

# THE LIGHTHOUSE

Newsletter della  
Foundation for A Course in Miracles,  
Volume 16, numero 3, settembre 2005.



## IDENTIFICATI CON L'AMORE

*Kenneth Wapnick, Ph.*

### Introduzione

La sezione “Cos’è il corpo” nella parte II del libro degli esercizi si chiude con queste parole ispiranti, che contrastano con la verità dell’amore, che si trova nella mente corretta, le paurose bugie dell’ego in riferimento al corpo:

Ti identificherai con ciò che pensi ti farà sentire al sicuro. Qualunque cosa sia, crederai che sia una cosa sola con te. La tua sicurezza sta nella verità e non nelle menzogne. L’amore è la tua sicurezza. La paura non esiste. Identificati con l’amore e sarai al sicuro. Identificati con l’amore e sarai a casa. Identificati con l’amore e troverai il tuo Sé. (L-pII.5.5).

Tuttavia l’ego insegna l’opposto: possiamo essere al sicuro *soltanto* nel mondo, ma non senza erigere efficaci difese del corpo o materiali sia individualmente che collettivamente. Tutte queste difese, qualsiasi forma assumano, sono variazioni della sua difesa centrale conosciuta col nome di relazione speciale, che si centra esclusivamente sul corpo, la dimora della separazione proiettata dall’ego. Così Gesù pone la domanda retorica: “Se percepissi la relazione speciale come trionfo su Dio, la vorresti?” (T-16.V.10:1). La domanda è retorica perché Gesù conosce la risposta, così come la conosciamo noi: “Assolutamente!” Per quale altro motivo sceglieremmo la specializza *a meno che* non preservasse il trionfo che ci ha dato quello che definiamo “vita” per sostituire la vita come Dio la creò? E così percorriamo la terra, armandoci con l’identità di scarsità e deprivazione – gli abiti della specializza – credendo nella nostra follia che identificandoci con questo sé speciale ci proteggeremo contro l’irosa vendetta di Dio per quello che abbiamo pensato di averGli fatto. “Non Credere che Lui abbia dimenticato” (M-17.7:4), l’ego ci urla nelle orecchie, esigendo che ci proteggiamo dalle Sue incursioni sulla nostra pace speciale. E difatti l’ego ci protegge, guidandoci ad identificarci con il corpo, il simbolo della assenza di mente che ci impedisce di ritornare alla mente, nella quale si trova la nostra sola vera difesa – scegliere l’amore invece della paura.

L’ego, inutile a dirsi, non ci permette mai di penetrare il suo segreto mantenuto abilmente che la difesa rappresentata dal mondo non protegge altro che il suo sistema di pensiero della mente sbagliata, fatto di separazione e colpa. Questi pensieri allucinatori preservano i nostri sé individuali allontanando l’annichilimento da parte della Presenza dello Spirito Santo nella nostra mente corretta. Rimane però la verità, che il sé dell’ego è inventato – *un problema non esistente* – come lo è la difesa esterna che finisce per ferirci – *una soluzione che mal si adatta*. Perciò seguire l’ego non offre alcuna vera sicurezza o protezione, e così tutti noi continuiamo a vagare “nel mondo incerti, soli e in costante paura” (T-31.VIII.7:1). Questo articolo contrasta la folle linea di difesa dell’ego con la nostra vera sicurezza: l’Amore di Dio, mantenuto al sicuro per noi da Gesù.

## **Il mondo e il corpo: una soluzione che mal si adatta a un problema non-esistente**

Il problema delle difese, in parole povere, è che alla fine non funzionano. In realtà servono semplicemente a peggiorare la faccenda dell'ego. Ricorda questa riga importante del testo: *le difese fanno ciò da cui vorrebbero difendere* (T-17.IV.7:1). Lo scopo di tutte le difese è proteggerci da qualcosa che temiamo – interno o esterno. Ciò significa che la fonte di una difesa è la paura che dimora nella mente, indipendentemente dalla sua espressione esteriore. Pertanto, dal momento che il significato di ogni cosa si trova nel suo scopo, e lo scopo delle difese è proteggerci dalla paura, ne consegue inevitabilmente che *tutte* le difese ci ricorderanno la nostra paura, perché senza di essa non ci sarebbero difese. Come spiega Gesù, siccome crediamo di essere separati è inevitabile che ci identifichiamo con le difese dell'ego, in questo caso il corpo:

