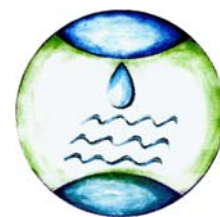


# Gocce di Armonia

<http://www.goccediarmonia.it>



Anno XII — N° 105  
Maggio 2008  
E-mail: [goccediarmonia@goccediarmonia.it](mailto:goccediarmonia@goccediarmonia.it)  
No profit



## La consapevolezza s'impara!

**C**on il racconto autobiografico ho, ed abbiamo, intravisto le tortuosità dell'animo e della nostra mente, abbiamo ascoltato dei compagni squisiti che ci hanno donato una montagna di emozioni e sensazioni da cui ho raccolto una serie di riverberi, di déjà-vu. Siamo partiti dal raccontare la nostra verità, la nostra storia personale ed abbiamo avuto il coraggio di mostrare l'un l'altro quello che il giudizio della gente definisce: fallimento, insufficienza, insuccesso. Ci siamo mostrati con i nostri pianti non fatti, esclusi dall'amore della nostra famiglia, con la ferita del non-amato, con le nostre speranze, con la nostra fiducia, con le nostre esperienze intime, con la nostra luce interiore accesa...e ora ci ritroviamo più forti!

Sta ad ognuno di noi far buon uso di questo tesoro che ha realizzato, perché è una forza che, comunque, abbisogna di essere convalidata dalla vita quotidiana in mezzo alle difficoltà di ogni giorno. Siamo partiti dalla scuola guida, ma sarà il traffico caotico che ci dirà se siamo capaci di guidare; molto francamente: se avrò ancora necessità di aggredire per difendermi sarà segno che questa energia non è ancora sufficiente.

Dalle dinamiche mentali alla consapevolezza. Mi piace ipotizzare che questa forza possa cristallizzarsi in consapevolezza poiché la consapevolezza si impara, è frutto di disciplina, nasce dalla costanza, dalla perseveranza e dall'attenzione. Una sua caratteristica è di essere come una parola scritta con l'inchiostro... è difficile da cancellare, anche se basta un po' di polvere per nascerla. Il nocciolo della questione sta nell'abilità di acquisire consapevolezza e nella capacità di rimuovere la polvere perché il "nome segreto", il "diamante", possa riflettere e per me ci sono mille motivi che mi fanno impolverare.

Dalle dinamiche della mente, dai giochi dell'ego alla consapevolezza ed all'abbandono. In poche parole il percorso che da migliaia di anni ci viene proposto come l'antidoto alla morte, la pietra filosofale, il Kaivalya, lo yoga. Una strada che vede il gruppo dei pellegrini diminuire con il passare del tempo fino a diventare unici viandanti; solamente due piedi possono calpesta-

re il suolo della propria interiorità. L'antica saggezza ci rassicura che il miracolo accadrà quando ci si abbandonerà al Maestro, sollevati dalle Sue forti braccia rimarrà solamente il segno delle Sue orme.

Sta arrivando il tempo che dedicheremo a Cesclans. Come il muratore si interrompe per verificare se il muro appena costruito è dritto, così è tempo anche per noi di guardare il percorso realizzato in questo inverno; Cesclans per me è sinonimo di full-immersion, di tempo dedicato a me stesso, dove mi darò un'altra possibilità di cogliere attraverso l'introspezione l'eventuale cammino fatto, dove potrò fare il punto e prendere la direzione per un altro anno di cammino.

Il mio desiderio ed augurio è che le persone che parteciperanno intendano fare gruppo, continuare il lavoro autobiografico visto che ha dato come risultato l'abbattimento di muri di incomprensione.

Mi piacerebbe confrontarmi con voi per comprendere se assegniamo lo stesso significato alle parole: dinamiche della mente, consapevolezza ed abbandono.

Ipotizzando con questi tre termini tre stati in cui il Sé si può trovare ed ipotizzandoli come gradi che partendo dallo stato di infelicità si arrivi alla felicità, chiedervi se è indispensabile passare attraverso questi tre stati o se esistono scorciatoie o passaggi alternativi.

In altre parole posso realizzare lo stato di "resa" se non comprendo lo stato di malessere in cui ogni tanto ricasco? Posso "abbandonarmi" se un desiderio o una paura mi fanno compiere delle azioni? Il sentenziare appartiene alla consapevolezza o alle dinamiche della mente? L'osservare invece? Quando trasformo un racconto personale in generalizzazione, ad esempio quando dico: "tutti la pensano così", cosa sta succedendo dentro di me. Quando Socrate affermò conosci te stesso, proponeva questo lavoro qui abbozzato?

**Renzo SARTOREL**



L'articolo dello scorso numero, a firma di Gloria Cavalli, "Esternare alcune riflessioni", ha suscitato un "dibattito" attraverso la posta elettronica che si riporta di seguito...

