

Gocce di Armonia

<http://www.goccediarmonia.it>



Anno XIII — N° 114
Maggio 2009
E-mail: goccediarmonia@goccediarmonia.it
Non profit



Non aver più bisogno di emozioni

Sembra assurdo, ma è proprio così!!!
Tutti si augurano l'un l'altro felicità, pace, serenità: sembra proprio che lo desiderino per se stessi e per i loro cari, ma poi se andiamo a vedere la nostra vita quotidiana, sembra proprio che non riusciamo a vivere senza procurarci o procurare delle complicazioni che movimentano la nostra esistenza che altrimenti risulterebbe piatta e scialba. Sta scritto che le emozioni sono il sale della vita, e la verità di questo assioma lo possiamo verificare tutti i santi giorni, spesso e volentieri a nostre spese.

Voglio raccontare un piccolo aneddoto tratto dalla serie dell'**interprise** «Un giorno Spak ed il capitano Kerk sbarcarono su di un pianeta ove tutto sembrava perfetto, temperatura, natura lussureggiante, pace tranquillità eccetera. Venuti a contatto con gli abitanti di questo pianeta, che avevano raggiunto un tale grado di civiltà da aver superato ogni forma di aggressività e di emozione deleteria, dopo diverse peripezie furono invitati a fermarsi in quel pianeta con tutto l'equipaggio dell' *Interprise* e condividere con loro questo paradiso terrestre dove si viveva da immortali.

La prospettiva era allettante se non che prevedeva il superamento indotto attraverso tecniche di tutta quella parte emotiva che induceva alla lotta, alla competizione, al possesso, alla superiorità degli uni sugli altri, dovendo divenire come cellule di uno stesso organismo in armonia gli uni con gli altri condividendo pace, serenità e conoscenza.

Dopo attenta e lunga riflessione decisero che senza le emozioni forti, la lotta, la supremazia e tutta quella serie di emozioni proprie della natura umana, la vita per loro non era vita ma conservazione sotto vetro e perciò lasciarono quei figli della luce e della beatitudine al loro paradiso e preferirono la natura umana così forte ed emotiva, anche se caduca e mortale»

Questo fatto è emblematico e so che è vero per quanto riguarda l'uomo, ne ho la prova provata, e d'altra parte consideriamo che egli è un essere in evoluzio-

ne, e il corpo emotivo è una parte consistente del suo bagaglio, ed è per questa ragione che cerca emozioni, possibilmente sempre più forti che lo facciano vibrare e sentire vivo.

Il guaio è che spesso queste vibrazioni sono di basso livello, mosse per lo più da desideri triviali di basso contenuto intellettuale, che di fatto complica la vita, a volte la rende drammatica, a volte insopportabile, in cui sembra che dobbiamo per forza rovinarci la vita reciprocamente.

Noi interpretiamo la vita da isolati, da solitari, anche se apparentemente sembra che siamo uniti.

Anche quando siamo solidali con chi è più sfortunato di noi, vogliamo mettere il nostro imprimatur sul nostro dare, quasi a merito e sconto; perfino quando amiamo: il possesso della persona amata è la premessa che mettiamo ad ogni nostro affetto !!!!!

Tutto questo ci dà emozioni, ci fa sentire vivi, umani.

Su questo tema si potrebbe scrivere senza difficoltà un intero volume, certi di non aver ancora svolto totalmente

l'argomento, una cosa però è doveroso dire a quanti sentissero il desiderio di intraprendere una qualsivoglia ricerca spirituale: la spiritualità è la conquista di stati vibratorii sempre più sottili, di stati (intellettuali) sempre più sottili, armoniosi, (non nel senso relazionale come lo intendiamo noi) consapevoli della propria unità e della dipendenza, che di fatto escludono queste forme grossolane di sentimentalismo emotivo, che ricercano emozioni forti.

Possiamo dunque affermare che per l'umano, che normalmente vive più una vita emotiva che di pensiero, che più la vita è complicata e più vale la pena di essere vissuta: anzi che è proprio grazie alla facoltà di complicarsi la vita che egli sbaglia e attraverso i suoi errori impara ed evolve fino al punto di non aver più bisogno di emozioni



Piero LAMON



Avere sempre voglia di provare...

"La vita più è complicata e più vale la pena viverla..."

