

## Risvegliare l'energia

Mi occupo di bioenergetica da molti anni. Nata come una passione, nel tempo è diventata una professione. Ho cominciato andando a fare un'esperienza diretta di "lavoro sul corpo", restandone molto stupito, tornando e, finalmente, scoprendo che era possibile comunicare con se stessi e con gli altri in modi diversi. Scoprendo anzi che non avevo comunicato con me stesso per la maggior parte della mia vita: che ero un perfetto estraneo a me stesso.

Decisi a quel punto di intraprendere un percorso di autoconoscenza: il processo di analisi bioenergetica. Fu un lavoro impegnativo, lungo e doloroso che mi portò a perdere le certezze accumulate nei primi trent'anni della mia vita, mi costrinse a ri-attraversare la valle della desolazione da cui provenivo e da cui stavo fuggendo e mi permise di ritrovare il corpo che ero stato e che avevo il diritto di tornare ad essere.

L'analisi individuale non è però l'unico modo di praticare bioenergetica e sono convinto che in questo momento storico sia molto importante, per un numero sempre crescente di persone, avere a disposizione uno strumento, o più strumenti, che consentano di recuperare la sensazione di esistere e di non essere solo delle astrazioni nella propria mente.

Molti di noi oggi si comportano come se fossimo pure astrazioni che *usano* il corpo al servizio dell'io, come un oggetto da ostentare in pubblico o da nascondere quando "io" viviamo come inadeguato. Il corpo assume in tale contesto il solo valore di *rappresentare* le istanze più pretenziose dell'io distorto, a tal fine, la propria autenticità.

Quando parliamo di *pratica bioenergetica* non stiamo parlando di un nuovo tipo di fitness: fa bene al corpo, ai muscoli, all'energia, ma non è fitness. Non è neanche ego-building: negli anni settanta utilizzare *strumenti* come la bioenergetica per sentirsi forti, decisi, autorevoli sembrava essere desiderabile e, per alcuni, questo è rimasto il fine ultimo dell'Analisi Bioenergetica.

Noi eravamo quelli che riuscivano a dire "no" quando pensavano "no" e che riuscivano a dirlo con forza. Può essere importante per qualcuno, ma in questo momento storico è più importante, a mio avviso, ri-ottenere un più profondo contatto con se stessi. Quasi tutte le persone sono convinte di essere in contatto con se stesse, fino a quando non entrano davvero, per la prima volta, in contatto. Allora, hanno uno choc, a volte persino un piccolo attacco di panico. Se sento di esistere percepisco la mia mortalità, quindi per la prima volta sento l'impatto della realtà in tutta la sua splendida, selvaggia, terrificante verità.

Un'altra modalità diffusa tutt'oggi e simile a quella che portava all'egolatria degli anni settanta, è il soul-building: leggiamo molto, facciamo qualche serata di vipassana, un mese di qi gong, un'esperienza di taoismo, seguiamo qualche conferenza interessante, ma tutto questo sembra perdersi nel nulla permettendoci, al contempo, di cullare l'illusione di aver avuto accesso a una apertura spirituale che ci rende speciali, migliori. Ci sono persone che fanno decine di queste esperienze, ma non si immettono in nessun percorso.

L'Analisi bioenergetica offre un percorso, così come il metodo della *pratica bioenergetica*, un tempo denominata "classi di esercizi" offre un percorso. E non è una psicoterapia (perché non tutti, per fortuna, ne hanno bisogno), ma è un serissimo, impegnativo percorso di sviluppo personale, non dissimile da modelli di ricerca spirituale che affondano le loro radici molto molto lontano nel tempo.

Mi è capitato in mano un vecchio testo dell'82, *La porta senza porta* di Mumon<sup>1</sup>. In fondo viene riportato, sotto il titolo *Trovare il centro*, un antico testo tantrico in cui Shiva, il dio induista, spiega alla sua compagna Devi quali vie seguire per contattare la realtà. Dice Devi: "O Shiva, che cos'è la tua realtà? Che cos'è questo universo colmo di stupore? Che cosa ne è il seme? Che cosa fa da mozzo alla ruota dell'universo? Che cos'è questa vita al di là delle forme che pervade le forme?"

---

<sup>1</sup> Mumon, *La porta senza porta*, Adelphi, Milano 1987.

