momento. Perché un raggio di sole ci mette otto minuti e mezzo ad arrivare fino a noi. Dunque, non lo si vede dov'è: adesso è in un altro punto. Anche le stelle ci inviano luce da centinaia di migliaia di anni. Dunque, quando le si guarda, potrebbero non essere dove le vediamo, ma in qualche altra posizione. Mi ha anche detto che, se immaginiamo una galassia, un intero universo, questa nostra Terra sarebbe persa verso la fine della coda della Via Lattea; nemmeno al centro. E che ogni stella è un sole e che alcuni soli sono talmente grandi che potrebbero contenere il Sole, la Terra e la distanza che li divide. Il numero delle galassie, stimato per difetto, è di cento milioni! L'universo, per come lo conosciamo, si espande a una velocità di due milioni di miglia al secondo. Sentire tutto questo mi ha affascinato e quando sono uscito dal ristorante

Messaggio per un'Aquila...

dove avevamo mangiato, ho guardato in alto e ho avuto una sensazione diversa, una prospettiva diversa da cui guardare alla vita. Questa è consapevolezza. Dunque, tutte queste esperienze possono essere recepite come fatti asettici (e questa è informazione), oppure, all'improvviso, si può aprire una nuova prospettiva da cui guardare alla vita - cosa siamo noi, cos'è quest'universo, cos'è la vita umana? Quando si ha questa percezione: ecco cosa intendo quando parlo di consapevolezza.

- La terra dell'amore -

Se davvero lasciassimo cadere le nostre illusioni per ciò che ci possono dare o per ciò di cui ci possono privare, saremmo svegli. Ma se non lo facciamo, le conseguenze sono terribili e inevitabili. Perdiamo la nostra capacità di amare. Se si vuole amare, bisogna rimparare a vedere. E se si vuole vedere, bisogna imparare a rinunciare alla droga. Semplice. Rinunciate alla vostra dipendenza. Strappatevi di dosso i tentacoli della società che hanno avvolto e soffocato il vostro essere. Dovete lasciarli cadere. Esternamente, tutto continuerà come prima, ma sebbene voi continuiate a stare (nel) mondo, non sarete più (del) mondo. Nel vostro cuore, sarete finalmente liberi, pur essendo estremamente soli. La vostra dipendenza dalla droga si spegnerà. Non c'è bisogno di andare nel deserto; siete in mezzo alla gente e godete immensamente della sua compagnia. Ma la gente non ha più il potere di rendervi felici o infelici. Ecco cosa significa essere soli. In questa solitudine, la vostra dipendenza svanisce, mentre nasce la capacità di amare. Non si vedono più gli altri come coloro che sono in grado di soddisfare l'esigenza di droga. Solo chi ha tentato questa strada conosce le paure indotte da un processo del genere. É come invitarsi a morire. É

come chiedere al povero tossicodipendente di rinunciare all'unica felicità che abbia mai conosciuto. Come sostituirla con il sapore del pane e della frutta e la fragranza pulita dell'aria mattutina, la dolcezza dell'acqua del torrente di montagna? Mentre lotta con i sintomi dell'astinenza e con il vuoto che prova dentro di sé, ora che la droga non c'è più, niente riesce a colmare quel vuoto se non la droga. Riuscite a immaginarvi una vita in cui rifiutate di accogliere una sola parola di apprezzamento, o di appoggiare la testa sulla spalla di qualcuno per trarne conforto? Pensate a una vita in cui non dipendete da nessuno, emotivamente, in modo tale che nessuno abbia più modo di rendervi felici o infelici. Vi rifiutate di (aver bisogno) di una persona particolare, o di essere speciale per qualcuno, o di considerare qualcuno come appartenente a voi. Gli uccelli del cielo hanno i loro nidi, e le volpi le loro tane, ma voi non avrete alcun sostegno a cui appoggiare la testa nel corso del vostro viaggio attraverso la vita. Se mai arriverete a questa condizione, capirete finalmente cosa significhi vedere con lo sguardo limpido e non offuscato dalla paura o dal desiderio.

