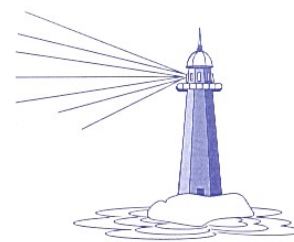


THE LIGHTHOUSE

Newsletter della
Foundation for A Course in Miracles,
Volume 11, numero 1, marzo 2000.



IL PROCESSO DEL RISVEGLIO: GUARDARE IL NOSTRO ODIO

Gloria e Kenneth Wapnick

In passato abbiamo scritto in queste pagine delle lampanti espressioni di odio che abbondano nel nostro mondo – sia nel mondo in generale che nel mondo più personale delle nostre relazioni quotidiane. È lo struzzo in noi che vorrebbe pretendere che la malvagità di questo mondo sia soltanto una aberrazione, mentre seppelliamo la nostra testa nella sabbia di occhiali tinti di rosa che vedono solo i frutti della negazione, *non* i frutti dello Spirito. Mentre è certamente vero che molte spiritualità enfatizzano il guardare il bene, basandosi sulla presunzione che Dio creò il mondo e le persone in esso, è anche certamente vero che questo *non* è il punto focale di *Un corso in Miracoli*. Con estrema chiarezza il Corso si separa da queste spiritualità che sostengono questa metafisica dualistica e afferma l'esatto opposto: Dio *non* creò il mondo, il corpo o la forma di qualsiasi tipo. Piuttosto ci viene insegnato da Gesù in *Un Corso in Miracoli* che il mondo è il sogno di paura dell'ego che abbiamo scelto come sostituto dell'Amore di Dio e il miracolo (o perdono) è il mezzo con il quale viene conseguito il risveglio da questo sogno. Così leggiamo:

...la base del miracolo...significa che hai capito che i sogni sono sogni, e che sfuggire loro non dipende dal sogno, ma soltanto dallo svegliarsi...I sogni che pensi ti piacciono, ti ritarderanno tanto quelli in cui si vede la paura. Perché ogni sogno non è che un sogno di paura, non importa quale forma sembri assumere. La paura viene vista all'interno, all'esterno, o in tutt'e due. Oppure può essere camuffata in una forma piacevole. Ma non è mai assente dal sogno, poiché la paura è il materiale di cui sono fatti tutti (T-29.IV.1:3;2:1-5).

Comprese correttamente queste frasi sottolineano che lo scopo di *Un Corso in Miracoli* non è di aiutarci a rendere i nostri sogni – le nostre vite fisiche qui nel mondo – un adempimento delle speranze contenute nei drammi e nei ruoli individuali che abbiamo assegnato a noi stessi e ad altri nel sogno. Per esempio le persone che sembrano ottenere quello che vogliono – la *forma piacevole* – testimonieranno le loro esperienze di vita come tremendamente soddisfacenti. A seconda di come il mondo la giudica, ce l'hanno fatta. Cionondimeno è tuttora il caso che “ogni sogno non è che un sogno di paura, non importa quale forma sembri assumere.” Come Gesù ci dice nel manuale per insegnanti, basandosi sulla famosa affermazione di Freud riguardo l'artista:

Potere, fama, denaro, piacere fisico: chi è l'“eroe” a cui appartengono tutte queste cose? Potrebbero significare qualcosa se non per un corpo? Ma un corpo non può valutare. Ricercando tali cose la mente si associa a un corpo, oscurando la propria Identità e perdendo di vista cos'è realmente (M-13.2:6-9).