Il corpo è un recinto che il Figlio di Dio immagina di aver costruito per separare parti del suo Sé da altre parti. Ed è all'interno di questo recinto che pensa di vivere, per poi morire quando si deteriora e si sgretola. Giacché all'interno di questo recinto pensa di essere al sicuro dall'amore. Identificandosi con la sua sicurezza, crede di essere ciò che questa sua sicurezza è. (L-pII.5.1:1-4).

Così il corpo, la maggiore difesa dell'ego nella sua guerra contro il ricordo di Dio nella mente, diviene il grande ricordo che il sistema di separazione dell'ego è vivo e vegeto, e *molto pericoloso*. Inoltre, una volta che ci troviamo nel mondo, non possiamo fare altro che identificarci con il corpo – l'ego ha obliterato tutto il ricordo del Sé della mente – che adesso crediamo essere la nostra salvezza dalla mente, la dimora dell'ego di colpa, paura e punizione. Tuttavia il corpo, letteralmente il pensiero proiettato della separazione, del peccato e della morte, non fa altro che decadere, sgretolarsi e morire (L-pII.5:1:2). Di certo non è una linea difensiva molto efficace, perché è chiaro che il corpo non fornisce alcuna sicurezza in un mondo che è stato fatto come un attacco a Dio e che è il simbolo della paura (L-pII.3.2:1-2) come leggiamo nel libro degli esercizi:

Il mondo non offre alcuna sicurezza. Esso è radicato nell'attacco e tutti i suoi "doni" di sicurezza apparente sono inganni illusori. Esso attacca per poi attaccare di nuovo. Non è possibile alcuna pace mentale dove il pericolo minaccia in questo modo...La mente... non sa dove girarsi per trovare una via di fuga...E' come se la tenesse stretta in un cerchio, all'interno del quale un altro cerchio la incatenasse e un altro cerchio ancora all'interno di questo, finché non è più possibile riuscire a fuggire né sperare di poterlo fare. Attacco, difesa; difesa, attacco diventano i circoli viziosi delle ore e dei giorni che incatenano la mente con pesanti fasce di ferro rivestito d'acciaio, che ritornano solo per incominciare di nuovo. Non sembra esserci alcuna pausa, né termine nella morsa più attanagliante dell'imprigionamento della mente (L-pI.153.1:2-5;2-6;3).

Siccome il pericolo è all'interno della mente e *le idee non lasciano la loro fonte* (vedi, per esempio, T-19.I.7:6-7; T-26.VII.12-13), il mondo e il corpo non possono offrire alcuna difesa contro il minaccioso attacco insito nel sistema di pensiero dell'ego, nel contempo, nuovamente, secondo cui esse rinforzano il senso di imminente e mortale pericolo. Così l'ego ha protetto se stesso con successo dapprima stabilendo un *problema non-esistente* – il sistema di pensiero della separazione e di peccato, colpa e paura – e poi inventando una *soluzione che mal si adatta* – il mondo, il corpo e la relazione speciale. E nel frattempo il vero problema – la decisione della mente a favore dell'ego – rimane nascosta, virtualmente inaccessibile alla correzione della Espiazione.

