

Parte I - LA TENTAZIONE

¹Il serpente era il più astuto di tutti gli animali selvatici che Dio aveva fatto e disse alla donna: «È vero che Dio ha detto: «Non dovete mangiare di alcun albero del giardino»?». ²Rispose la donna al serpente: «Dei frutti degli alberi del giardino noi possiamo mangiare,³ma del frutto dell'albero che sta in mezzo al giardino Dio ha detto: 'Non dovete mangiarne e non lo dovete toccare, altrimenti sarete destinati a morire'». ⁴Ma il serpente disse alla donna: «Non morirete affatto!⁵Anzi, Dio sa che il giorno in cui voi ne mangiate si aprirebbero i vostri occhi e sareste come Dio, conoscendo il bene e il male». ⁶Allora la donna vide che l'albero era buono da mangiare, gradevole agli occhi e desiderabile per acquistare saggezza; prese del suo frutto e ne mangiò, poi ne diede anche al marito, che era con lei, e anch'egli ne mangiò. ⁷Allora si aprirono gli occhi di tutti e due e conobbero di essere nudi; intrecciarono foglie di fico e se ne fecero cinture.

INTERPRETAZIONE DEL TESTO

Eccoci arrivati al momento *clou* della nostra evoluzione: La tentazione del serpente.

Soffermiamoci un attimo su questo personaggio: sappiamo che si tratta di un rappresentante - secondo la Leggenda Massonica Samuele - degli Angeli Caduti, i quali, essendo rimasti indietro nella loro evoluzione regolare, avevano bisogno di trovare un ambiente nel quale continuare a vivere; e lo trovarono nell'uomo.

Ci dice Max Heindel che la donna (Eva), in quanto tale, era più predisposta a visualizzare la propria interiorità. Essa visualizzò perciò la propria colonna vertebrale, dove lo Spirito Luciferico aveva preso piede, e vide "il serpente" - ossia la colonna stessa. Possiamo notare una curiosità: la parola ebraica per

"astuto" è "*arum*", che è la stessa, ma messa al plurale, che sarà usata più avanti per dire "nudi": "*aruiym*", e ne traiamo liberamente il significato che un serpente è quanto di più "nudo" esista: è solo la colonna vertebrale priva di qualsiasi altro orpello (organi o arti).

Se veniamo ora al famoso "frutto della *conoscenza*", ricordiamo anche il passo: "Adamo *conobbe* Eva, ed ella partorì un figlio" (anche se nelle traduzioni moderne il verbo viene modificato; prassi deplorabile). Quindi qui abbiamo la relazione: FRUTTO = CONOSCENZA = RAPPORTO SESSUALE = MORTE; d'altra parte, a che cos'altro serve la sessualità se non a fornire un nuovo corpo a un'entità che ha conosciuto la morte? Ma tutto questo ci porta a concludere che prima, nel giardino dell'Eden, la morte non c'era! L'Adamo eterico, precedente alla caduta, non conosceva la morte.

Possiamo sottolineare anche che appena Eva assaggia il frutto, si rende conto che è buono "per acquistare saggezza", o "per rendere uno intelligente". Se confrontiamo questo passo con l'insegnamento esoterico, scopriamo una relazione diretta: lo scopo della separazione sessuale era proprio quello di consentire la formazione del cervello. Una polarità restava a livello di procreazione, mentre l'altra veniva elevata allo scopo di costruire l'organo del pensiero.

Per questo Jahvè aveva detto: "Se mangerete dell'albero della conoscenza, morirete". Se cioè utilizzerete il rapporto sessuale indiscriminatamente, il vostro corpo si appesantirà, decadendo nel tempo, e per continuare a vivere dovrete morire. E la risposta dello Spirito Luciferico ci dà una lezione: due affermazioni a prima vista contraddittorie, possono rivelarsi entrambe veritiere se viste da due punti di vista diversi. Spesso la nostra mentalità dialettica è portata a