Ogni parola, qui, è misurata: (vedere finalmente con lo sguardo limpido e non offuscato dalla paura o dal desiderio). Saprete cosa significa amare. Ma per giungere alla terra dell'amore bisogna attraversare le pene della morte, perché amare le persone significa morire al bisogno delle persone, ed essere estremamente soli. Come potrete mai arrivarci? Attraverso una consapevolezza costante, attraverso la pazienza e la compassione infinite che avreste nei confronti di un tossicodipendente. Sviluppando il gusto per le cose buone della vita per contrastare l'esigenza di droga. Quali cose buone? L'amore per il lavoro, che piace compiere per l'amore del lavoro in sé; l'amore per le risate e per l'intimità con le persone,

Messaggio per un'Aquila...

a cui non vi abbarbicate e da cui non dipendete emotivamente, ma della cui compagnia riuscite a godere. Sarà anche utile intraprendere delle attività che potete svolgere (con tutto il vostro essere), attività che vi piace fare a tal punto che, quando siete impegnati in esse, il successo, il riconoscimento e l'approvazione semplicemente non vi interessano affatto. Sarà utile anche tornare alla natura. Congedate la folla, salite sul monte e mettetevi in silenziosa comunicazione con gli alberi, i fiori, gli animali e gli uccelli, con il mare e le nubi, con il cielo e le stelle. Vi ho fatto notare come sia un esercizio spirituale l'osservazione delle cose, il fatto di essere consapevoli delle cose che ci circondano. Allora, forse, le parole cederanno il passo, i concetti cederanno il passo, e voi potrete vedere, entrare in contatto con la realtà. Questa è la cura per la solitudine.

Di solito, cerchiamo di curare la nostra solitudine attraverso la dipendenza emotiva dalle persone, attraverso la socievolezza e il rumore. Ma quella non è una cura. Tornate alle cose, tornate alla natura, salite sui monti. Allora saprete che il vostro cuore vi ha portato al vasto deserto della solitudine e che non c'è nessuno al vostro fianco, nessuno. All'inizio, vi sembrerà insopportabile. Ma è solo perché non siete abituati all'essere soli. Se riuscirete a resistere un po', il deserto sboccherà improvvisamente all'amore. Il vostro cuore intonerà un canto, e sarà per sempre primavera. La droga scomparirà: sarete liberi. Allora capirete cos'è la libertà, cos'è l'amore, cos'è la felicità, cos'è la realtà, cos'è la verità, cos'è Dio. Vedrete, conoscerete al di là dei concetti e dei condizionamenti, della dipendenza, dei vincoli. Vi sembra ragionevole? Lasciate che concluda con una storiella. C'era un uomo, che aveva inventato l'arte di accendere il fuoco. Prese i suoi attrezzi e si recò presso una tribù del nord, dove faceva molto freddo, davvero molto freddo. Insegnò a

quella gente ad accendere il fuoco. La tribù era molto interessata. L'uomo mostrò loro gli usi per i quali potevano sfruttare il fuoco - cuocere il cibo, tenersi caldi, ecc. Quelle persone erano molto grate all'uomo per quanto era stato loro insegnato sull'arte del fuoco, ma prima che potessero esprimergli la propria gratitudine, egli era scomparso. Non gli importava ricevere il loro riconoscimento o la loro gratitudine: gli importava il loro benessere. Si recò un'altra tribù, dove nuovamente iniziò a dimostrare il valore della sua invenzione. Anche quelle persone erano interessate, un po' troppo, però, per i gusti dei loro sacerdoti, che iniziarono a notare che quell'uomo attirava la gente, mentre essi stavano perdendo popolarità. Così, decisero di liberarsene. Lo avvelenarono, lo crocifissero, o quello che volete. Ora, però, temevano che la gente si rivoltasse contro di loro, e così fecero una cosa molto saggia, persino astuta. Sapete cosa? Fecero eseguire un ritratto dell'uomo e lo montarono sull'altare principale del tempio.

Gli strumenti per accendere il fuoco furono sistemati davanti al ritratto, e la gente fu invitata a venerare il ritratto e gli strumenti del fuoco, cosa che fece ubbidientemente per secoli. L'adorazione e il culto continuarono, ma non fu mai usato il fuoco. Dov'è il fuoco? Dov'è l'amore? Dov'è la droga usurpata dal sistema? Dov'è la libertà? La spiritualità riguarda proprio questi interrogativi. Purtroppo, però, tendiamo a perderla di vista. Gesù Cristo parla proprio di questo. Ma noi abbiamo enfatizzato troppo il "Signore, Signore", non è vero? Dov'è il fuoco? E se l'adorazione non conduce al fuoco, se il culto non conduce all'amore, se la liturgia non conduce a una percezione più chiara della realtà, se Dio non conduce alla vita, a cosa serve la religione se non a creare un maggior numero di divisioni, fanatismi, antagonismi? Il mondo non soffre della mancanza di religione nel senso comune del termine, ma della