Così il mondo ricerca soluzioni ai suoi problemi – uno dopo l'altro, uno dopo l'altro – tutti fatti dall'ego inconscio in modo da non funzionare, perché la causa ultima del disagio e della sofferenza è la decisione della mente di credere nella colpa illusoria, che rimane sepolta sotto le soluzioni dell'ego che mal si adattano:

Nessuno è in grado di risolvere tutti i problemi che il mondo sembra proporre. Sembrano essere su così tanti livelli, in forme così svariate e con dei contenuti così diversi, che ti mettono di fronte a una situazione impossibile. Sgomento e depressione sono inevitabili quando li prendi in considerazione... Tutta questa complessità non è che un disperato tentativo di non riconoscere il problema, e quindi di non permettere che sia risolto (L-pI.79.5:1-3;6:1)

Per esempio, consideriamo per il momento la nostra situazione di corpi che vivono all'inizio del ventesimo secolo. Non c'è parte della nostra esperienza fisica che non sia stata influenzata in maniera avversa dall'ambiente. L'aria che respiriamo, l'acqua che beviamo, il cibo che mangiamo – animale o vegetale – sono tutti stati contaminati dal nostro mondo post rivoluzione industriale. Quando aggiungi a questa equazione gli effetti del riscaldamento globale, per non parlare delle ricadute radioattive degli esperimenti governativi e l'uso di armi da guerra atomiche e di artiglieria ricoperte di uranio impoverito, non c'è davvero speranza di difendere adeguatamente il corpo altamente vulnerabile. Non importa quanto efficientemente ci sforziamo di mantenere efficiente il sistema immunitario dei nostri corpi, alla fine perderemo, perché non c'è un modo veramente efficace di combattere gli attacchi persistenti ai nostri sé fisici e psicologici.

Una delle forme dei tentativi umani di risolvere i problemi del mondo rientra nella categoria delle visioni utopistiche, che abbracciano lo spettro completo della nostra ingegnosità e ispirazione in quanto specie. Nonostante le loro buone intenzioni – ricorda le parole di avvertimento di Gesù: “Non fidarti delle tue buone intenzioni. Non sono abbastanza” (T-18.IV.2:1-2) – quasi tutti questi programmi idealistici sono alla fine falliti, perché non sono riusciti a indirizzarsi al problema della colpa della mente. Una visione prominente venne fornita da Carl Marx nella seconda parte del diciannovesimo secolo. Mettendo da parte le espressioni politiche che il Marxismo ha fornito nella storia recente, vediamo che questo filosofo tedesco ha cercato di mettere in evidenza la lampante ineguaglianza tra le popolazioni del mondo e ha offerto un sistema sociale, politico ed economico per correggerla. Fino ad oggi, tuttavia, si è cercato raramente di metterlo in pratica e, anche quando è stato attuato non ha avuto successo interamente. Sigmund Freud ha messo il suo dito psicoanalitico sul motivo. Ha trattato il marxismo in due lavori ed ha effettivamente affermato che non poteva che fallire poiché, a parte qualsiasi merito al programma della visione di Marx, non identificava il problema reale – l'inerente aggressività – che risiedeva nella mente dell'homo sapiens. Qui di seguito potete leggere quello che Freud scrisse saggiamente, e osservare anche la sua penetrante analisi di quello che *Un Corso in Miracoli*, decenni dopo, avrebbe definito *relazioni d'amore e d'odio speciali*. Detto brevemente Freud vide il marxismo (cioè il socialismo scientifico) come “una nuova e idealistica concezione sbagliata della natura umana” che si basava su una illusione insostenibile” (XXI,113,143). Questa è la sua tesi completa:

Poiché gli uomini mettono sempre i loro strumenti di potere appena acquisiti al servizio della loro aggressività e li usano gli uni contro gli altri...E' del tutto incomprensibile come forze psicologiche possano essere trascurate quando quello che è in questione sono le reazioni di esseri umani viventi...[che esprimono] i loro impulsi istintuali originari...i loro istinti di auto preservazione, la loro aggressività, il loro bisogno di essere amati, il loro impulso verso l'ottenere il piacere ed evitare il dispiacere... L'aggressività [“questo aspetto indistruttibile e questo carattere indomabile della natura umana”] forma la base di ogni relazione di affetto e di amore tra le persone...E' chiaro che non è assolutamente facile per gli uomini rinunciare alla soddisfazione di questa inclinazione alla aggressività. Non si sentono a loro agio senza...E' sempre possibile unire un considerevole numero di persone nell'amore fintanto che rimangono altre persone a ricevere le manifestazioni della loro aggressività ( *Nuove letture introduttive alla psicoanalisi*, 1933; XXII,177-79; *La civiltà e le sue scontentezze*, 1930; XXI,113-14; corsivo mio).

