



DON MIGUEL RUIZ  
BARBARA EMRYS



# Eros

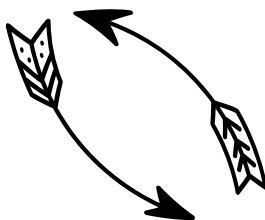
Tornare a un amore incondizionato  
per liberarsi dai pregiudizi  
sull'arte di amare e  
sulla sessualità

EDIZIONI IL PUNTO D'INCONTRO

DON MIGUEL RUIZ  
BARBARA EMRYS

# EROS

Ritorno all'amore incondizionato



Don Miguel Ruiz e Barbara Emrys

Eros

Titolo originale:

*Mystery School Series II: Eros – A Return to Unconditional Love*

Traduzione di Fabrizio Andreella

Copyright © 2021 Miguel Angel Ruiz e Barbara Emrys

Copyright © 2021 Edizioni Il Punto d'Incontro per l'edizione italiana.

Prima edizione originale pubblicata nel 2021 da Urano Publishing

USA, Inc. Prima edizione italiana pubblicata nel dicembre 2021 da

Edizioni Il Punto d'Incontro, via Zamenhof 685, 36100 Vicenza, tel.

0444239189, fax 0444239266, [www.edizionilpuntodincontro.it](http://www.edizionilpuntodincontro.it)

Finito di stampare nel settembre 2021 presso LegoDigit, Lavis (TN).

Tutti i diritti riservati. Nessuna parte di quest'opera può essere riprodotta in alcuna forma senza l'autorizzazione scritta dell'editore, a eccezione di brevi citazioni destinate alle recensioni.

ISBN 978-88-6820-787-8

# Indice

La giornata di orientamento .....	7
Giorno 1: La storia .....	15
Giorno 2: L'innocenza .....	35
Giorno 3: Il dubbio .....	59
Giorno 4: La redenzione.....	85
Giorno 5: La resa totale .....	113
Nota sugli autori .....	141



La  
giornata  
di  
orientamento

**B**entornato ai nostri corsi della Scuola del Mistero!

Nei prossimi giorni esploreremo un tema che ti è molto familiare, ma che cela ancora tanti misteri e tante contraddizioni. Come ormai sai, quando indaghiamo su qualsiasi mistero della vita, gettiamo una luce anche su quello più avvincente di tutti: tu.

Forse pensi di conoscerti alla perfezione. Forse immagini di essere un'opera d'arte già compiuta, stabile e immutabile, ma esisti per trasformarti e per evolvere. Sciogliere enigmi è nella tua natura. Sei nato con sete di verità e con il desiderio di esplorare i misteri più profondi della vita.

Ma cos'è esattamente un mistero? Be', ogni cosa è un mistero... fino a quando non lo è più. Tu, come tutti, sei venuto al mondo senza sapere nulla. Quando eri un neonato, riuscivi a percepire e a ricordare, ma non avevi idea di cosa fosse ciò a cui stavi assistendo. Allora tutto era un mistero. Non conoscevi i nomi delle cose, i nomi non erano importanti. Il tuo corpo era fragile e il tuo cervello

acerbo, ma guardavi e ascoltavvi. Imitavi i movimenti e i suoni. Lentamente hai sviluppato la capacità di elaborare le informazioni. Hai imparato a decifrare i codici e a raggiungere nuovi livelli di comprensione.

La conoscenza che apparteneva ad altri ha dato forma ai tuoi pensieri e ai tuoi comportamenti. Le loro convinzioni hanno strutturato il tuo mondo. Alla fine, ovviamente, hai imparato a dare un nome a tutto e a reagire emotivamente a quei nomi. Ti è stato detto di cosa avere paura e di chi fidarti. Ti è stato insegnato a distinguere il bene dal male e ciò che è giusto da ciò che è sbagliato. Hai imparato cosa odiare, chi amare e quali ideali fare tuoi.

È così che tutti siamo stati programmati dalla società. È così che abbiamo imparato a sopravvivere in una comunità di persone. La vita, però, ci ha programmato a modo suo. Nei prossimi giorni parleremo di come la programmazione della società vada spesso esplicitamente contro la programmazione originaria della vita. Indagheremo sulla collisione tra questi due mondi.

