

# INTRO

Avevo sempre pensato che il fato fosse immutabile: determinato al momento della nascita e fisso come le orbite delle stelle. All'improvviso compresi che la vita è molto più bella e complessa. La verità è che fortuna e sfortuna non contano, e non importa ciò che stai facendo: puoi cambiare completamente la tua vita con un solo pensiero, con un solo gesto d'amore.

GREGORY DAVID ROBERTS, *SHANTARAM*

Viviamo in tempi difficili, incasinati e preziosi.

Sono crollate le vecchie ideologie, la crisi economica rivela il vero volto di questo modello di sviluppo, l'etica dominante è quella del consumo, la politica è vecchia e corrotta, le religioni non sanno più dov'è Dio, i problemi ecologici aumentano.

L'Italia poi è ancora in un pantano televisivo-depressivo fatto di ignoranza, disonestà e ingiustizia.

Siamo nell'era dell'informazione, un'informazione che quasi sempre deforma invece di informare.

Internet sta ampliando le possibilità di accesso alla conoscenza, ma a volte diventa complicato districarsi tra valanghe di imput, dati e roba virtuale.

Nonostante i progressi tecnologici e scientifici, sono ancora molte le schiavitù economiche, sociali, psicologiche, relazionali, che l'essere umano si trova ad affrontare.

E poi ci sono i tuoi casini personali: il lavoro, la famiglia, l'amore, i soldi, il tempo che passa, il dolore, la gioia...

In effetti in mezzo a questo pazzo gioco che chiamiamo mondo ci sei tu: non è una cosa da sottovalutare.

Questo mondo sta attraversando un periodo di crisi e di mutamento globale, e siccome, anche se non vuoi, tu fai parte del mondo (anche a me ogni tanto dà fastidio far parte del mondo), è molto probabile che tu sia in un momento di cambiamento, di crisi o di evoluzione.

Ogni periodo di crisi implica uno stato di confusione, caos, smarrimento esistenziale e sociale.

Ma questa crisi è molto di più di quello che ci raccontano, non riguarda solo l'economia.

Siamo in mezzo al casino di un cambiamento globale di enormi proporzioni che attraversa tutto il pianeta: quindi, se non sei un po' incasinato anche tu, o sei molto fortunato, o sei chiuso nel tuo bunker solo come un cane, o stai mentendo (magari anche a te stesso).

Ammettilo, sei un po' perso.

Dietro la tua personalità strutturata, sotto le maschere che devi portare e le tue traballanti certezze si nasconde un grande punto interrogativo.

Ottimo.

Se non ti senti un po' perso, un po' insoddisfatto, un po' in crisi, un po' in ricerca, se non desideri realmente nessun cambiamento, allora questo libro non ti serve e quindi ti do il permesso di smettere di leggerlo.

**Se sei perso, invece, concediti di essere perso!**

Questo è un sano e chiaro punto di partenza. Entra e nuota nell'essere perso.

**Non c'è cambiamento senza caos iniziale.**

La condizione di essere smarriti e con poche certezze, nonostante non sia così tanto desiderabile, ha i suoi vantaggi.

Innanzitutto se sei perso hai poco da perdere, il che ti dovrebbe dare una certa serenità.

E soprattutto sei pronto a qualcosa di nuovo. Sei pronto al cambiamento.

Se no chi te lo fa fare di cambiare qui e ora.

Questo libro si chiama ***Il Manuale del PartigianoZen***, presumo che te ne sarai accorto (se no prova a rileggere attentamente il titolo in copertina).

Non è un libro storico e non parla del passato.

Ovviamente la parola “partigiano” viene da un determinato periodo storico: la Resistenza.

Forse ne avrai sentito parlare<sup>1</sup>.

In Italia i partigiani sono stati uomini e donne che in un momento di confusione globale, sociale, politica e interiore, hanno fatto una scelta: hanno deciso di resistere e di combattere nazisti e fascisti e di liberare l'Italia dalla guerra e da una lunga dittatura. Tanti hanno pagato con la morte e la tortura il coraggio di sognare e di lottare per un mondo diverso, più giusto, più libero.

Ma alla fine hanno vinto (non vincono sempre e solo i cattivi, lo sapevi?).

Ho conosciuto personalmente partigiani che hanno incarnato quei valori che innalzano l'essere umano e lo fanno degno: il coraggio, l'onestà, l'etica, la pace, l'altruismo, l'amore, la lotta per la libertà, la verità.