*Come possiamo entrarvi pienamente, al di sopra dello spazio del tempo, dei luoghi? Chiarisci i miei dubbi*". Shiva non risponde con dotte argomentazioni o metafore, ma con delle procedure.

Perché sottolineare questo aspetto? Perché esiste un'enorme differenza tra "parlare" delle esperienze e "vivere" delle esperienze. E questo è esattamente il punto forte del lavoro di *autoregolazione bioenergetica*. Gli esercizi non spiegano cosa sentire, non enunciano dotte pensieri, non citano il nome di Dio, ma mettono in contatto il praticante con le basi somatiche della sua spiritualità. Questo aspetto crea, io ritengo, un'enorme differenza perché previene il formarsi di un pensiero astratto, sovrapposto a ciascuno, e consente che dall'interno delle persone emerga la loro unica, personale, irrinunciabile verità: nel tempo presente.

Oggi è peraltro del tutto inaccettabile sovrapporre alla soggettività delle esperienze a cui possiamo accedere attraverso la pratica bioenergetica o attraverso la meditazione l'altisonante pretesa di una diversa spiritualità. È ormai nozione comune, infatti, che i nostri 10 trilioni di neuroni presentano, ciascuno, dalle 1000 alle 10.000 connessioni coi neuroni limitrofi: ne consegue che il numero di connessioni possibili è più grande del numero di particelle dell'intero universo conosciuto. Altrettanto immenso è quindi lo spettro degli stati d'animo e degli stati di coscienza di ognuno. Non si vede alcuna necessità di schierare in campo presenze aliene o sovranaturali per rivendicare l'accesso a stati di coscienza non usuali.

Altro esempio a proposito dell'uso, o del mercato, che alcuni fanno di quello che oggi chiamo il "sentiero alto" o della spiritualità disincarnata. Un paio di giorni fa mi è arrivata una lettera bellissima, di una persona di alto livello spirituale, che ritiene di essere stata la sposa celeste di un famoso guru: per parecchie migliaia d'anni. Mi ha colpito perché si tratta di una lettera lucidissima, sensibile, intelligente, ma che introduce una quantità di astrazione non verificabile, che il mio spirito critico mi rende difficile accettare. Mi riferiva un messaggio di Wilhelm Reich che chiedeva, insistentemente, di comunicare con me. Come potete immaginare, nonostante la mia disponibilità non si è verificato nessun contatto, neppure illusorio.

Esiste un altro sentiero, quello che io chiamo basso o procedurale. Questo si basa semplicemente sull'entrare in se stessi e conoscersi attraverso l'esperienza del corpo. Non ci preclude la via della conoscenza, ma ce la fa contattare attraverso qualcosa che solo adesso cominciamo a conoscere anche scientificamente.

Attraverso la genetica, per esempio, sappiamo che ciascuno di noi porta al proprio interno milioni di anni di evoluzione. Lo sapevamo già da Jung, con la sua bellissima intuizione degli archetipi: metafore, però, poesia, mito. Mentre, attraverso la pratica, possiamo riconoscerlo in modo diretto attraverso la nostra unica, ineffabile e spesso inenarrabile esperienza.

Esiste un modo di mettere insieme questi due aspetti, l'aspetto spirituale alto e l'aspetto procedurale basso? In Occidente in realtà lo sforzo è stato piuttosto di separarli, ed è paradossale. La cultura cristiana, come l'ho conosciuta io, è la quintessenza della separazione tra anima e corpo, tra psichismo e corporeità. Il corpo è visto addirittura come la sorgente di ogni male, come qualcosa di pericoloso, soggetto a tentazione, potenzialmente demoniaco.

Eppure San Paolo, fondatore della Chiesa cattolica, non ha mai pensato a una separazione tra anima e corpo e utilizzò il termine soma come identificativo della realtà anima e corpo, inscindibile. All'interno sia del Vecchio che del Nuovo Testamento non si dice una sola volta che esista la separazione tra anima e corpo. E quando si parla di diecimila anime, si intende sempre diecimila persone intere, mai anime disincarnate.