La vita è reale. Le storie che raccontiamo sulla vita non lo sono. Le nostre storie spesso contraddicono gli eventi reali e le nostre convinzioni possono negare ciò che i sensi ci dicono. Di solito le nostre impressioni sulla realtà sono distorte, ma abbiamo molte opportunità per rendercene conto. Abbiamo la possibilità di risolvere il conflitto più ovvio: quello tra verità e menzogne.

I misteri non sono una novità per te. Sin da quando sei arrivato su questo pianeta hai aperto le porte della comprensione. Sin dal tuo primo respiro hai trovato delle risposte ai segreti della vita. Questo pianeta è stato sin dal primo momento il tuo personale campus universitario. Hai partecipato a molte giornate di orientamento come questa e hai festeggiato molte lauree. Sei stato uno studente, certo, e sei diventato un insegnante che ha condiviso la sua saggezza mentre continuava a imparare.

Anche adesso puoi scoprire altre cose sul tuo mondo, su come è stato creato e su quale direzione può prendere da questo momento in poi. Il “tuo mondo” si riferisce alla realtà che ti crei da solo. Il tuo mondo non è uguale al mio, né a quello di nessun altro. Ognuno di noi percepisce la realtà a modo suo. Ognuno di noi risponde a ciò che percepisce in modi diversi. Raccontiamo le nostre storie in modi diversi. Quindi, semplicemente esistendo, creiamo il nostro peculiare tipo di arte.

Gli artisti sono spinti a rappresentare la verità. Questa scuola è concepita esclusivamente per gli artisti, il che significa che tutti sono invitati a unirsi a questa conversazione. Tutti sono invitati a esplorare e a scoprire. Qui gli studenti non vengono mai giudicati in base all’arte che creano.

Un insegnante può darti delle intuizioni, ma tu come studente puoi vedere solo ciò che sei pronto a vedere. Io uso il linguaggio nel modo migliore che conosco: questo



è il mio contributo artistico. Tu ascolti attentamente al tuo livello di comprensione: questo è il tuo contributo. Come scelgo le parole è la mia responsabilità, come le interpreti è la tua. In quanto artisti, entrambi facciamo del nostro meglio per incrementare la consapevolezza a partire dal mistero.

Quindi iniziamo il corso di questa settimana su un tema antichissimo e ben noto: l'amore. A volte possiamo esserne frustrati o delusi. Possiamo avere paura di esprimerlo, ma la maggior parte di noi pensa di sapere cos'è. Pensiamo di sapere come si ama. Non è così?

Tutti siamo stati programmati per amare da coloro che ci amavano di più. Anche loro sono stati istruiti dalle persone che li amavano. E la maggior parte di noi ha imparato ad amare a certe condizioni. Abbiamo imparato ad amare in modo egoistico. Abbiamo imparato ad amare in modo selettivo. Come specie, basiamo molti dei nostri valori spirituali su cose come l'amore e il perdono, ma spesso avalliamo comportamenti crudeli e impietosi. È evidente che ci manca una vera comprensione dell'amore e questo, di fatto, spiega il mistero di tutti i conflitti umani.

L'amore non è quello che pensi che sia. L'amore non è quello che spesso ripetiamo che dovrebbe essere. L'amore non è un'emozione, è tutte le emozioni fuse insieme. L'amore è eterno e senza limiti, è l'energia della vita. Come sia diventato semplicemente un'idea sdolcinata

– qualcosa da deridere, banalizzare ed evitare – è uno dei misteri che esploreremo questa settimana. Mentre lo faremo, avrai la possibilità di vedere cos'è l'amore senza condizioni. E imparerai a gestire il potere di quel tipo di amore, un talento che una volta avevi spontaneamente.

Allora sei pronto? Bene! Ancora una volta, benvenuto in questo campus di apprendimento. Sei qui per sperimentare nuove percezioni. Durante il tempo che passeremo insieme avrai l'opportunità di modificare molte convinzioni che sono fondamentali per il modo in cui definisci la realtà. Ti verrà chiesto di cambiare alcuni atteggiamenti mentali. Probabilmente abbandonerai alcuni falsi idoli. Sarai messo alla prova, ma come risponderai a queste sfide dipenderà da te.

