

DON MIGUEL RUIZ

Un libro di
saggezza tolteca.

LA VOCE
DELLA
CONOSCENZA

con Janet Mills

GUIDA PRATICA ALLA PACE INTERIORE

Don Miguel Ruiz e Janet Mills

LA VOCE DELLA CONOSCENZA

GUIDA PRATICA
ALLA PACE INTERIORE

UN LIBRO DI SAGGEZZA TOLTECA



 EDIZIONI
IL PUNTO
D'INCONTRO

Indice

Ringraziamenti	11
I Toltechi	12
1. ADAMO ED EVA	
Il loro mito raccontato da un altro punto di vista	17
2. UNA VISITA AL NONNO	
La scoperta di una semplice verità	27
3. LA MENZOGNA DELLA NOSTRA IMPERFEZIONE	
Richiamare alla mente i ricordi dell'infanzia	37
4. UNA NOTTE NEL DESERTO	
Un incontro con l'infinito	49
5. IL CANTASTORIE	
Esplorare i personaggi della storia	59
6. PACE INTERIORE	
Ammansire la voce con due semplici regole	75

7. LE EMOZIONI SONO REALI	
La voce della conoscenza non è reale	91
8. BUON SENSO E FEDE CIECA	
Ritrovare la fede e la libertà di scelta	103
9. TRASFORMARE IL CANTASTORIE	
I Quattro Accordi come strumenti preferenziali	121
10. SCRIVERE LA NOSTRA STORIA CON AMORE	
La vita come infinita storia d'amore	137
11. APRIRE GLI OCCHI SPIRITUALI	
La realtà dell'amore tutto attorno a noi	153
12. L'ALBERO DELLA VITA	
Il cerchio della storia si chiude	167
Pregchiere	181
Nota sugli autori	184



Adamo ed Eva

Il loro mito raccontato
da un altro punto di vista

Un antico e bellissimo mito che tutti conosciamo è quello di Adamo ed Eva. È una delle mie storie preferite, perché spiega attraverso i simboli quello che io vi spiegherò con le parole. La storia di Adamo ed Eva descrive un'assoluta verità, anche se da piccolo non la capivo. È uno dei più grandi insegnamenti di tutti i tempi, ma temo che molti l'abbiano frainteso. Per questo voglio raccontarvelo da un altro punto di vista, forse da quello di chi l'ha creato.

Questa storia riguarda voi e me. Parla di noi. Parla di tutta l'umanità perché, come sapete, l'umanità è un unico essere vivente. Uomini e donne, siamo un'unica cosa. In questa storia ci chiamiamo Adamo ed Eva e siamo gli esseri umani originari.

La storia inizia quando eravamo innocenti, prima che chiudessimo i nostri occhi spirituali, il che significa migliaia di anni fa. Vivevamo in paradiso, nel Giardino dell'Eden, che era il paradiso sulla terra. Il paradiso è quando i nostri occhi

spirituali sono aperti. È un luogo di pace e gioia, libertà ed eterno amore.

Per noi (Adamo ed Eva) tutto era amore. Ci amavamo e rispettavamo a vicenda e vivevamo in perfetta armonia con tutta la creazione. Il nostro rapporto con Dio, il nostro Creatore, era una perfetta comunione d'amore, il che significa che comunicavamo continuamente con Dio e Dio comunicava con noi. Era inconcepibile avere paura di Dio, colui che ci aveva creato. Il nostro Creatore era un Dio d'amore e di giustizia, e in lui riponevamo la nostra fede e la nostra fiducia. Dio ci aveva dato una completa libertà e noi usavamo il nostro libero arbitrio per amare tutta la sua creazione e per gioirne. La vita era meravigliosa in paradiso. Gli esseri umani originari vedevano ogni cosa con gli occhi della verità, vedevano le cose *così come sono*, e ci piaceva. Ecco come eravamo e senza nessuno sforzo.

Il mito narra che al centro del paradiso c'erano due alberi. Uno era l'Albero della Vita, che dava vita a tutto ciò che esisteva, e l'altro era l'Albero della Morte, meglio conosciuto come l'Albero della Conoscenza. L'Albero della Conoscenza era un bellissimo albero carico di frutti succulenti. Una vera tentazione. E Dio ci aveva detto: "Non avvicinatevi all'Albero della Conoscenza. Se mangerete i suoi frutti morirete".

Nessun problema, no? Ma per natura ci piace esplorare e ci avvicinammo a quell'albero. Se ricordate la storia, ricorderete anche chi viveva su quell'albero. L'Albero della Conoscenza era la tana di un serpente pieno di veleno. Il serpente è un altro simbolo di quello che i Toltechi chiamano il *Parassita*, e potete

immaginare perché.

Il mito spiega che il serpente che viveva sull'Albero della Conoscenza era un angelo caduto che un tempo era stato il più bello di tutti. Come sapete, un angelo è un messaggero che porta il messaggio di Dio, un messaggio di verità e d'amore. Ma, per motivi che ignoriamo, l'angelo caduto non diffondeva più la verità, il che significa che diffondeva un falso messaggio. Il messaggio dell'angelo caduto era la paura al posto dell'amore, la menzogna al posto della verità. Infatti la storia chiama l'angelo caduto il Principe delle Menzogne, il che significa che mentiva continuamente. Ogni parola che usciva dalla sua bocca era una menzogna.