Questi valori, per fortuna, non sono solo appartenuti alla Resistenza partigiana, ma sono valori universali che risiedono nell'animo umano.

La Resistenza è stata un momento prezioso in cui questi valori hanno cercato di incarnarsi nel mondo.

La Resistenza e la figura del Partigiano, da un lato appartengono alla Storia. Dall'altro vanno oltre la Storia, e diventano dei simboli, dei modelli, degli archetipi che possiamo riprendere e attualizzare nell'adesso.

In realtà possiamo salvarli dall'oblio della Storia solo se comprendiamo che quei valori, quei sentimenti e quelle speranze sono vivi oggi, perché appartengono all'essere umano di ogni tempo che cerca la liberazione dall'oppressione.

Il mondo e le sue forme cambiano, ma lo spirito, l'essenza del Partigiano rimane attuale.

Ma che fine ha fatto oggi lo spirito della Resistenza?

Nelle formali celebrazioni del 25 aprile o in qualche libro sulla memoria che nessuno legge più?

Forse è da qualche altra parte che aspetta di essere riascoltato e reincarnato in nuovi modi, con nuove parole, nuove armi, nuovi modi di pensare, di agire, di vedere.

L'Italia è alla frutta, lo sappiamo.

Questo paese è stato abbruttito e violentato mentre i suoi abitanti guardavano la Tv.

Ma il problema non è solo l'Italia.

Il mondo si trasforma, dovrebbe progredire e migliorare, e il risultato di questo progresso dovrebbe essere riscontrabile anche da te: dovresti essere libero e felice. Se non lo sei che minchia di progresso è?

**Cosa te ne fai di un progresso che non ti fa progredire come persona, che non ti rende sempre più libero, che non ti rende un individuo migliore e più felice?**

---

<sup>1</sup> Caro lettore, ti sto trattando un po' da ignorante, non perchè ti disprezzo, ma perchè devo fare i conti con la realtà media di questo paese che è abitato da persone mediamente ignoranti, specie riguardo la nostra storia recente, e quindi bisogna ricominciare dall'abc. Io lo so che tu, solo per il fatto che stai leggendo questo libro, sei mooolto sopra la media, e ne approfitto per complimentarmi per la tua vasta cultura e per scusarmi se ti sei sentito trattato da studentello ignorante.

In realtà siamo oppressi tutt'ora da vecchie e nuove prigioni, schiavitù, ingiustizie, sofferenze.

Il mondo cambia in fretta e anche le catene dell'uomo cambiano forma, ma rimangono.

La lotta di liberazione non è finita.

Ancora oggi occorre resistere. Ma **resistere in modo nuovo**.

C'è bisogno di una nuova Resistenza.

Anzi, ci vuole qualcosa di più.

### **Abbiamo bisogno di R(i)Esistenza.**

Non occorre solamente lottare per un mondo diverso, ma quel mondo diverso occorre esserlo.

Resistere e ri-esistere, scoprire nuovi modi di essere, di lavorare, di vivere; diventare consapevoli delle prigioni esterne come delle schiavitù interiori, capire i meccanismi mentali e psicologici che ci tengono lontani da noi stessi, scoprire chi siamo, cambiare fuori ma anche dentro, radicarsi a terra e puntare al cielo.

Non solo fare la Rivoluzione ma Essere la Rivoluzione.

Ecco, vedi, non è un libro per te.

Ti sei già spaventato: è già troppo complicato svegliarsi tutte le mattine e affrontare le rotture di coglioni quotidiane. Tu resisti già ogni giorno.

Figurati se vuoi fare la rivoluzione, addirittura essere la rivoluzione (che non hai capito neanche cosa vuol dire esattamente).

Sei diventato pigro, disilluso e stanco, e sinceramente non hai più voglia di gente che parla e scrive, ti dice cosa fare e poi loro non fanno niente.

Tu hai voglia di essere lasciato in pace perchè di stronzate ne hai sentite già troppe e non ti hanno portato niente di buono.

Lascia perdere.

Prova con la psicoterapia. Anzi, no, non te lo puoi permettere, costa troppo. E poi non funziona comunque, di certo non con te.

Smetti di sognare, di parlare, di progettare, di sperare in un mondo diverso, ma almeno abbi il coraggio di accettare totalmente la merda quotidiana senza lamentarti.