Una sorta di palestra d'ardimento: allenamento, fatica, percorso tortuoso....ma alla fine, arrivare alla meta ambita con tanta soddisfazione o non farcela, con un'enorme delusione. Mentre con il finale positivo ti senti appagato, pronto e sicuro per la fase successiva, il non essere riuscito a raggiungere la meta, ti aiuta a riflettere e ti serve da esperienza e ti dà il coraggio di ricominciare, magari, con l'aiuto di qualcuno che ti tende una mano amichevole. Sono proprio le esperienze negative che ti maturano, ti fanno crescere e ti evitano ulteriori sbagli o fallimenti. È proprio la "strada" faticosa e complicata che ti dà una carica di adrenalina, ti costringe a metterti alla prova, a rimetterti in discussione e, se anche alla fine fallisci, hai seminato con onesta caparbia e raccolto tanta esperienza...L'importante è non lasciarsi demoralizzare e rimbocarsi nuovamente le maniche: a "quasi" tutto c'è un rimedio. Non abbattersi mai, avere sempre voglia di provare, magari, ripeto, con l'aiuto di qualcuno e con un pizzico di fortuna (non guasta mai) hai l'opportunità di uscire dal labirinto ed entrare in un altro, magari più complicato, ma con la consapevolezza di voler trovare a tutti i costi la via d'uscita.

Il vero fallimento è rinunciare alle prime difficoltà, abbandonare il campo senza provare a combattere, non cercare di risollevarsi dopo una sciocca caduta...nella vita non esistono percorsi facili: se si vuole ottenere qualcosa bisogna lottare.

Rita TRUGLIO

Vivere la vita

"Ma perché vuoi sempre complicarti la vita!" Con questa frase mia madre soleva rimproverarmi ogni qual volta cercavo da ragazzina di trasmetterle le mie ansie.

Sono cresciuta, invecchiata, e a volte ancora adesso quando non riesco a far filtrare i pensieri, e la mente diventa più forte del cuore, quella frase mi torna come eco

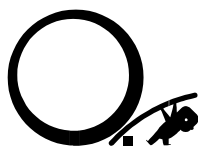
Non saprei dire se effettivamente Più la vita è complicata più vale la pena viverla, sicuramente vivere la vita, è cogliere il respiro ogni qual volta il cuore batte, è accorgersi che dietro le nuvole c'è il sole, anche se piove, trovare Dio nella complicanza quotidiana della tristezza. La vita vale la pena di viverla in ogni sua sfumatura, indipendentemente dal numero di complicanze, o di gioie apparenti, la vita è in ogni suo aspetto un dono di Dio anche se a volte ci riesce difficile accettarlo quando tanta morte e distruzione e malattie colpiscono i più deboli. È sempre e solo la nostra mente che ci prova costantemente a distoglierci dall'attenzione che il cuore può trasmettere. Non ho avuto una vita semplice nel significato più letterale, ma cerco ancora disperatamente di vivere la vita per la sua infinita meraviglia che ogni volta che apro gli occhi continua a donarmi!

Grazie.

Elena STECCHINI

È difficile trovare gli equilibri

La vita dovrebbe scorrere addosso piacevolmente, come quando entri sotto la doccia e l'acqua tiepida ti scorre dandoti mille sensazioni. Purtroppo è difficile trovare gli equilibri giusti, tutti dalla culla in poi fanno a gara a fare in modo che ciò sia quasi impossibile, è un lavoro lungo e paziente quello di recuperare i tanti pezzetti sparsi intorno, rimetterli insieme e capire cosa manca, quando ne avrai coscienza, quando capirai limiti e possibilità, la vita non sarà complicata, sarà solo banalmente vita, con tutte le sue mille sfaccettature, i suoi rischi e le sue domande irrisolvibili. Ma l'importante è esserci, non perché ci si è capitati ma perché si è deciso di esserci, ed allora nulla è complicato, forse hai solo bisogno di far respirare il bambino che hai dentro, lui sa come vivere, è non teme le complicazioni!



Orietta COSTANTINI

La vita più è complicata e più vale la pena di viverla



clama no

Toni, un bel quesito hai proposto! Sono due giorni che ci penso e continuamente mi vengono spontanee due reazioni contrapposte:

a) Ebbene sì, la vita più è complicata a più vale la pena di viverla perché è stimolante, frizzante, ricca di opportunità;

b) E chi me la fa scegliere un'affermazione così carica di problematiche, incertezze, stressante!?