Per ora, sii disponibile a vedere e a sentire in modo diverso. Apri la tua mente e affina la tua curiosità. Sii onesto e consapevole e preparati a dare gli ultimi ritocchi a quel capolavoro che è la tua vita.



Giorno 1:  
**La storia**

**B**uongiorno! Cominciamo la giornata con un sorriso.

Ogni nuova sfida può intimidire, quindi fai un respiro profondo e rilassati. Tutto qui. Preparati a divertirti, a cominciare dalla missione di questa settimana: fare i conti con le nostre profonde convinzioni sull'amore. Possiamo iniziare riconoscendo da dove provengono tali convinzioni. Tutto è cominciato quando siamo arrivati dentro un sogno condiviso da più di sette miliardi di membri della specie umana.

Io e te siamo nati all'interno di una grande comunità chiamata umanità. Siamo nati anche in una comunità molto più piccola di persone che erano responsabili della nostra sicurezza. Sono state loro che si sono prese cura di noi finché non siamo stati in grado di farlo da soli. Siamo nati innocenti, in stretto contatto con la vita e guidati esclusivamente dalla sua programmazione.

Entro i primi mesi della nostra esistenza siamo stati esposti a un altro tipo di programmazione. Abbiamo iniziato a essere influenzati dalla conoscenza di altre per-

sone. Le loro storie hanno plasmato la nostra mente. Le loro convinzioni hanno contribuito alla costruzione del nostro personale universo. Ancora oggi, le opinioni e gli atteggiamenti degli altri incidono sul modo in cui agiamo. Poiché hanno costruito le fondamenta del nostro modo di pensare, influenzano persino il modo in cui comunichiamo con noi stessi.

Dall'infanzia fino all'adolescenza abbiamo imparato cosa si aspettava da noi la società. Abbiamo iniziato a imitare la sonorità e gli atteggiamenti delle persone che ci hanno cresciuto. A poco a poco abbiamo imparato a parlare la loro lingua e a comportarci come loro. Abbiamo assorbito le loro regole e tradizioni fino a quando tutto ciò è diventato per noi una seconda natura. In altre parole, tutti abbiamo attraversato un periodo di intenso addestramento per diventare come chiunque altro.

Questo è il modo in cui siamo sopravvissuti, non solo fisicamente ma anche come membri di una comunità. Avevamo bisogno che ci nutrissero e ci proteggessero. Quando seguivamo le regole venivamo ricompensati. Accettando tutto ciò che ci è stato detto, siamo sopravvissuti e siamo cresciuti. A casa abbiamo conosciuto i miti della nostra famiglia e della nostra cerchia di amici. A scuola abbiamo imparato a conoscere la storia del nostro popolo.

Crescendo ci hanno insegnato molte altre cose. Forse gli adulti non erano consapevoli del fatto che ci stavano

insegnando qualcosa, ma noi prestavamo molta attenzione a tutto ciò che facevano e dicevano. Abbiamo creduto a ciò che abbiamo sentito e, nella memoria, abbiamo conservato tutta quella conoscenza. Ogni cosa che adesso sappiamo è il risultato di quella scrupolosa supervisione.

La stessa cosa è successa a chi ci ha fatto da insegnante. Anche loro sono stati studenti e tutto ciò che sanno è stato insegnato loro da coloro che li hanno preceduti. Dagli albori dell'umanità, le informazioni sono state trasmesse dai genitori ai figli e dagli insegnanti agli studenti. E le informazioni che ci venivano date nei primi anni di vita erano sempre accettate come vere.

Crediamo ancora alla maggior parte delle storie che abbiamo ascoltato crescendo: storie sui nostri vicini, su chi appariva nei notiziari o su gente che non avremmo mai incontrato. Credevamo nella definizione di moralità, di fede o di libertà data da altre persone. Ci è stato mostrato come dev'essere la forza, il coraggio o la codardia. Ci è stato insegnato cosa significa essere un uomo o una donna. Ci hanno parlato del sesso. E ci è stato mostrato come si fa ad amare.

Abbiamo visto come i nostri genitori manifestavano il loro affetto reciproco, le parole e i gesti che usavano per dimostrare il loro amore. Abbiamo notato come i nostri fratelli maggiori affrontavano le storie d'amore adolescenziali. E tutti questi ricordi hanno plasmato i nostri comportamenti attuali. Come se fossero amici d'infan-

zia, quelle vecchie storie vivono nella nostra testa e guidano le nostre azioni. Crediamo in ciò che pensiamo e, basandoci su quei pensieri, difendiamo i nostri valori fondamentali.