Messaggio per un'Aquila...

mancanza d'amore, della mancanza di consapevolezza. L'amore è generato dalla consapevolezza e da null'altro. Capite gli ostacoli che ponete sulla strada dell'amore, della libertà e della felicità, ed essi cadranno. Accendete la luce della consapevolezza, e le tenebre si dilegneranno. La felicità non è qualcosa che si acquisisce; l'amore non è qualcosa che si produce; l'amore non è qualcosa che si ha: l'amore è qualcosa che (possiede) noi. Voi non possedete il vento, le stelle, la pioggia. Voi non possedete queste cose: le subite. E la resa avviene quando si è consapevoli delle proprie illusioni, quando si è consapevoli delle proprie assuefazioni, quando si è consapevoli dei propri desideri e timori. Come vi ho già detto, prima di tutto l'intuizione psicologica è di grande aiuto, ma non l'analisi, però: analisi è paralisi. L'intuizione non comporta necessariamente l'analisi.

Uno dei vostri grandi psicoterapeuti americani ha espresso bene questo pensiero: «Quella che conta è l'esperienza: "Ah, ecco!"». La mera analisi non serve: dà solo delle informazioni. Ma se si riesce ad arrivare all'esperienza: «Ah, ecco!», quella sì che è intuizione, cambiamento. In secondo luogo, è importante la comprensione della propria dipendenza. C'è bisogno di tempo. Ahimè, molto tempo dedicato al culto, al canto delle lodi e degli inni potrebbe essere utilmente dedicato alla comprensione di sé. La comunità non è generata da celebrazioni liturgiche congiunte. Voi sapete, nel profondo del vostro cuore, così come lo so io, che certe celebrazioni servono solo per ricoprire le differenze. La comunità si crea con la comprensione degli ostacoli che poniamo sulla strada della comunità, capendo i conflitti che sorgono dai nostri timori e dai nostri desideri. Solo a quel punto nasce la comunità. Dobbiamo sempre stare attenti a non rendere il culto semplicemente un ennesimo elemento di distrazione dall'importante compito di

vivere. E vivere non significa lavorare nel governo, o essere un grande uomo d'affari, o fare grandi atti di carità. Quello non è vivere. Vivere è lasciar cadere tutti gli ostacoli e vivere nel presente con freschezza. «Gli uccelli del cielo... non faticano né filano» - questo è vivere. Ho iniziato dicendo che le persone sono addormentate, morte. Persone morte che amministrano il governo, persone morte che gestiscono grandi aziende, persone morte che educano gli altri: svegliatevi alla vita! Il culto deve contribuire a questo, altrimenti è inutile. E sempre più - lo sapete tanto quanto me - perdiamo i giovani, dappertutto. Ci odiano: non sono interessati a caricarsi sulla spalle un numero sempre maggiore di paure e colpe. Non sono più interessati a sermoni ed esortazioni. Ma sono interessati a imparare qualcosa sull'amore. Come posso essere felice? Come posso vivere? Come posso godere di queste cose meravigliose di cui parlano i mistici? Dunque, ecco la seconda cosa: comprensione. Terzo, non identificarsi. Mentre venivo qui, oggi, qualcuno mi ha chiesto: «Ti senti mai giù?». Ragazzi, mi ha chiesto se mi sento giù, qualche volta. Certo, ho i miei attacchi. Ma non durano, davvero. Cosa faccio? Primo passo: non mi identifico. Ecco che arriva una depressione. Invece di entrare in tensione, invece di irritarmi con me stesso per questo, capisco che mi sento depresso, deluso, o quel che è. Secondo passo: ammetto che il sentimento negativo è in me, non nell'altra persona, per esempio la persona che non mi ha scritto una lettera, o nel mondo esterno: è in me. Perché, finché penso che sia al di fuori di me, mi sento giustificato a rimanere attaccato al mio sentimento.