Questo è esattamente quello che fa il sogno del mondo: il suo scopo è dapprima quello di fare un corpo, poi di rafforzare la nostra identificazione con questo corpo, per culminare nel corpo che diventa “l’eroe” del sogno, ogni bisogno del quale – inconscio o conscio – esige la soddisfazione. Molte volte le mete del potere, o della fama, o del denaro, o del piacere fisico – separatamente o collettivamente – sono ammantate in un costume religioso o spirituale, che ne nascondono il vero intento. Perciò appaiono essere qualcosa di diverso da ciò che sono veramente – illusorie e ingannevoli, come lo è il sogno del mondo. Per legittimare questi piani nascosti – specialmente la natura religiosa e spirituale dei ruoli allucinatori che assumiamo per noi stessi – Dio, Gesù, lo Spirito Santo o qualche altro personaggio santo vengono interiorizzati e si dice che ci parlano, confermando la nostra missione speciale verso il genere umano. Inutile dire che *missioni speciali* necessitano di *seguaci speciali*, e così chi cerca viene sedotto e deve essere convinto della inerente santità del suo *leader o insegnante speciale*. Tutta questa attività manipolatoria e pseudo spirituale viene così usata per giustificare le attitudini ed i comportamenti che in verità non sono altro che le declamazioni dell’ego inconscio, che strepita nel suo sogno di *desiderio*, come spiega il seguente brano del testo:

I sogni sono scoppi di collera della percezione in cui letteralmente urla: “Voglio che sia così!” E così sembra essere. E tuttavia il sogno non può sfuggire alla sua origine. Rabbia e paura lo pervadono e in un istante l’illusione della soddisfazione viene invasa dall’illusione del terrore. Perché il sogno della tua capacità di controllare la realtà sostituendole un mondo che preferisci è terrorizzante. I tuoi tentativi di cancellare la realtà fanno molta paura, ma non sei disposto ad accettarlo. E così la sostituisci con la fantasia che ciò che è spaventoso è la realtà, non ciò che tu vorresti farne. E così la colpa diventa reale.

I sogni ti mostrano che hai il potere di fare un mondo come vorresti che fosse e che, poiché lo vuoi, lo vedi. E mentre lo vedi non dubiti che sia reale. Ma ecco un mondo, chiaramente nella tua mente, che sembra esserne al di fuori. Tu non rispondi ad esso come se lo avessi fatto, né ti rendi conto che le emozioni che il sogno produce devono venire da te. Sono i personaggi del sogno e ciò che essi fanno, che sembrano fare il sogno. Non ti rendi conto che li stai facendo agire per te, poiché se lo facessi la colpa non sarebbe loro e l’illusione di soddisfazione scomparirebbe (T-18.II.4; 5:1-6).

La verità è che i seguaci di un guru o di un sedicente insegnante o leader spirituale – esempi di personaggi del sogno succitati – spesso saltano i passi difficili che comprendono il sentiero spirituale autentico di lasciarsi il proprio ego alle spalle. C’è spesso la magica speranza che essere semplicemente alla presenza dell’insegnante sia sufficiente. Un corollario di questa distorsione del sentiero spirituale avviene quando un insegnante o uno studente, un guru o un seguace, crede che presenziare a sessioni speciali, compiere “sacri” rituali o aderire a “sante” scadenze temporali porterà in qualche modo il risultato sperato. Il problema in tutti questi casi è la confusione di livello tra mente e corpo. La santità è uno stato della *mente* e non ha *nulla* a che fare col *corpo*, o con quello che il corpo fa o non fa. Il vero aspirante spirituale potrà usare le cose esterne come mezzo per esprimere un cambio di mente ma non perde mai di vista dove si trovano il problema e la risposta.

Gli studenti di *Un Corso in Miracoli* possono facilmente rintracciare la sua enfasi nel trovare e disfare il negativo nel lavoro pionieristico di Sigmund Freud, che è stato discusso in articoli precedenti. Il problema non ha mai che fare con la nostra intrinseca santità in quanto Figlio di Dio, il Cristo eterno e senza forma, ma piuttosto con il nostro aver preso la decisione di scegliere contro questa santità, producendo il sogno di separazione che condusse alla forma e alle nostre identità individuali. Questa difesa mantiene la santità efficacemente lontano dalla nostra consapevolezza, assieme a tutti i ruoli del sogno che ci assegniamo. Questo approccio dell’ego si basa su fondamenta molto solide: se non siamo consapevoli della decisione della nostra mente di essere separati, che inevitabilmente porta alla colpa e all’odio, allora la legge della mente impone che tale odio represso

venga proiettato, ma *con nessuna consapevolezza che questo è stato fatto* (vedi, per es. L-pI.136.3-5).