Se no sei solo un ipocrita che vuole fare la vittima.

Però, se non riesci ad accettare le cose che non vanno, se senti che questa tua vita è troppo preziosa per viverla da prigioniero, allora fai qualcosa.

Ma fallo davvero. Adesso, nel posto in cui sei.

Rompi gli schemi. Respira. Salta. Di di no. Di di sì. Canta senza inibizione. Scopri quel piccolo gesto d'amore che contagia silenziosamente gli altri. Trova la falla nel sistema ed entraci. Combatti con gioia. Anche se ti senti il più sfigato del mondo c'è sempre una porta aperta.

E se non c'è sfondala (questa frase, se non te ne sei accorto, è molto zen).

*C'è una crepa in ogni cosa ed è da lì che passa la luce.<sup>2</sup>*

Forse nessuno ha avuto il coraggio di dirtelo, ma tu, un giorno, dovrai partire.

Te ne andrai definitivamente fuori dalle balle.

---

<sup>2</sup> L. Cohen, *Anthem* (album "The Future"): "...forget your perfect offering/ there is a crack in everything/ that's how the light gets in...".

Anche se credi nell'altra vita, nel paradiso o nella reincarnazione, non ci sarà mai, mai più nell'universo, un altro uguale a te.

Anche se sei uno struzzo, hai mille colpe e certamente così come sei fai un po' schifo, sei comunque unico e irripetibile.

Sei unico e irripetibile, è un dato di fatto.

Sei chiamato a scoprire, incarnare e a vivere questa unicità e irripetibilità. Probabilmente è l'unica cosa che veramente devi fare.

Se no puoi sforzarti di vivere la vita di qualcun altro: lì fuori c'è una fila di gente che abdica alla propria unicità perchè deve seguire qualche modello stabilito da altri.

Forse, prima di crepare, **è ora che inizi a chiederti che cavolo ci sei venuto a fare quaggiù.**

Ma non con la mente attraverso domande esistenziali che in definitiva non ti schiodano dal divano.

Se non passi dal cuore rimarrai seduto col telecomando in mano per tutta la vita.

Essere nel mondo è un po' come entrare in una stanza nuova per un giorno.

Puoi smerdarla, sporcarla, prendere a mazzate gli altri che sono lì e stare incazzato per tutto il pomeriggio.

Oppure puoi dare una spazzata, dipingere i muri, mettere un po' di musica, fare un sorriso a quella seduta sulla sedia, ballare di gusto, lasciare una stanza piena di colore a quelli che entreranno dopo, e prepararti a entrare in un'altra stanza (spera che altri l'abbiano pulita prima se no ti tocca lavorare di nuovo).

Tu non ci starai per sempre in questa stanza. E dovrai lasciare lì tutto quello che possiedi: i soldi, la casa, la macchina, i contatti su facebook, la tua posizione sociale, il tuo corpo, i tuoi ricordi. Anche le persone, tutti i tuoi affetti.

L'unica cosa che potrai portare nell'altra stanza, forse, sarà solo la coscienza, le ombre dei tuoi pensieri, dei tuoi desideri e delle tue azioni. Chi lo sa.

Adesso, qui, invece, puoi fare qualcosa.

Se leggi queste parole significa che ora sei vivo e sei in questa stanza. Congratulazioni.

Comunque tu sia messo, puoi scegliere, anche solo un po', come muoverti: puoi provare a fare qualcosa di diverso, puoi provare a cambiare direzione, a fare una linguaccia o un salto.

C'è sempre una possibilità di fermarsi, c'è sempre uno spazio per cambiare, c'è sempre un tempo per celebrare l'esistenza, c'è sempre un momento in cui puoi fare la rivoluzione.

Per lo meno la tua rivoluzione, per quanto piccola e insignificante ti possa sembrare.

Quel momento è sempre adesso, sempre qui e ora.

Come dice Phalu il kashmiro,

*Realizza pertanto il nucleo della tua essenza mentre le cose sono nelle tue mani, cosicchè quando non disporrai più delle chiavi della stanza tu non sia colto da rimpianti o rimorsi.<sup>3</sup>*

Se sei pronto iniziamo.

Se non sei pronto, iniziamo lo stesso.

---

<sup>3</sup> Gianluca Magi (a cura di), *La vita è uno stato mentale*, Bompiani, Milano 2009, pag.