Non posso dire che tutti si sentirebbero allo stesso modo: in effetti, solo le persone stupide lo farebbero, solo le persone addormentate. Terzo passo: non mi identifico con il sentimento. L'"io" non è il sentimento. L'"io" non è solo, non è depresso,

Messaggio per un'Aquila...

non è deluso. La delusione è lì, e uno la osserva. Rimarreste sorpresi nel vedere in quanto poco tempo scivola via. Tutto ciò di cui siete consapevoli continua a cambiare: le nubi si muovono sempre. E mentre si agisce in questo modo, si comincia a intuire anche il motivo per cui le nubi sono giunte. Ho una citazione interessante da farvi a questo proposito, alcune frasi che vorrei scrivere a lettere dorate. Le ho tratte dal libro (I ragazzi di Summerhill) di A.S. Neill. Prima però vi devo spiegare i retroscena. Forse sapete già che Neill è stato impegnato nel campo dell'educazione per quarant'anni, durante i quali ha sviluppato una scuola del tutto diversa da quelle tradizionali. In questa scuola venivano ammessi ragazzi e ragazze, che lui lasciava completamente liberi. Se volete imparare a leggere e scrivere, bene; se non volete imparare a leggere e scrivere, bene. Potete fare quello che volete della vostra vita, a condizione che non interferiate con la libertà degli altri.

Non interferite con la libertà degli altri; per tutto il resto, siete liberi. Diceva che i peggiori in assoluto gli arrivavano dalle scuole dei conventi. Questo accadeva molto tempo fa, naturalmente. Diceva che i ragazzi ci mettevano in media sei mesi per superare tutta la rabbia e il risentimento che avevano accumulato. Si ribellavano per sei mesi, cercando di combattere il sistema. La peggiore era una ragazza che prendeva la bicicletta e andava in città, evitando le lezioni, la scuola, tutto quanto. Ma una volta che superavano la ribellione, tutti volevano imparare, tanto da protestare, talvolta, se non c'era lezione. Ma sceglievano soltanto le materie che li interessavano. Ebbene, si trasformavano. All'inizio, i genitori erano spaventati all'idea di mandare lì i loro figli. Dicevano: «Come li può educare, se non insegna loro la disciplina? Dove insegnare loro le cose, guidarli». Qual era il successo di Neill?

Si prendeva i bambini peggiori, quelli di cui tutti disperavano, e nel giro di sei mesi erano trasformati. Ascoltate quello che scrive - sono parole straordinarie, parole sacre. «Ogni bambino ha dentro di sé un dio. I nostri tentativi di plasmare il bambino non fanno altro che trasformare quel dio in un demonio. I bambini arrivano alla mia scuola e sono dei piccoli diavoli che odiano il mondo, con tendenze distruttive, sono sgarbati, bugiardi, ladri, lunatici. Nel giro di sei mesi sono bambini felici e sani che non fanno del male». Sono parole sorprendenti da parte di un uomo la cui scuola, in Gran Bretagna, è regolarmente ispezionata dai rappresentanti del Ministero della Pubblica Istruzione, da direttori e direttrici e da chiunque voglia andare a visitarla. Sorprendente. È merito del suo carisma.

Queste cose non si fanno copiando da qualche parte: bisogna essere persone speciali. In occasione di alcune conferenze tenute in presenza di direttori e direttrici, ha detto: «Venite a Summerhill e scoprirete che gli alberi sono carichi di frutti: nessuno coglie i frutti dagli alberi, non c'è desiderio di attaccare l'autorità; i ragazzi sono ben nutriti e non c'è risentimento, né rabbia. Venite a Summerhill, e non riuscirete a trovare un bambino handicappato con un soprannome (sapete come possono essere crudeli i ragazzi con uno che balbetta). Non troverete nessuno che punzecchi un balbuziente, mai. Non c'è violenza in quei bambini, perché nessuno esercita violenza su di loro: ecco il perché». Ascoltate queste parole di rivelazione, parole sacre. Nel mondo, ci sono persone così. Per quanto possano dirvi gli eruditi, i preti e i teologi, ci sono e ci sono state persone che non hanno motivo di litigio, non hanno gelosie, conflitti, guerre, nemici, niente! Esistono nel mio paese, o meglio - e mi rattrista dirlo esistevano fino a poco tempo fa. Ho amici gesuiti che sono andati a vivere e lavorare

Messaggio per un'Aquila...