## Le parole sono etichette

**V**i saluto tutti, l'articolo di Gloria dell'ultimo numero della rivista (104 ndr) mi sollecita alcune brevi riflessioni:

dobbiamo sapere che le cose come le leggiamo sono le parole che abbiamo già a disposizione. le parole sono etichette che abbiamo dato a quei riflessi che le cose provocano ai nostri cinque sensi.

Quelle sensazioni, nominate, si sono cristallizzate, sono diventati concetti.

I nostri pensieri sono quei concetti, quelle parole che si sono accumulate nel tempo, che non sono cose oggettive.

A noi sfugge continuamente l'oggettività, questo è ciò che in prima istanza ci trascende. se parlare serve a comunicare, noi dobbiamo sapere che le parole usate non sono la realtà esterna, ma la nostra interpretazione di quella realtà.

L'interpretazione che qualcun'altro ci ha trasmesso, consegnandoci le parole.

Dobbiamo imparare che nulla è permanente che tutto passa.

I monaci buddisti meditano "sull'impermanenza di ogni aggregato" e fan bene. Nessuna delle cose di cui abbiamo esperienza dura in eterno.

Viviamo in un mondo che non ci abitua all'andarsene delle cose ma questa è la legge che regola ogni cosa.

Ciò che si è tentato sempre è stato, al contrario, di fermare l'inevitabile dissoluzione di ogni cosa.

La frase che recita che siamo come nani sulle spalle di giganti è di Bernardo di Chartres, la scrive dopo il 1100 e fa riferimento al fatto che i giganti del pensiero allora erano Platone ed Aristotele, mentre i padri della Chiesa erano i nani, che stando sulle spalle degli altri due, vedono più lontano.

Come dire: le basi le hanno gettate loro ma con l'aggiunta del Cristianesimo lo sguardo va oltre. Questo dovrebbe aiutarci a comprendere il peso che la filosofia greca ha nell'edificazione della tradizione Cristiana.

Platone e Aristotele non sono due padri della Chiesa, non sono neppure due profeti Ebraici, e dunque che c'azzeccano?

un abbraccio a tutti

**Enrico NARDIN**

## QUELLA È L'UNICA COSA GIUSTA

**Q**uesto conferma ancora una volta una mia vecchia convinzione che ogni persona è intrisa del clima in cui vive e pensa, giudica, agisce in base a ciò che ha assorbito dall'ambiente in cui è inserito, sempre convinto che "QUELLA È L'UNICA COSA GIUSTA".

È difficile (impossibile?) svuotarsi dell'atmosfera che una persona ha 'respirato' Da sempre e, come dice Renzo, quando uno parla esprime se stesso, il suo animo, la sua esperienza.

È utile rinfrescare con messaggi come questo il nostro profondo convincimento, perché ci aiuta a scalfire un poco IL dogmatismo che ci permea.

GRAZIE

**Maria Luisa MANERA**

**Parlare molto di sé può essere anche un modo per nascondersi. (Nietzsche)**

## Non bisogna vergognarsi dei fallimenti

**N**ell'esperienza riportata dalla signora Cavalli sull'ultimo giornalino si parla di ruoli. Ora, tutti noi che abbiamo letto il suo scritto, assumiamo il ruolo di "critici" e lei si ritrova il ruolo di "criticata".

Io la "critico" (benevolmente s'intende) – e forse la invidio – per la maniera di esporre i suoi pensieri in maniera così dettagliata ed adoperando un linguaggio ricercato e da manuale.

Solitamente preferisco leggere le cose di immediata comprensione e questo per non far fare troppa fatica al mio cervello! Infatti dopo aver finito di leggere il "giornalino" ho pensato: "Bella e istruttiva la fiaba indiana".

Rendendomi conto che le conclusioni tratte erano state affrettate e superficiali ho voluto rileggere ciò che aveva scritto (tre volte.....). La cosa che mi è rimasta più impressa è che non bisogna vergognarsi dei fallimenti, l'importante è avere il coraggio di riconoscerli, rialzarsi e soprattutto farsi aiutare da chi ti tende una mano amichevolmente! Ogni fallimento è una lezione di vita, fa parte del bagaglio di esperienze che ognuno di noi si porta appresso, ti aiuta a crescere e a migliorare.

Non è importante con quali parole uno esprima il suo stato d'animo, in fondo la cosa importante è che riesca a farlo. Troverà sempre qualcuno che capirà quello che voleva dire perché quest'ultimo avrebbe voluto esternare le stesse cose ma non trovava le parole adatte.

Infine si può chiedere benissimo di spiegare il proprio pensiero con altre parole...