Ci viene insegnato nel Corso che “chi è terrorizzato può diventare malvagio” (T-3.I.4:2), perché è un corollario della legge della mente che la paura non riconosciuta – il nucleo centrale di tutti i sogni del mondo – porta a odio e a malvagità proiettate. In effetti la storia del mondo e le sue attuali situazioni sostengono una testimonianza lampante di questa sfortunata verità, sia che parliamo della sfera politica, sociale, economica culturale o religiosa. Ed è stupefacente che molto pochi comprendano che la follia dell’attacco che porta all’assassinio – sia esso espresso verbalmente o col comportamento – non può in alcun modo essere giustificato e difeso su basi umanitarie, religiose o spirituali. Per sostenere questo errore documenti spirituali antichi e contemporanei, compreso lo stesso *Un Corso in Miracoli*, vengono citati spesso per sostenere tali attacchi. Tuttavia la natura bizzarra di queste dinamiche contrastanti – *attacco spirituale* – sfuggono a molti.

Nei primi secoli della cosiddetta era Cristiana, molti insegnanti e scrittori Gnostici hanno sottolineato che l’ignoranza – non comprendere la natura e lo scopo del mondo – era uno dei problemi centrali che dovevano essere corretti. Ci viene a mente la meravigliosa formula Valentiniana:

Ciò che libera è la conoscenza di chi eravamo, di quello che siamo diventati; dove eravamo, dove siamo stati gettati; verso dove ci affrettiamo; da cosa siamo redenti; cosa è la nascita e cosa è la rinascita (citato in *Love Does Not Condemn*, pagina delle dediche).

Due millenni dopo è triste riportare che lo stesso problema è tuttora troppo per noi, prendendo a prestito la frase evocativa di Wordsworth. Persino i nostri grandi avanzamenti tecnologici nella comunicazione, come la superautostrada dell’informazione, possono servire ad esacerbare l’errore dell’ignoranza, perché adesso le distorsioni e le disinformazioni ignoranti possono esser usate per propagandare in maniera più spedita ed efficiente, tutto in nome della conoscenza e della libertà, mentre in molti casi i fatti e le intenzioni reali non vengono mai rivelati o compresi.

Nella sezione “La Paura della Redenzione” (e qui possiamo sostituire *risveglio* con *redenzione*) Gesù afferma:

Forse potrai domandarti perché sia di così cruciale importanza per te vedere il tuo odio e renderti conto di tutta la sua portata. Potrai anche pensare che sarebbe abbastanza facile per lo Spirito Santo mostrartelo e dissiparlo senza che ti sia necessario il portarlo tu stesso alla consapevolezza (T-13.III.1:1-2).

È parte intrinseca degli insegnamenti del Corso che l’inconscio della mente sbagliata debba essere portato alla consapevolezza. Una volta nella consapevolezza possiamo quindi fare la scelta di giustificare o razionalizzare l’odio, mantenendo in questo modo intatto l’ego, o chiedere a Gesù o allo Spirito Santo di aiutarci a lasciare andare questo odio rendendoci conto del dolore derivante dal mantenerci nel sogno che è l’effetto dell’attaccamento all’odio. Ecco perché Gesù sottolinea che “non siamo seriamente disturbati dalla (vostra) nostra ostilità” (T-13.III.1:7). Di fatto il nostro odio ci porta il piacere difensivo di sapere che qualcun altro è colpevole non noi stessi. Tuttavia si può vedere in opera questa dinamica perversa in molti gruppi e movimenti spirituali – del passato e contemporanei – ove i membri si deliziano nel trovare persone – reali o immaginarie – da “giustificatamente” attaccare, giudicare, condannare, odiare e talvolta persino punire.