in mezzo a persone che, mi assicurano, sono incapaci di rubare o mentire. Una suora mi disse che nel nordest dell'India, dove andava a lavorare in mezzo ad alcune tribù del luogo, nessuno chiudeva la porta a chiave. Niente veniva mai rubato e nessuno mentiva - finché non comparvero il governo indiano e i missionari. Ogni bambino ha dentro di sé un dio, i nostri tentativi di plasmare il bambino trasformeranno quel dio in un demonio. C'è uno stupendo film italiano diretto da Federico Fellini, (8 e mezzo). In una scena c'è un prete cristiano che va a fare un pic nic, o un'escursione, con un gruppo di ragazzini tra gli otto e i dieci anni. Sono sulla spiaggia e vanno avanti, mentre il prete si trova in retroguardia guardia con intorno tre o quattro ragazzi. Quelli davanti s'imbattono in una donna anziana che è una puttana, e le dicono: «Ciao» e lei: «Ciao». I ragazzi le chiedono: «Chi sei?». Lei risponde: «Sono una prostituta». Loro non sanno cosa significhi, ma fingono di saperlo. Uno dei ragazzi, che sembra un po' più esperto degli altri, dice: «Una prostituta è una che fa certe cose se la paghi». Gli chiedono: «Farebbe quelle cose, se noi la paghiamo?». «Perché no?» fu la risposta.

Così , fanno una colletta e le danno i soldi, dicendo: «Adesso che ti abbiamo dato i soldi, ci fai quelle certe cose?». Lei risponde: «Certo, ragazzi, cosa volete che faccia?». L'unica cosa che viene in mente ai ragazzi è farla spogliare. Così, lei si spoglia. Loro la guardano: non hanno mai visto una donna nuda prima di allora. I ragazzi non sanno cos'altro farle fare, e così le dicono: «Potresti ballare?». E lei: «Certo». Tutti si mettono in cerchio, cantando e battendo le mani; la puttana muove il didietro e i ragazzi si divertono un mondo. Il prete vede tutto: corre sulla spiaggia e si mette a urlare contro la donna. La fa rivestire, e la voce narrante dice: «In quell'attimo, i ragazzi persero l'innocenza; fino a quel momento, erano puri,

splendidi». Questo non è un problema raro. Conosco un missionario gesuita piuttosto conservatore, in India, che ha partecipato a un mio seminario. Mentre io sviluppavo questo tema, nel corso di due giorni, egli soffriva. La seconda sera venne da me e disse: «Tony, non riesco neppure a spiegarti quanto sto soffrendo, ascoltandoti parlare». Gli chiesi: «Perché, Stan?». E lui: «Stai facendo rivivere dentro di me una domanda che ho represso per venticinque anni, una domanda orribile. Io mi chiedevo ogni giorno: non ho rovinato questa gente convertendola al cristianesimo?». Questo gesuita non era uno dei vostri liberali: era un uomo ortodosso, devoto, pio e conservatore. Eppure sentiva di rovinare delle persone felici, amorevoli, semplici e prive di astuzie, convertendole al cristianesimo.

I Missionari americani che si erano recati nelle isole della Polinesia con le loro mogli rimasero scandalizzati vedendo le donne andare in chiesa a seno nudo. Le mogli insistettero perché le donne si presentassero vestite più decentemente. Così, i missionari diedero loro delle camicie da indossare. La domenica seguente le donne arrivarono in chiesa con le camicie, in cui avevano tagliato due grandi fori per favorire la ventilazione e la comodità. Avevano ragione loro: erano i missionari dalla parte del torto. Ma ora torniamo a Neill. Egli dice: «Io non sono un genio, sono solo un uomo che si rifiuta di guidare i passi di un bambino» Ma allora, cosa ne è del peccato originale? Neill afferma che ogni bambino ha dentro di sé un dio; i nostri tentativi di plasmare il bambino trasformeranno quel dio in un demone. Egli lascia che i bambini si formino da soli i propri valori e i valori sono invariabilmente buoni e rispettosi della società. Possibile? Quando un bambino si sente amato (che significa: quando un bambino sente che siete dalla sua parte), sta bene. Il bambino non vive più la violenza sulla

Messaggio per un'Aquila...

sua pelle. Niente paure, e dunque niente violenza. Il bambino inizia così a trattare gli altri nel modo in cui viene trattato lui. Dovete leggere quel libro. È un libro sacro, davvero. Leggetelo: ha rivoluzionato la mia vita e il mio modo di rapportarmi alla gente. Ho iniziato ad assistere a dei miracoli. Ho iniziato a vedere l'insoddisfazione che mi era stata instillata, la competitività, i paragoni, i "non basta, eccetera". Potreste obiettare che, se non mi avessero stimolato, non sarei mai diventato quello che sono. Ma avevo bisogno di tutte quelle pressioni? E poi, chi vuole essere quello che sono io? Io voglio essere felice, voglio essere sacro, voglio essere pieno d'amore, voglio stare in pace con me stesso, voglio essere libero, voglio essere un essere umano. Sapete da cosa derivano le guerre? Derivano dalla proiezione esterna del conflitto che è dentro di noi.