Così il Principe delle Menzogne viveva sull'Albero della Conoscenza e il frutto di quell'albero, cioè la *conoscenza*, era avvelenato dalle menzogne. Ci avvicinammo all'albero e avemmo la più incredibile delle conversazioni con il Principe delle Menzogne. Eravamo innocenti. Non sapevamo. Credevamo a tutti. Ma davanti a noi c'era il Principe delle Menzogne, il primo cantastorie, un tipo davvero scaltro. A questo punto la storia si fa più interessante, perché il serpente aveva appunto una storia da raccontare.

L'angelo caduto parlava, parlava e parlava, e noi ascoltavamo, ascoltavamo e ascoltavamo. Come sapete, quando siamo bambini e i nostri nonni ci raccontano una storia, ascoltiamo avidamente tutto quello che ci dicono. Impariamo, è molto affascinante, vogliamo continuare ad ascoltare. Ma quello che ci stava parlando era il Principe delle Menzogne. Andò proprio

così: ci mentiva e noi eravamo affascinati dalle sue menzogne. Abbiamo *creduto* alla storia dell'angelo caduto e quello fu il nostro grave errore. Ecco il senso dell'immagine di avere mangiato il frutto dell'Albero della Conoscenza. Ci siamo *fidati*, abbiamo preso per vere le sue parole. Abbiamo creduto alle sue menzogne, gli abbiamo dato *fiducia*.

Quando mangiammo la mela, abbiamo mangiato le menzogne con cui la verità era stata avvelenata. Che cosa accade quando 'mangiamo' una bugia? Ci crediamo e, bum!, la bugia inizia a vivere dentro di noi. È comprensibile, la mente è un terreno molto fertile per le idee, i concetti e le opinioni. Se qualcuno ci racconta una bugia e noi ci crediamo, quella bugia mette radici nella nostra mente. Può crescere grande e rigogliosa, esattamente come un albero. Una piccolissima bugia può essere molto contagiosa, perché quando viene ripetuta diffonde i suoi semi da una persona all'altra. Così le menzogne si installarono nella nostra mente e originarono un grande Albero della Conoscenza nella nostra testa, albero che rappresenta tutto ciò che conosciamo. Ma che cosa conosciamo? Soprattutto menzogne.

L'Albero della Conoscenza è un simbolo molto potente. Il mito narra che chiunque mangi il frutto di quest'albero avrà la conoscenza del bene e del male, conoscerà la differenza tra giusto e sbagliato, tra ciò che è bello e ciò che è brutto. Poi unirà tutte queste conoscenze e inizierà a giudicare. È appunto quello che è accaduto dentro la nostra testa. La simbologia della mela vuol dire che ogni concetto, ogni idea, è come un frutto con un seme all'interno. Se piantiamo il seme di questo frutto in un

terreno fertile, dal seme nascerà un altro albero. L'albero darà altri frutti ed è dal frutto che conosciamo l'albero.

Ognuno di noi ha il suo Albero della Conoscenza, cioè il nostro personale sistema di credenze. L'Albero della Conoscenza rappresenta la struttura di tutto ciò in cui crediamo. Ogni concetto, ogni opinione, è un piccolo ramo dell'albero e tutti assieme costituiscono il nostro personale Albero della Conoscenza. Finché questo albero cresce rigoglioso nella nostra mente, continuiamo ad ascoltare l'angelo caduto che ci parla ad alta voce. È l'angelo caduto in persona, il Principe delle Menzogne, che vive nella nostra mente. I Toltechi dicevano che nel frutto viveva un Parassita e che mangiando il frutto il Parassita si trasferì dentro di noi. È il Parassita che vive la nostra vita. Il Parassita, il cantastorie, è nato dentro la nostra mente e continua a vivere nella nostra mente perché lo nutriamo attraverso la nostra fiducia.

La storia di Adamo ed Eva spiega come l'umanità sia caduta dal sogno del paradiso nel sogno dell'inferno, ci dice in che modo siamo diventati quello che siamo. La versione più diffusa del mito afferma che abbiamo dato un solo morso alla mela, ma non è vero. Io penso che abbiamo mangiato tutto il frutto dell'albero e ci siamo ammalati a causa di tutte le sue menzogne e del suo veleno emotivo. Abbiamo mangiato tutte le idee, tutte le opinioni e tutte le storie che il bugiardo ci ha raccontato, anche se nessuna era vera.

In quel momento i nostri occhi spirituali si sono chiusi e non abbiamo più potuto vedere il mondo con gli occhi della verità. Abbiamo iniziato a percepire il mondo in modo completamente

diverso e tutto è cambiato ai nostri occhi. Con l'Albero della Conoscenza dentro la nostra testa potevamo percepire soltanto conoscenza, cioè soltanto menzogne. Non vivevamo più in paradiso, perché in paradiso non c'è posto per le menzogne. Così abbiamo perso il paradiso: sognando menzogne. Creiamo tutto il sogno dell'umanità, individuale e collettivo, basandolo sulle menzogne.