Le implicazioni delle parole di Freud sono che il nostro comportamento, per quanto ben intenzionato, diventerà cattivo se l'aggressività sottostante – comune alla specie – non viene trattata. L'intrinseco pessimismo di Freud – almeno nel breve termine – si vede nella sua comprensione della nostra resistenza ad essere senza odio: semplicemente “non ci sentiamo a nostro agio senza.” Questa intuizione della nostra resistenza si riflette anche in *Un Corso in Miracoli*, dove Gesù ci insegna sulla nostra paura dell'amore:

Sotto l'oscuro fondamento dell'ego si trova il ricordo di Dio ed è di questo che hai veramente paura. Perché questo ricordo ti rimetterebbe istantaneamente al tuo giusto posto e questo è il luogo che hai cercato di lasciare. La tua paura dell'attacco non è nulla paragonata alla tua paura dell'amore....Perciò hai usato il mondo per coprire il tuo amore e più vai in profondità nell'oscurità del fondamento dell'ego, più ti avvicini all'Amore che vi è nascosto. *Ed è questo che ti terrorizza* ( T-13.III.2:1-3;4:4-5).

Questa paura esige che ci attacchiamo alla colpa e all'odio come difese e così il nostro “restare attaccati alla colpa, al suo stretto abbraccio e al suo riparo, alla sua amorevole protezione e vigile difesa...”(P-2.VI.1:3).

Pertanto possiamo identificarci con l'amore solo disfacendo l'odio e l'avidità dell'ego – il *contenuto* – prima di procedere con la *forma* del comportamento amorevole. Questo disfacimento è *la soluzione adatta al problema esistente*. In altre parole, la nostra vera protezione contro i mali proiettati del mondo è di richiamare la proiezione nella mente, dove possiamo efficacemente scegliere contro di essa. Andando dentro noi stessi e scegliendo diversamente, possiamo stare qui senza paura. Molti anni fa, mia moglie Gloria fece un sogno nel quale camminava in mezzo a bombe che le cadevano attorno, ma non era ne intimorita ne spaventata. Ciascuno di noi ha il potenziale di andare per il mondo del pericolo sentendo tuttavia una pace che è in grado di fronteggiare ogni attacco, che sappiamo essere illusorio. Questo è quello che significa accettare l'Espiazione per sé stessi. La nostra sola responsabilità.

Riassumendo, quindi, mentre non c'è relativamente niente che possiamo fare per rafforzare veramente il sistema immunitario del *corpo*, possiamo, in effetti dobbiamo, sforzarci di costruire il sistema immunitario *della mente*. E' solo nella mente che troviamo la vera fonte dei problemi di contaminazione e aggressione – la nostra decisione a favore della colpa – e lì soltanto troviamo la vera fonte della nostra protezione – l'accettazione dell'Espiazione.

### **Espiazione: la soluzione adatta al problema esistente**

Questa tematica non riguarda il problema non esistente perché, come può qualcosa che non esiste essere un problema? Piuttosto il problema è che noi *crediamo* che esso sia la realtà; cioè, la separazione da Dio è in realtà avvenuta. Con le parole del testo, il problema non è la piccola, folle idea che potessimo essere separati da Dio, ma che non ci siamo ricordati di riderne e l'abbiamo presa seriamente (T-27.VIII.6:2-3). La trinità non santa di peccato, colpa e paura riflette questa seriosità, poiché queste sono tre idee alquanto serie: il *peccato* della separazione, la *colpa* della nostra indegnità ad essere amati e la *paura* della punizione. Ecco perché, all'inizio del testo Gesù ci consiglia quando veniamo a contatto con questo minuscolo pensiero:

Non chiamarlo **peccato**, ma pazzia, poiché tale è stata e tale continua a rimanere. Non investirlo di **colpa**, poiché la colpa implica che è stato compiuto in realtà. E, soprattutto, *non averne paura* (T-18.I.6:7-9; grassetto mio).