Ripercorro velocemente alcune tappe della vita e l'emozione che mi suscitano mi fanno dire che la mia crescita è avvenuta solo dopo aver vissuto degli strappi molto sofferti. Quindi la conclusione è ovvia - ma è semplice affermarlo a posteriori - quando però sei dentro la tempesta non è certo un percorso desiderato anzi vorresti annullarti, allontanare ogni momento che ti sembra portarti dentro un baratro senza fondo.

C'è una bambina di otto anni, non ancora compiuti, seduta sulla soglia di casa che sta piangendo le sue prime lacrime silenziose, il dolore che la pervade non è condivisibile perché nessuno capirebbe lo struggente vuoto che prova. Era stata offesa da un'affermazione gratuita e tagliente che non corrispondeva al vero, ma nessuna persona le potrebbe credere, anzi, la deriderebbe, forse per sdrammatizzare, ma certi sentimenti non si possono sottovalutare.

Fu una prima tappa verso l'autonomia e la convinzione che ognuno deve vivere con le proprie convinzioni e non su ciò che altri pensano.

Un'adolescente spensierata, gioiosa, protetta, ricca di speranze.... un fulmine a ciel sereno scoppia improvviso un venerdì pomeriggio mentre era impegnata con i suoi libri di scuola: un suono di campanello, una frase "vieni a casa con me perché la prossima settimana dovrai andare a lavorare...."

Nessuno capì il pianto diretto che ha lasciato sul quel cuscino che non sarebbe più stato il suo. Quante persone avrebbero desiderato un lavoro! Per lei invece voleva dire lasciare il nido caldo che la zia le aveva creato da sempre, abbandonare la scuola per andare verso un ignoto che faceva paura perché voleva dire cambiare città, amicizie, contesto familiare. Ci vollero un paio d'anni per metabolizzare tutto questo e solo guardando indietro si può cogliere la positività del nuovo cammino pur essendo ancora molto opaco e traballante.

Ribellioni, frammisti a sottomissioni mal accettate, desideri di spazi liberi non capiti perché dovevo aprire la pista alla legittima autonomia che i figli re-

per sé... qui la ricerca di chi si è, di cosa si vuol fare, quale strada percorrere è stata molto combattuta e sofferta...

Sembra assurdo, ma per me è stato provvidenziale un incidente stradale che mi lasciò dei segni indelebili, e non solo fisici.

Qui si spalancò uno squarcio d'azzurro impensabile e imprevedibile per cui posso dire che in quella sofferenza gridavo alla vita affermando che valeva la pena di viverla. Ricordo che lo affermavo anche a chi mi guardava con un po' di compassione o tentava in modo maldestro di "consolarmi" ma nessuno percepiva il paradiso che avevo dentro, anzi, quando affermavo che per me è stato un dono mi guardavano ammutolite e incredule. Ancora una volta non ero capita ma questa volta non mi interessava più di tanto: stavo crescendo verso la vita vera.

Quella dell'incidente fu l'occasione in cui finalmente ho toccato delle punte di felicità mai provate prima. Mentre all'esterno, parenti, amici, conoscenti mi circondavano di preoccupanti attenzioni, il mio animo volava verso uno spazio di libertà, abbandono al volere divino, amore senza perché e senza confini. Scivolarono degli anni impegnati fra processo penale, controlli medici, interventi chirurgici a Venezia, Milano, Reggio Emilia, ma era un'esperienza esterna a me, il mio vero io era immerso nella grande scoperta della gioia che vibrava in me e che mi accompagnava continuamente.

Sentivo che non ero sola, le persone che si muovevano attorno, pur apprezzandole, non reggevano il paragone con ciò che cantava nel mio cuore.

Questa esperienza, non trasmissibile perché vissuta solo nel mio intimo, mi ha fatto diventare un gigante nella convinzione che la **vita più è complicata e più vale la pena di viverla.**

Tutto ciò che è seguito nelle scelte successive è sempre stato illuminato da questo faro anche se devo affermare che è un faro spesso nascosto dalle nebbie dei dubbi, delle contrarietà, del disagio del quotidiano e pertanto a volte faticoso da intravedere.