Le nostre azioni sono controllate da opinioni che quasi mai sappiamo di avere e forse resistiamo ancora all'idea di indagarle. La maggior parte di noi accetta ancora le storie sulla creazione o su Dio che ci hanno raccontato da piccoli. Raramente mettiamo in discussione i nostri atteggiamenti nei confronti di altre persone, altre culture o altre razze.

Probabilmente nei confronti del sesso alcuni di noi hanno lo stesso approccio di quando erano adolescenti. Quello che allora pensavamo fosse sexy potrebbe sembrarci tale ancora oggi. Allora, le nostre idee sull'amore romantico erano basate su una miscela di miti adolescenziali e varie sciocchezze. Per sembrare seducenti, ci sentivamo spinti a fare cose assurde. Sotto molti punti di vista, quella spinta la sentiamo ancora. Quindi ci sono buone probabilità che ci raccontiamo le stesse storie sull'amore che abbiamo ascoltato durante l'infanzia, quando la nostra mente era fresca e facile da plasmare.

Uso la parola *storie* per riferirmi ai tuoi pensieri. Hai iniziato a pensare non appena hai imparato a parlare. I tuoi pensieri sono le storie che ti sei raccontato sin dai primi anni della tua esistenza. Allora assorbivi le opinioni dei tuoi familiari e dei loro amici e le facevi tue.

Sei cresciuto ascoltando le opinioni di tutti coloro che conoscevi. Quelle stesse opinioni riecheggiano ancora nella tua testa. Ormai hai capito che una volta che una sensazione viene messa in parole diventa una storia. Di fatto, i tuoi pensieri assumono la forma di una narrazione continua. Spesso sembrano delle conversazioni. Raccontano le tue attività momento per momento, come la radiocronaca di una partita. “... E adesso sto rimettendo in ordine la stanza dei giochi dopo tutto il caos che i ragazzi hanno lasciato. Di nuovo! Non dovrei essere io a farlo, ma chi lo farebbe altrimenti?”. E via di questo passo.

Una storia si riferisce anche a un’opera letteraria: un romanzo o una storia d’amore da guardare su uno schermo cinematografico. Probabilmente queste storie ti hanno insegnato molto sull’amore. O perlomeno ti hanno insegnato come la maggior parte dell’umanità si immagina che sia. Non sorprende che i tuoi pensieri gravitino attorno a storie che riguardano l’amore. Sono divisi tra tutte le idee folli che la gente ha sull’amore e il suo mistero così avvincente.

Molti di noi associano l’amore alla speranza delusa, al dolore e al tradimento. Spesso presumiamo che l’amore sia una serie di brevi piaceri e dolorose perdite. Rispecchiando le attitudini di altre persone, trattiamo l’argomento dell’amore in modi simili. Cantiamo le sue meraviglie e non ci diamo pace per le delusioni che ci dà.



È come se l'amore fosse accompagnato da un invisibile manuale di istruzioni che la maggior parte di noi ha letto e memorizzato.

Senza rendersene conto davvero, per infinite generazioni gli esseri umani hanno commesso grandi e piccoli crimini... in nome dell'amore.

## Riflessi dell'amore

*All'inizio esisteva un creatore, immortale e solo. La prima manifestazione del suo potere fu quella di creare uno specchio. Per vedersi davvero nella sua totalità, avrebbe dovuto crearne uno abbastanza grande da estendersi all'infinito. E così fece. Lo specchio era immenso e veritiero. Allora, soddisfatto del suo riflesso perfetto, il creatore lo frantumò riducendolo in mille pezzi, in modo che ognuno di essi, ovunque andasse a zonzo per l'universo, riflettesse magnificamente il suo creatore...*

Questa storiella mi spinge a pensare che siamo soltanto piccoli specchi che desiderano ciò che riflettono. Nella sua immaginazione, ognuno di noi ha un'immagine diversa, ma le immagini e i riflessi, come sappiamo, non sono la realtà. Nel corso della storia dell'umanità, i riflessi della verità sono stati sempre più distorti dalla dote più