Non si potrà sottolineare abbastanza che questo lasciare andare l’odio, il primo passo nel processo della guarigione, non è possibile *a meno che* non ne siamo dapprima consapevoli. Come Gesù disse ad Helen Schucman e a William Thetford in un messaggio personale a loro verso la fine del primo anno della trascrizione del Corso da parte di Helen:

Non vi rendete conto di quanto vi odiate l'un l'altro. Non vi libererete da ciò fino a che non ve ne renderete conto *davvero*, perché *fino ad allora* penserete di volervi liberare *l'uno dell'altro e mantenere l'odio*... Guardate il vostro odio nella maniera più calma possibile perché, se dobbiamo negare la negazione della verità [un riferimento a T-12.II.1:5] dobbiamo dapprima *riconoscere* quello che stiamo negando... Siete sicuramente disposti a guardare senza paura quello che *non volete, anche se vi impaurisce*, se in questo modo potete liberarvene... Non abbiate paura di questo viaggio nella paura, perché non è dove siete destinati. E noi l'attraverseremo in sicurezza perché la pace non è lontana, e voi sarete condotti nella sua luce (*Absence from Felicity*, 2nd ed., pp.297-98).

Queste affermazioni che Gesù ha fatto tramite Helen a lei e a Bill riguardo la loro relazione sottolinea proprio quanto sia importante guardare l'odio del nostro ego, che *sembra* essere un viaggio nella paura, ma è in realtà un viaggio di risveglio all'amore che è il nostro vero stato. A causa della dinamica della negazione siamo semplicemente non consapevoli della natura tossica del nostro odio, un veleno che infetta la nostra mente e rinforza le allucinazioni di essere trattati ingiustamente, una mal percezione, di nuovo, che usiamo per giustificare il nostro odio e l'attacco verso gli altri.

E così il processo del risveglio – altrimenti conosciuto come perdono – può essere riassunto in questo modo:

1. Dapprima dobbiamo essere sempre vigili nei confronti dei segni dei pensieri di odio del nostro ego, specialmente quando viene mascherato in forme religiose, spirituali o idealistiche, siano esse orali, scritte o comportamentali. I segni sono legioni, una volta che siamo disposti a guardare. Attacco, giudizio, condanna, gelosia, invidia e persino l'umorismo sono solitamente buoni segnali di avviso che abbiamo già fatto la scelta a favore dell'insegnante interiore sbagliato.
2. Adesso che siamo consapevoli che il problema non è *cosa* o *chi* abbiamo giudicato o invidiato, ma piuttosto che *noi* abbiamo scelto di giudicare, possiamo legittimamente chiedere a Gesù o allo Spirito Santo aiuto per scoprire dentro di noi la fonte dei nostri pensieri di attacco. E così diventa chiaro che la nostra rabbia è una proiezione dei "peccati segreti" e "odi nascosti" (T-31.VIII.9:2) che abbiamo tentato di tenere lontano da noi stessi. Fino a che il giudizio su qualcun altro può essere giustificato – e cercare l'appoggio di altri che concordino con noi è una delle tattiche preferite dell'ego per rinforzare la negazione – allora non dovremo mai guardarci dentro. Come spiega Gesù in "Ruoli dei Sogni":

Quando sei arrabbiato, non è forse perché qualcuno non ha adempiuto alla funzione che gli avevi assegnato? E non diventa forse questa la "ragione" per cui il tuo attacco è giustificato? I sogni che pensi ti piacciono, sono quelli in cui le funzioni che hai assegnato sono state adempiute: i bisogni che ti sei assegnato sono stati soddisfatti. Non importa che vengano soddisfatti o siano solo voluti. È dall'idea che esistono che nascono le paure. I sogni non sono voluti in misura maggiore o minore. O sono desiderati oppure no. **E ciascuno di essi rappresenta qualche funzione che tu hai assegnato: qualche obiettivo che un evento, o un corpo, o una cosa dovrebbe rappresentare e dovrebbe ottenere per te.** Se ha successo, pensi che il sogno ti piaccia. Se fallisce, pensi che il sogno sia triste. Ma il punto centrale non è se ha successo o fallisce, ma solo che la sua copertura è inconsistente (T-29.IV.4; grassetto nostro).

3. Infine possiamo riconoscere che questo è stato il *nostro* sogno di odio e che non lo vogliamo più sostenere. La nostra scelta sbagliata è infine corretta e disfatta, i nostri occhi cominciano ad aprirsi mentre ci svegliamo dal mondo d'incubo di paura e odio, al mondo glorioso che il perdono rivela, conducendo alla totalità dell'Unità e dell'Amore puri.