Quando mi succede questo mi viene in aiuto l'immagine di chiusura di alcuni film in cui Charlot, dopo tante peripezie, si allontana dallo schermo roteando il bastone con la mano destra e sgambettando fiducioso verso lo sfondo (*l'infinito*) girando le spalle allo spettatore (*il passato*) calciando la polvere con il piede sinistro: *fiducia nel domani.*

MariaLuisa MANERA



Non voglio complicarmi la vita...

Qualcuno, non ricordo chi(?), qualche tempo fa ha usato questa frase: **"Non voglio complicarmi la vita..."**.

Non entro nel dettaglio del significato del termine "complicato" ma mi piace usare questa parola per comprendere, invece, come potrebbe apparire complicata la vita di ognuno di noi.

Ricordo che da bambino, sullo stesso condominio dove abitavo con i miei, nello stesso pianerottolo abitava un'altra famiglia dove, fra di noi, si era intessuto un rapporto umano - e amichevole - che aveva fatto nascere un'amicizia sincera soprattutto fra le due donne di casa e noi bambini. Le due porte erano sempre aperte e potevamo entrare ed uscire dai due appartamenti come se in realtà ne fosse stato uno soltanto. Era facile che a qualcuno di noi mancasse il latte o le uova ed era altrettanto facile chiedere al vicino in prestito un bicchiere di latte o due uova e, anche il sale e quant'altro potesse servire. Era uno scambio di cortesie reciproco. C'erano un mare di difficoltà: i soldi non bastavano mai e, quindi, era facile solidarizzare con chi stava sulla stessa "barca". Questa, a mio parere, la posso definire "semplicità".

Alcuni, forse per mancanza di buona volontà nel riflettere, fanno fatica a ricordare, non solo il passato, ma neanche quello che è accaduto cinque minuti fa. Per i comuni mortali...quelli, cioè, che hanno stipendi diciamo così..."da comuni mortali", se dobbiamo usare il termine "complicato", hanno sempre avuto "complicazioni" (tradotte in difficoltà) a gestire il "magro" bilancio familiare; o perché c'è la rata del mutuo da pagare oppure per l'assicurazione dell'auto, o perché i figli non si applicano a scuola o per questo o per quello... insomma, queste complicazioni, alias, difficoltà, hanno fatto e continuano a fare il bello e cattivo tempo in quasi tutte le famiglie della terra.

Non so quali possano essere le complicazioni di una persona se non quelle di dover alzarsi di buon'ora per andare al lavoro, oppure avere la "complicazione" con la salute e può anche capitare di avere una complicazione con il cuore sentimentale, o con la famiglia, o con la banca, o con il salumiere...insomma, se noi definiamo "complicazioni" tutto questo, significa che stiamo molto lontani dal vero senso della vita...ammesso che la vita abbia un "vero" senso!

In un paese del sud, quando i bambini nascono, gli adulti piangono pensando a tutte le "sofferenze" (complicazioni?) che il bambino andrà incontro nel corso della sua vita e sono manifestamente contenti, quando un adulto muore perché ha terminato di soffrire.

Il quotidiano di ogni singolo essere umano è "ricco" di diverse varietà di "complicanze" ivi compresa la sofferenza fisica e morale (sentimentale) di ognuno, sia che questi appartenga alla classe sociale medio bassa e sia che questi possa essere agiato se non straricco. Non esistono difficoltà nella vita: esiste la vita con il suo vissuto e con quello che ognuno di noi ci mette dentro: sia che voglia essere bello oppure brutto. Sta a noi comprendere cosa vogliamo dalla nostra vita.

Le complicazioni, o le difficoltà, appartengono al raccolto di quanto seminiamo. Se in tutto questo c'è anche del rischio, possiamo raccogliere bene come possiamo avere un raccolto magro ma, purtroppo per chi non crede nelle proprie possibilità, è importante come viviamo il "durante" perché quello che abbiamo vissuto in passato o quello che forse vivremo in futuro, appartengono alla fantasia perché, alla fine, quello che conta è il presente che è nient'altro il futuro di ieri e il passato di oggi.

Antonio LIPARI



**La Full-Immersion si terrà a Cesclans (Udine)
dal 10 al 14 giugno 2009**