Come siamo arrivati a questa orribile separazione che ci spezza in due e ci impedisce il contatto con noi stessi? Pensiamo a Cartesio: fu un grande filosofo che si trovò a operare in condizioni personali e in un momento storico particolari, durante il quale papa e imperatore si sforzarono di arrivare a un compromesso, visto che entrambi pretendevano di dominare gli stessi soggetti. La soluzione fu brillante ed efficace: attraverso i secoli l'uomo fu sapientemente spezzato in una *res extensa*, la carne, dominio dell'imperatore e in una *res cogitans*, la mente, dominio del Santo Padre. Ma alla base della nostra cultura e della nostra etica tutto questo non c'era e non c'è.

Nell'intestazione dell'Istituto di Psicologia Somatica, sotto la scritta Radix, abbiamo inserito "la nuova tradizione". Perché? In genere ci si rifà alle grandi tradizioni religiose o spirituali. Ma in realtà *traditio* vuol dire trasmettere: e noi trasmettiamo procedure di conoscenza profonda del Sé.

In realtà anche le antiche tradizioni sono in fondo opinioni. La Bibbia non è arrivata per fax direttamente da Dio, è stata scritta da uomini che hanno creato una potente, importante, fondamentale tradizione. Le tradizioni che abbiamo seguito fin dall'infanzia in Occidente, in Italia all'interno della cultura cattolica e cristiana, a volte ci hanno sgomentato. Ci veniva chiesto di credere in cose incredibili: come l'infallibilità dell'uomo, con il papa, oppure in cose, introdotte molto di recente, come la verginità della madonna e la sua immediata ascensione al cielo: cose che hanno reso difficile a molti proseguire quel cammino. E ci è stato soprattutto insegnato a rimuovere il corpo indicato come sorgente di ogni male. È veramente singolare, se teniamo presente il Credo dove è detto: credo nella resurrezione della carne.

Perché dobbiamo ricordare che alla base del cristianesimo non c'è la crocifissione – qualunque ladrone era in grado di farsi crocifiggere – ma la *resurrezione della carne*. E mi sembra veramente importante, perché l'unico modo per contattare se stessi è entrare in se stessi. E noi, per lo meno nell'esperienza umana, siamo carne, carne viva, soma. E questo è esplicitamente o implicitamente riconosciuto come vero in tutti i paradigmi di ricerca spirituale, fin dagli albori. Fin dallo sciamanesimo: l'arte dello sciamano era individuare nel corpo delle persone qualcosa che gli permettesse di profetizzare il loro futuro. Nell'induismo abbiamo le 112 vie di Shiva, che sono tutte vie corporee, basate sulla respirazione, le ossa, la carne, la postura. Guardiamo al taoismo: è interamente costituito da pratiche per la ricerca, l'incremento e il contenimento dell'energia vitale. Un'energia ritenuta addirittura così potente da poterci permettere l'immortalità. Quanto al buddismo, sappiamo come tutte le forme di pratica comportino l'ingresso nel corpo. La più antica, l'unica che viene fatta risalire direttamente al Buddha, la meditazione vipassana, è semplicemente l'arte di stare in presenza di sé e proprio di questa si fa, al momento, gran mercato: molti si stanno lasciando sedurre dalla sua versione *business oriented* rivenduta sui mercatini della psicologia spicciola col nome di *mindfulness*.

Come mai io ritengo che oggi non ci si possa più accontentare di questi semplici strumenti? Non possiamo perché sono stati messi a punto, creati, individuati, qualcosa come 4.000, 3.000, 2.000 anni fa. In momenti storici in cui l'impatto sociale non era minimamente paragonabile a quello di oggi. Ne consegue che le strutture di personalità dell'uomo contemporaneo sono significativamente diverse da quelle dei contemporanei del Buddha che, per loro, introdusse opportunamente la Vipassana.