Prima che mangiassimo il frutto dell'Albero della Conoscenza vivevamo nella verità. Dicevamo soltanto la verità. Vivevamo nell'amore, senza nessuna paura. Poi, dopo aver mangiato il frutto, ci siamo sentiti in colpa e ci siamo vergognati. Non ci giudicavamo più esseri buoni e ovviamente abbiamo cominciato a giudicare gli altri nello stesso modo. Con il giudizio è venuta la divisione, la separazione e il bisogno di punire e di venire puniti. Per la prima volta non ci trattavamo più con amore, non rispettavamo e non amavamo più l'intera creazione di Dio. E poiché in questo modo soffrivamo abbiamo iniziato a incolpare noi stessi, a incolpare gli altri e persino a incolpare Dio. Non credevamo più che Dio fosse amorevole e giusto, abbiamo iniziato a credere che Dio ci avrebbe punito e fatto del male. Era una menzogna. Non era vero ma ci credevamo, e così ci siamo allontanati da Dio.

A questo punto è facile capire che cosa si intende con *peccato originale*. Il peccato originale non è il sesso, questa è un'altra bugia. Il peccato originale è stato credere alle menzogne del serpente sull'albero, l'angelo caduto. La parola inglese per 'peccato', *sin*, ha il senso originario di 'andare contro, mettersi contro'. Tutto ciò che diciamo, tutto ciò che facciamo contro

noi stessi è un peccato. Il peccato non ha nulla a che vedere con una condanna o un giudizio morale. Peccato significa credere alle menzogne e usare quelle menzogne contro noi stessi. Da quel primo peccato, da quella menzogna originaria, derivano tutti gli altri peccati.

A quante bugie nella vostra testa date ascolto? Chi è quello che parla, chi è quello che giudica, chi è così pieno di opinioni? Se non amate è perché quella voce non vi lascia amare. Se non gioite della vita è quella voce che non vuole che ne gioiate.

E non basta, perché il bugiardo nelle nostre teste ha bisogno di diffondere tutte queste bugie, ha bisogno di raccontare la sua storia. È così che condividiamo il frutto del nostro albero con gli altri e, dato che anche gli altri hanno lo stesso bugiardo nella testa, tutte assieme le nostre menzogne diventano più forti. Così possiamo odiare di più, possiamo fare più male, possiamo difendere le nostre menzogne e seguirle fanaticamente. Arriviamo a ucciderci a vicenda in nome di queste menzogne. Ma chi sta vivendo la nostra vita? Chi prende le nostre decisioni? Credo che la risposta sia ovvia. Ora sappiamo che cosa sta avvenendo nella nostra testa: abbiamo dentro un cantastorie, è la sua voce quella che ascoltiamo. Questa voce parla, parla, parla... e noi ascoltiamo, ascoltiamo e crediamo a tutto quello che dice. È una voce che non smette mai di giudicare. Giudica tutto ciò che facciamo e tutto ciò che non facciamo, tutto ciò che proviamo e tutto ciò che non proviamo, e tutto ciò che fanno gli altri. Chiacchiera in continuazione nella nostra testa e che cosa dice? Bugie, soltanto bugie.

Queste bugie agganiano la nostra attenzione e vediamo solo bugie. Questo è il motivo per cui non vediamo la realtà del paradiso che è sempre presente qui, in questo luogo e in questo preciso momento. Il Cielo ci appartiene, perché siamo figli del Cielo. È la voce nella nostra testa che non ci appartiene. Quando siamo nati non avevamo dentro di noi questa voce. La voce si installa nella nostra testa a poco a poco con l'apprendimento: prima il linguaggio, poi i vari punti di vista e infine i giudizi e le menzogne. All'inizio, quando incominciamo a parlare, diciamo ancora la verità. Poi, a poco a poco, l'Albero della Conoscenza viene programmato nella nostra mente e il grande bugiardo si impossessa del sogno della nostra vita.

Nello stesso momento in cui ci siamo separati da Dio abbiamo iniziato a cercarlo. Abbiamo iniziato a cercare l'amore che credevamo di non avere più. Ci siamo messi alla ricerca della giustizia, della bellezza e della verità. Questa ricerca è iniziata migliaia di anni fa e gli uomini stanno ancora cercando il paradiso perduto. Cerchiamo il modo in cui eravamo prima di credere alle menzogne: un modo di essere autentico, vero, amorevole e gioioso. In realtà, quello che cerchiamo è il nostro vero Sé.

Quello che Dio ci ha detto era vero: se mangerete il frutto dell'Albero della Conoscenza morirete. L'abbiamo mangiato e siamo morti. Siamo morti perché il nostro Sé autentico non c'è più. Al suo posto è il grande bugiardo, il Principe delle Menzogne, che vive la nostra vita. È la voce nella nostra testa. Potreste definirlo il *pensiero*. Io lo chiamo la *voce della conoscenza*.