E quindi, attraverso la nostra esperienza quotidiana, quando qualche forma distorta dell'errore originale appare per terrorizzarci, egli ci chiede di dire “Dio non è paura ma Amore,” e il problema scomparirà (T-18.I.7:1) – forse non nella *forma*, ma certamente nel *contenuto*.

Le implicazioni per noi di questo consiglio – un principio che lietamente guida il nostro ritorno a casa – sono enormi, perché è soltanto questa la soluzione che si adatta al nostro unico problema esistente. Non siamo *mai* turbati per la ragione che crediamo (L-pI.5), perché la fonte del nostro malessere – indipendentemente dalla forma che assume – si trova nella nostra decisione di chiamare la follia peccato, sentirci in colpa a causa sua e poi temere la rappresaglia. Certamente tutti facciamo errori, continuamente. Alla verità dello Spirito Santo della nostra grandezza come unico Figlio di Dio preferiamo ampiamente le grandiose bugie dell'ego sulla separazione e le sue creature di specialzza. Tuttavia ci viene ripetutamente detto da Gesù che un errore non è un peccato – ad esempio: “Figlio di Dio, tu non hai peccato, ma ti sei completamente sbagliato” (T-10.V.6:1) – e così non meritiamo di essere puniti:

Lo Spirito Santo non può punire il peccato. Egli riconosce gli errori e li vuole correggere tutti come Dio Lo ha incaricato di fare. Ma Egli non conosce peccato e non può riconoscere errori che non possano essere corretti. Perché un errore che non può essere corretto non ha significato per Lui. Gli errori sono *da* correggere e non chiedono altro (T-19.III.4:1-5).

Perciò il nostro *unico* errore era – ed è – avere scelto l'ego come nostra guida e insegnante. Giudicare o punire un tale errore lo rende reale e lo mantiene così nella nostra esperienza. Così viene garantita l'immortalità all'esistenza illusoria dell'ego, e l'Essere eterno di Dio viene relegato alla semplice non-esistenza:

La punizione è sempre il grande preservatore del peccato, che tratta con rispetto e di cui onora l'enormità. Ciò che deve essere punito deve essere vero. E ciò che è vero deve essere eterno e sarà ripetuto all'infinito. Perché tu vuoi ciò che pensi sia reale e non lo lascerai andare.(T-19.III.2:4-7).

Una volta che il problema viene definito correttamente come una decisione sbagliata e il suo posto correttamente identificato nella mente, il suo disfacimento è facile. E' interessante leggere nel preambolo del 1945 della Costituzione dell'UNESCO (Organizzazione Culturale, Scientifica e di Istruzione delle Nazioni Unite): “siccome le guerre cominciano nella mente degli uomini, è nella mente degli uomini che deve essere costruita la difesa della pace.” Possiamo espandere questa saggia affermazione così da includere tutti i problemi – collettivi e individuali – poiché ci viene insegnato in *Un Corso in Miracoli* che la mente è tutto quello che c'è: l'inizio e la fine di tutto; il pensiero della separazione e il suo disfacimento con l'accettazione dell'espiazione.

Immagina di trovarti in una canoa con Gesù in mezzo ad una grande distesa di acqua, e lui sta maneggiando i remi. Improvvisamente ti rendi conto che manca un remo e poi, per completare la situazione il remo rimanente scivola dal suo scalmò, cade in acqua e scompare. Tu cominci ad andare in panico, specialmente quando il tempo diviene tempestoso, il mare si fa grosso e la terra scompare alla vista – tutto sembra perduto. Ma Gesù è imperturbabile e quietamente dice: “Non aver paura. Questo è soltanto un sogno. Apri gli occhi e sarai al sicuro.” Solleviamo gli occhi e in effetti la scena tempestosa è svanita e ci ritroviamo sulla spiaggia che non abbiamo mai lasciato veramente, sebbene i nostri sogni sembravano portarci lontano, molto lontano. Il Suo amore, che ci ricorda la verità che si trova oltre i nostri sogni, è la nostra salvezza. Mentre questa situazione è ovviamente simbolica, il suo significato è vero, e Gesù ci assicura che non è “una futile fantasia” (L-pI.70.9:4). Ogni qualvolta *una cosa qualsiasi* sembra disturbare la nostra pace e minacciare la nostra stabilità, dobbiamo soltanto ricordare le parole confortanti di Gesù e il suo messaggio di Espiazione, la nostra vera difesa:

Quando hai paura di qualcosa, riconosci il suo potere di farti del male...[La pace di Dio] è assolutamente incapace di venire scossa da qualunque tipo di errore...L'Espiazione è l'unica difesa che non può essere usata in modo

distruttivo...[Ti rende] perfettamente invulnerabile...[e] ristabilisce il potere della mente...(T-2.II.1:4,10;4:1; T-2.III.2:4; 4:6).

Cosa ha a che fare questo con la nostra vita quotidiana? Tutto! Il principio dell’Espiazione significa che indipendentemente da ciò che ci può accadere, o che può accadere a quelli con cui ci identifichiamo nel nostro mondo personale o nel mondo in generale, nulla qui ha il potere di portarci via la pace di Dio. Questa pace, nata dal ricordo dell’Amore del nostro Creatore, è totalmente oltre il potere di qualsiasi forza esterna di influenzarci: “nulla al di fuori di te può ferirti, o disturbare la tua pace o turbarti in qualsiasi modo” (L-pI.70.2:2). Il mondo certamente ha potere sui nostri corpi, ma non può toccare la mente. Sarebbe come credere che un burattino possa influenzare il burattinaio, o un computer cambiare il suo programmatore – forse nei mondi di *Twilight Zone* di Rod Serling o di *2001: Odissea nello Spazio* di Stanley Kubrick, ma non nel mondo dei sogni, dove soltanto il sognatore ha il potere di influenzare i sogni; non è il contrario. Così, come nel sogno di Gloria, siamo al sicuro ovunque, con chiunque, in qualsiasi situazione, e rimaniamo al sicuro nella pace di Dio e nel pensiero che siamo sicuri nel Suo Amore:

Assolutamente impavido questo pensiero ti porterà attraverso tempeste e conflitti, oltre miserie e dolori, oltre perdite e morti, avanti verso la certezza di Dio. Non c’è sofferenza che non possa guarire. Non c’è problema che non possa risolvere...e mentre il mondo è dilaniato da venti di odio, il tuo riposo resta del tutto indisturbato. Tuo è il riposo della verità (L-pI.109.3:2-4; 4:2-3).

Correggendo la nostra scelta sbagliata nei confronti della separazione dell’ego, riassumiamo felicemente la nostra identificazione con l’Espiazione dello Spirito Santo. Questa identificazione era stata interrotta solo per un istante – un istante che non è mai stato reale – sebbene il sogno di separazione è sembrato estendersi quasi per l’eternità. Ritornati alla sanità mentale, ci ricordiamo la nostra Identità d’amore e felicemente ci rendiamo conto che non abbiamo mai lasciato la sicurezza della nostra dimora quando alla fine ci risvegliamo al nostro Sé.

La poesia di Helen: “The Eternal Safety” (La Sicurezza Eterna) ci offre una dolce conclusione alla nostra discussione, descrivendo con dolcezza la sicurezza eterna che è nostra quando ricordiamo la nostra Identità in quanto Figlio di Dio senza peccato. Uno nel Suo Amore e non toccato da sogni di peccato e paura, rimaniamo per sempre così come Lui ci ha creato:

Santo sono io. Dall’Amore creato, e  
dall’Amore sostenuto. Perché non ho mai lasciato  
le Braccia Eterne. Sono assediato  
da sogni di peccato, e sinistri presentimenti sembrano  
derubarmi della pace, e lasciarmi preda  
del terrore e del destino maligno.  
Tuttavia la mia santità rimane intatta.  
Come Dio la creò. Perché non ci può essere  
alcun peccato in Dio, e perciò nessuno in me.  
(*the Gifts of God*, p.28)

□