Dal punto di vista biologico noi abbiamo ancora la stessa struttura degli uomini del paleolitico, eppure dobbiamo affrontare un impatto relazionale infinitamente superiore. Prima dell'avvento della tecnologia attuale, negli anni '90, si valutava che l'impatto dei 45 anni successivi all'ultimo conflitto mondiale sul pianeta fosse paragonabile a quello dei 450 milioni di anni precedenti. E negli ultimi vent'anni è enormemente aumentato. Ecco perché diventa estremamente difficile restare in contatto con la propria realtà. Perché dentro si agita uno sconquasso senza alcun precedente storico. Abbiamo dovuto reprimere tutte le pulsioni naturali del nostro organismo per non sentire cosa stava accadendo e, a livello di massa, abbiamo cominciato a somatizzare malattie sempre più gravi, improvvise e implacabili. A livello psichico va emergendo, con drammatica evidenza, una patologia quasi inesistente vent'anni fa: gli attacchi di panico. Quando ci accorgiamo che il respiro è un po' più ampio e rapido del solito, quando un'emozione, sfuggita ai controlli repressivi, ci suscita un po' di batticuore, il nostro piccolo ego – che, di norma, si aggrappa alle mode e allo status sociale invece di essere sostenuto dall'interno, dalla realtà che biologicamente e geneticamente è predisposta per questo – si sente smarrito e, sopraffatto, invoca a gran voce l'intervento della cavalleria oppure, più frequentemente, muove guerra a se stesso con l'impiego di armi chimiche devastanti. Il piccolo ego si sente sopraffatto e chiede: "Non fatemi più sentire, non voglio sentire". E un medico, prontamente, lo mette in grado di non sentire.

Ho accennato a tradizioni orientali, ma quelle occidentali non sono poi così diverse. All'interno della cabala, il lato mistico dell'ebraismo, vengono praticati dei mantra – io ne pratico uno da 35 anni, uno strumento che coniuga suono, senso, respirazione, postura: qualcosa in cui non devi *performare*,

non devi recitare, devi entrare. Pensiamo all'altra grande religione monoteista, con cui sembra che in questo momento le democrazie occidentali siano ai ferri corti: l'islam. I suoi mistici, i sufi, praticano attraverso danze piroettanti e turbinose che tolgono dominanza al sistema nervoso centrale – il *neo-cortex*, la parte che noi idolatriamo – e restituiscono pregnanza e centralità a un altro sistema, quello involontario, cambiando la relazione tra sistema nervoso simpatico e parasimpatico. Esauriscono una funzione perché ne emerga un'altra, esauriscono una volontà, il dominio egoico sull'ambiente, perché emerga dal profondo qualcosa di nuovo. E tutto questo è vissuto come esperienza spirituale. I mistici del cristianesimo sono in verità molto pochi, perché dopo la demonizzazione del corpo il percorso spirituale, che è un viaggio al proprio interno, era affrontato da una minoranza, indomita ma esposta a continui pericoli, soprattutto le donne: quelle che vi si inoltravano avevano la cattiva abitudine di finire bruciate sul rogo. Nel nostro passato di devoti cristiani, peraltro, qualunque donna fosse in grado di intendere e volere era di norma ritenuta pericolosa. Teresa d'Avila ha corso questo rischio, ed è stata sotto inchiesta e in odore di eresia per tutta la vita. Attraversò una magnifica esperienza di se stessa che descrisse nel libro *Il castello interiore*<sup>2</sup>.

La linea rossa che unisce tutti questi paradigmi di ricerca è la comprensione degli esseri umani come organizzati interiormente in tre oppure in sette stadi. Il castello interiore, ad esempio, è formato da sette cerchi di mura concentriche e solo quando si raggiunge il centro – lo stesso obiettivo indicato da Shiva – si ottiene lo stato di beatitudine.

Sto ponendo l'accento sulle antiche tradizioni spirituali con l'obiettivo di ribadire che, finché si cerca l'esperienza spirituale fuori di sé, si trovano solo magnifiche poesie o magnifiche esperienze di altri. E non la propria. Perché tutti quelli che hanno praticato la ricerca spirituale l'hanno fatto dentro di sé.

Personalmente, quando ho cominciato a praticare il sentiero della *pratica bioenergetica*, non ero interessato a seguire un sentiero spirituale. Ero solo un giovane uomo che aveva bisogno di ritrovare se stesso. Avevo letto Reich, che aveva scritto libri molto scandalosi come *Funzione dell'orgasmo*, e *Psicologia di massa del fascismo*, o ancora come *Dio, etere e diavolo* e *L'assassinio di Cristo*<sup>3</sup>.

Partecipai a un primo gruppo di bioenergetica e scoprii solo molti anni dopo che il *leader* di quel gruppo non aveva la minima idea di quel che stava facendo. Però era molto simpatico, veniva dagli Stati Uniti, aveva *le physique du rôle*, capello biondo fino alla spalla, barba bionda, occhio azzurro. Ci fece fare un lavoro di massaggio collettivo. Una persona si sdraiava e dodici intorno a lei la massaggiavano. La sola cosa su cui fu molto attento fu di farci respirare, per due giorni interi, attraverso la bocca socchiusa. Fu davvero un'esperienza mistica: scoprii anzi che potevo viaggiare dentro di me, senza perdermi e con un piacere enorme.