**Rita TRUGLIO—Trieste**



## Le reazioni che le mie riflessioni hanno suscitato



**M**i fa piacere citare il pezzo del libro che ho chiuso, prima di leggere, ignara dei contenuti, le reazioni che le mie riflessioni hanno suscitato..Se con la sua solita grande dedizione e disponibilità, aggiunte alla sua maestria tecnica, Antonio potesse inviare quanto di seguito, sarei grata dell'opera....

"...come nell'Europa cristiana gli autori pagani erano serviti come una fonte di analogie per dimostrare la superiorità del Cristo,così gli scrittori islamici fecero uso del corpus greco per provare le verità del Corano.....lo studioso al-Farabi,si stabilì a Damasco dove scrisse trattati critici su Aristotele,Platone e Galeno....in queste opere espose la teoria che la filosofia, come la religione potesse contribuire al raggiungimento della verità seguendo una via diversa e attirando ogni genere di viaggiatore.Ciascuna di queste vie,la religiosa e la filosofica offriva due livelli di ricerca.La più alta,quella dell'indagine metafisica,era riservata ai pochi,il cui spirito e intelligenza consentivano di comprendere formulazioni astratte;l'altra,accessibile alla maggioranza della gente comune si seguiva tramite storie,miti,indovinelli e parabole.In una società ideale,entrambe le vie,ed entrambi i livelli all'interno delle vie,coesistevano,anche se vi erano studiosi che pensavano che gli esponenti del livello inferiore,fossero dei ciarlatani. Platone era stato ancora più duro nel definirli "falsificatori della verità" e come abbiamo accennato,li aveva banditi dalla sua Repubblica."

**Gloria CAVALLI**





## Mi mancate già molto...

**A**nche se vi ho salutato temporaneamente, so che tornerò perché voi mi siete così utili e necessari. Ora è tempo che lavori da sola per un po' e poi si vedrà.

La vita mi pone delle scelte che sono costretta a fare anche se mi ero fatta una promessa che non avrei permesso a nessuno di tarparmi le ali. Al lato pratico non è stato così, purtroppo, ma non è detto che sarà sempre così.

Mi mancate già molto e sappiate, comunque, che vi penso e sono sempre con voi e mi terrò in contatto con alcuni per darvi mie notizie e avere le vostre.

Con affetto, vostra "goccia"

**Marina DE ROSSI**

P.S.: Se volete salutarmi, mi farà piacere... chiamatemi

(041944025—3402297851)

**Le Gocce di Armonia, per la loro classica Full-Immersion annuale, saranno a Cesclans (Udine), dal**

**18 al 22 giugno 2008**

**Vuoi partecipare?  
Chiedi notizie scrivendo a:**

**[goccediarmonia@goccediarmonia.it](mailto:goccediarmonia@goccediarmonia.it)**



## Il Taglialegna

**U**n taglialegna stava per alzare l'accetta contro una quercia quando sentì una voce:

- Fermati, non tagliarmi, le mie ghiande non sono ancora mature!

Il taglialegna passò al ciliegio selvatico:  
- Tra i miei rami canta l'usignolo, se non ci sarò più, volerà via.

Il pino gli disse:

- Io sono un sempreverde. Senza di me il bosco non sarà più la stessa cosa!

Tutti gli alberi ebbero qualcosa da dire al boscaiolo e questi non ebbe cuore di tagliarne alcuno.

Sulla strada di casa, incontrò un vecchierello - con una camicia di scorza di betulla e un giubbotto di corteccia di pino - che gli allungava un ramoscello d'oro:

- Ti voglio ringraziare di non aver ucciso i miei figli. Prendi questo ramoscello, esaudirà ogni tuo desiderio. Ma non esagerare se non vuoi guai!

Il taglialegna scosse per tre volte il ramoscello vicino a un formicaio, ordinando:

- Formiche, andate a costruirmi il granaio! E si mise a dormire. Il mattino dopo, il taglialegna vide che al posto del suo vecchio granaio tutto cadente ce n'era uno solido e nuovo di zecca.

Col tempo il taglialegna imparò a usare con profitto il ramoscello: ai ragni comandava di tessere la tela, alle talpe di zappare, alle formiche di seminare e raccogliere. Gli alberi fornivano direttamente succhi di frutta e le api il miele; la pentola cucinava da sola e apparecchiava la tavola.

Alla sua morte il taglialegna consegnò il ramoscello al figlio, raccomandandogli il buon uso. Così, di generazione in generazione, il ramoscello servì devotamente i suoi padroni, fino a quando capitò in mano a un uomo poco ragionevole e superbo. Quest'uomo volle un giorno che il sole scendesse appositamente dal cielo per riscaldargli la schiena. Il sole lo accontentò, ma mandò sulla terra dei raggi così cocenti che in breve la casa andò a fuoco. Anche il ramoscello bruciò e gli alberi, per la paura, persero per sempre la parola. **(Fiaba Estone)**