Mostratemi un individuo in cui non è presente un conflitto interno e io vi mostrerò un individuo in cui non c'è violenza. Forse in quella persona ci potrà essere azione, anche portata all'estremo, ma mai odio. Quando agisce, agisce come farebbe un chirurgo; quando agisce, agisce come un insegnante amorevole con dei bambini ritardati mentali. Non li si biasima, li si comprende: ma si agisce. D'altra parte, quando si agisce a partire dal proprio odio e dalla propria violenza, senza saperla indirizzare verso qualcosa, si aggrava l'errore, perché si cerca di spegnere il fuoco per mezzo del fuoco, o di arginare un'alluvione con l'acqua. Ripeto quello che ha scritto Neill: «Ogni bambino ha dentro di sé un dio. I nostri tentativi di plasmare il bambino trasformeranno il dio in un demonio. I bambini arrivano alla mia scuola e sono dei piccoli diavoli che odiano il mondo, con tendenze distruttive, sono sgarbati, bugiardi, ladri, lunatici. Nel giro di sei mesi sono bambini felici e sani che non fanno del male. E io no sono un genio, sono solo

un uomo che rifiuta di guidare i passi di un bambino. Lascio che si formino i loro valori e quei valori sono invariabilmente buoni e rispettosi della società. La religione che rende buone delle persone ne rende cattive altre, mentre la religione nota come libertà rende tutti buoni, perché distrugge il conflitto interno (la parola "interno", l'ho aggiunta io) che rende demoni le persone». Neill dice anche: «La prima cosa che faccio quando un bambino arriva a Summerhill è distruggere la sua la sua coscienza». Immagino che abbiate capito di cosa stia parlando, perché io lo capisco. Non c'è bisogno di una coscienza, quando c'è consapevolezza; non c'è bisogno di coscienza, quando c'è sensibilità. Non si è violenti, non si è paurosi.

Probabilmente pensate che sia un ideale irraggiungibile. Ebbene, leggete il libro. Mi sono imbattuto in individui, in posti e circostanze diverse, che improvvisamente si trovano a capire questa verità: la radice del male è dentro di noi. E quando si comincia a capire questo, si smette di fare delle richieste a se stessi, di avere aspettative da se stessi, e si capisce. Nutritevi di cibo nutriente, cibo buono e nutriente. Non sto parlando di cibo vero: sto parlando di tramonti, di natura, di un buon film, di un buon libro, di un lavoro piacevole, di buona compagnia, e forse riuscirete a spezzare le vostre assuefazioni, entrando in contatto con questi nuovi sentimenti. Che tipo di sentimenti si provano quando si è in contatto con la realtà, o quando si è assorbiti da un lavoro che si ama? O quando si sta davvero conservando con qualcuno della cui compagnia si riesce a godere, sentendosi aperti e vicini, ma senza abbarbicarsi a lui? Che tipo di sentimenti provate? Paragonateli a quelli che provate quando avete la meglio in una discussione, o quando vincete una gara, o quando diventate popolari, o quando tutti vi applaudono.

Messaggio per un'Aquila...

Questi ultimi li chiamo sentimenti mondani; i primi li chiamo sentimenti dell'anima. Moltissime persone si guadagnano il mondo ma perdono l'anima. Moltissime persone vivono una vita vuota e priva di un'anima perché si nutrono di popolarità, apprezzamento, lode, di «Io sono O.K., tu sei O.K.», guardami, stammi vicino, sostienimi, apprezzami; si nutrono di potere, di vittorie. Voi vi nutrite di questo? Se è così, siete morti. Avete perso la vostra anima. Nutritevi di materiali diversi, più nutrienti. Allora assisterete alla trasformazione. Vi ho dato un programma per tutta la vita, non è vero?

FINE