Si era trattato di un'esperienza semplice ma intensa e vissuta con uno spirito di piena appartenenza reciproca. Fu, per me, il primo passo verso una dimensione soggettiva e collettiva che, ancora, sto percorrendo con curiosità e entusiasmo.

La respirazione è un processo psico-biologico: usiamo il diaframma, la muscolatura intercostale, gli atteggiamenti posturali per indurci, spesso inconsapevolmente, specifici stati di coscienza.

Purtroppo però, durante le fasi fondamentali dell'apprendimento primario, dalla nascita ai sei sette anni, l'apprendimento fondamentale, i cui tempi e i cui modi sono geneticamente determinati, è rigorosamente regolamentato dal terreno relazionale determinato dalla famiglia ristretta – richiesta e imposta dal modo di produzione industriale – oltreché dall'addensamento urbano e dalla riduzione degli spazi vitali ai muri della domus. Quindi siamo tutti, o quasi tutti, fiere addomesticate, devitalizzate, mortificate.

Se devo ridurre la mia vitalità, per non disturbare i miei genitori o i vicini, comincerò sin da bambino a respirare meno, per avere a disposizione solo l'energia che mi è consentito di spendere. L'alternativa sarebbe di vivere in un perenne conflitto familiare oppure, peggio, in un continuo

---

<sup>2</sup> Teresa D'Avila, *Il castello interiore*, Paoline Editoriale Libri, Milano 2005.

<sup>3</sup> Wilhelm Reich, *La funzione dell'orgasmo*, SugarCo, Milano 1969; Wilhelm Reich, *Psicologia di massa del fascismo*, SugarCo, Milano 1976; Wilhelm Reich, *Etere dio e diavolo*, SugarCo, Milano 1974; Wilhelm Reich, *L'assassinio di Cristo*, SugarCo, Milano 1976.

conflitto interiore tra gli impulsi all'autoespressione e la paura delle inevitabili, spiacevoli conseguenze: non solo le possibili punizioni corporali ma, ancor più, la perdita dell'alleanza e della protezione amorosa di cui ho ancora estremo bisogno.

Il genere umano non ha però strutturato un programma genetico disadattivo: stiamo piuttosto affrontando l'impatto di un processo di civilizzazione e di evoluzione tecnologica molto rapido, con una modalità genetica aliena ai tempi brevi.

Quando vivevamo in piccole tribù (e non parlo solo di milioni di anni fa anche di tempi a noi molto vicini), interiorizzare le regole della comunità di appartenenza doveva dimostrarsi mirabilmente adattivo e, al tempo stesso, liberatorio. Non dovevamo chiederci cosa fosse giusto e cosa sbagliato, lo sapevamo profondamente e indubitabilmente. Certi gesti erano consentiti, altri proibiti. Oggi si pone la necessità di ri-trovare il sentiero che conduce alle sorgenti della saggezza interiore, per riprendere il processo di sviluppo che è stato inibito da una cultura scioccamente arrogante, la nostra, che ha decretato cos'è giusto e cos'è sbagliato solo in base alle necessità dei processi di produzione, tanto dei beni oggettuali che dei rapporti interpersonali e di potere.

Profondamente, a livello genomico, siamo tuttora animali paleolitici, ma a differenza dei nostri fratelli selvaggi viviamo in gabbie abitative e relazionali, di cui ci professiamo immensamente orgogliosi, mentre nel corpo e nell'anima paghiamo il prezzo di una continua distorsione patologica e patogenetica. Se il nostro programma genetico originario ci consentiva l'alternanza tra i sistemi di attacco, fuga oppure congelamento, quest'ultimo – in tempi recenti e in modo totalitario – è diventato dominante perché l'attacco è stato criminalizzato e la fuga impedita, eccezion fatta per la fuga nei paradisi artificiali della droga contraddittoriamente armonica ai bisogni del modo di produzione e all'ulteriore riduzione del grado di libertà del bestiame del ventesimo secolo: noi esseri umani. Ogni relazione umana è stata da tempo ridotta entro l'alveo di stilemi comportamentali volti a preservare l'invarianza dei ruoli e dei modi del potere.

Teng Ming Dao, un maestro taoista contemporaneo ha scritto:

“La spiritualità comincia dai lombi, sale per la schiena e ritorna all'ombelico. La spiritualità non è solo un'attività mentale, ma anche un'espressione di energia. La fonte di questa energia è fisica e affonda le radici nella chimica del nostro corpo. Coltivare noi stessi significa raffinare la nostra energia”.

Cosa succede quindi in un *laboratorio di pratica bioenergetica*? Accade che progressivamente ricominciamo a entrare in contatto con la nostra umanità, cioè con la nostra corporeità, seguendo procedure che ci consentono di ricominciare ad ascoltarci per quel che siamo, minando così gli equilibri nevrotici e disadattivi cristallizzati nelle fasi dell'apprendimento primario.

Quando chiedete a una persona se sia in contatto col proprio corpo, facilmente vi risponderà “Sì, certo”, mentre in realtà sta solo pensando di esserlo. Perché la realtà è che, nel corso dell'infanzia, abbiamo disattivato molte catene neuronali per evitarci di soffrire la cattività imposta dalle circostanze. Se un gesto è stato inibito, tutti i neuroni che avrebbero consentito quel gesto sono, talvolta drammaticamente, inibiti: l'azione che ne sarebbe scaturita naturalmente risulta allora distorta, come quando ci troviamo in un contesto sociale estraneo e ci aggrappiamo a un comportamento formale che ci sarebbe del tutto estraneo quando ci ritroviamo tra amici veri.

Immaginate un sentiero di campagna in un territorio vergine, come lo è la psiche di un bambino molto piccolo: più viene percorso, più si trasforma in una piccola strada, poi in una più grande che conduce, con certezza, da un luogo a un altro. Immaginiamo ora di inibire quel percorso e di decretare che chiunque lo percorra verrà severamente punito. Ecco che il sentiero sarà presto ricoperto di erbacce sino a divenire impercorribile. A questo punto non è più necessario alcun divieto, si è realizzato il passaggio dallo stadio di dominio formale, che necessità di guardiani sempre pronti a riaffermarlo, allo stadio del dominio reale, perché realmente il principio ordinativo si è fatto corpo in noi. La pratica bioenergetica diviene quindi un atto di giardinaggio orientato alla ri-negoziiazione adulta dei divieti incorporati durante le fasi dell'apprendimento primario: riapriamo la potenzialità di percorrere gli antichi sentieri che ci collegavano alla ricerca dell'autorealizzazione.

Quanto al concetto di *grounding*, fondamentale ma raramente compreso nella sua radicalità, esso non è riducibile alla sola sensazione di avere la terra sotto i piedi, ma coinvolge un ben più ampio concetto di competenza e di adeguatezza sociale, non ridotto alle regole di un'obbedienza cieca in quanto rimossa dalla consapevolezza. Tutti sappiamo che cosa significa nel nostro immaginario avere la terra sotto i piedi. Ma stiamo davvero sentendo di avere la terra sotto i piedi? L'esperienza di *grounding* è l'esperienza di essere completamente noi stessi, dalla cima della testa alla pianta dei piedi, e di sentire in continuazione chi siamo. In modo diretto: non attraverso lo specchio distorto imposto dal sistema culturale vigente nella nostra famiglia d'origine.

L'*esperienza bioenergetica* ci riporta in contatto con la nostra essenza attraverso il contatto con ciò che siamo nel corpo, nella mente e nel respiro. Respirazione e spiritualità sono, a mio avviso, sinonimi: e rilevo che in tutte le scuole di ricerca spirituale la respirazione è centrale. Ciò che perdiamo quando perdiamo contatto con il corpo e comprimiamo la respirazione è proprio la nostra spiritualità. Qualunque esperienza psicocorporea che ci riporti in contatto con la vitalità e il libero arbitrio è quindi anche una procedura che ci riporta in contatto con quello che anticamente veniva chiamato sentiero spirituale. Sono convinto che qualsiasi separazione tra anima(mente) e corpo sia da ritenersi arbitraria e truffaldina. Senza nominare inutilmente e utilitaristicamente il nome di Dio è oggi possibile ritrovare in noi quella pienezza di vissuti che gli antichi paradigmi chiamavano appunto esperienza del divino.

Dedico questo scritto all'amico e maestro Emilio Del Giudice