considerare un aspetto che ha mostrato essere reale come l'unica verità, e qualsiasi altra sia da escludere. Questo ci allontana invece da una conoscenza più profonda, perché ci si può spingere oltre la superficialità, che spesso è l'illusione data dalla materia. Lucifero dice ad Eva: "Non è vero che morirete". Vedremo lo sviluppo di questa risposta più avanti, analizzando l'ultima parte di questo capitolo 3 della Genesi. Il frutto si chiama "della conoscenza del bene e e del male"; in altre parole, ci attribuisce la facoltà di scegliere. Ma questo comporta una grande responsabilità; infatti la conseguenza che ne derivò fu un corpo più materiale. Prima di mangiare del frutto, l'umanità eterica non moriva, ma non aveva neppure capacità di scegliere. Era un po' quello che erano - e sono - gli Angeli: esseri eterici più avanti di noi sulla curva evolutiva. Max Heindel ci dice che quando gli Angeli attraversarono la fase *umana*, "la conoscenza affluì in loro". In altre parole, non devono fare alcuna fatica per conoscere; la conoscenza non è per loro una conquista come lo è per l'uomo, ma è una cosa naturale come è per noi respirare. Può sembrare una condizione invidiabile, e in un certo senso ovviamente lo è, ma significa anche che non hanno libertà di scelta. L'Angelo agisce quasi automaticamente, sia pure consciamente, nella direzione dell'evoluzione. Forse proprio a questa condizione si opposero gli Spiriti Luciferici, in quel loro peccato che spesso viene definito d'orgoglio. Ed è questo il grande dono che fecero agli uomini; dono da pagare però duramente. Che il corpo dell'uomo diventò più materiale, e che la sua coscienza si rivolse verso l'esterno (mentre prima era tutta interiore), è mostrato dall'ultima frase del brano che stiamo analizzando: "Si aprirono gli occhi e si accorsero di essere nudi (*aruiym*)". L'innocenza angelica era stata vinta dal peccato,

ossia dalla disubbidienza. Si coprono con "foglie di fico", che da allora assunsero un significato legato alla sessualità. È la nostra condizione attuale.

ATTUALIZZAZIONE DEL TESTO

Dove ha preso sede lo Spirito Luciferico nell'uomo? Nella colonna vertebrale e nel cervello / emisfero sinistro. Ed è precisamente dove ha sede l'io dell'uomo! Quando noi *pensiamo*, è come fosse lo Spirito Luciferico che si esprime. Qual è l'interesse dello Spirito Luciferico? Di mantenerci allo stato attuale, di non farci avanzare spiritualmente, perché questo vorrebbe dire togliergli "il terreno da sotto i piedi", cioè l'ambiente che usa per sopravvivere.

Si tratta del pensiero strettamente razionale e fondamentalmente scettico, perché "vuole toccare prima di credere"; in altre parole, vuole restare nella materia. L'io è nato grazie all'esclusione dalla nostra coscienza di tutte le altre dimensioni; ma le dimensioni continuano, ovviamente, ad esistere, e a mostrare - per chi avesse occhi per vederle - l'unità fondamentale del tutto. Noi invece viviamo nella separazione, e l'io si assume il compito della nostra *sicurezza*, cioè la difesa contro tutto ciò che non è io: o se stesso. La mentalità dell'io è quella di essere al centro dell'universo, poiché tutto intorno è *altro da lui*. Da qui l'istinto di sopravvivenza, la paura e la coscienza di separazione. L'io Superiore, il Sé ci dice: "Ascoltami, perché se non lo fai morirai". L'io inferiore risponde: "Non è vero che morirai". Non ci è più possibile tornare alla coscienza beata del giardino dell'Eden: dobbiamo "mangiare il frutto", ossia attraversare la materia, e da essa partire per completare la nostra evoluzione. In realtà, dobbiamo morire alla dimensione terrena, perché

siamo destinati a scoprire l'immortalità nella dimensione dello Spirito. Ma finché restiamo attaccati al corpo, vige la sua legge: sopravvivere prima di tutto. È la legge suggerita dall'io, che sa che deve morire, e ne ha paura.

Ecco che abbiamo dentro di noi la possibilità di cominciare la risalita, di superare progressivamente la caduta: rivolgersi ai valori dell'anima e voltare le spalle a quelli del corpo, ascoltando i suggerimenti dell'io Superiore, che sempre ci parla e ci invia messaggi. Ma per saperli cogliere dobbiamo prima *sintonizzarci* sulle sue lunghezze d'onda, mentre ora siamo armonizzati solo su quelle dell'io.

Per farlo, dobbiamo prima di tutto parlare col nostro io inferiore. È inutile cercare di eliminarlo, di ucciderlo: ricordiamo che "il serpente è il più astuto fra tutti gli animali". Dobbiamo approfittare delle sue paure, dicendogli: "Ti do una bella notizia; non è vero che morirai: tu hai una fonte più grande nella quale puoi immergerti, e vivere eternamente. Questa fonte è l'io Superiore, dal quale discendi e al quale puoi tornare".

In secondo luogo, dobbiamo renderci ricettivi della lunghezza d'onda nella quale l'io Superiore trasmette. Per farlo, dobbiamo sforzarci di vedere la realtà che sta dietro all'apparenza mostrata dalla materia: il Buono, il Vero e il Bello che sono la vera sostanza dell'universo. L'Arte, la Musica, la Creatività hanno in sé questa missione. Inoltre, rendiamoci conto di quando stiamo mettendo barriere, confini, esclusioni davanti a noi, e mettiamoci al posto dell'io Superiore, che tutto abbraccia e accoglie, perché sa che la operazione non è che una illusione e che non gli appartiene.

Non ascoltare l'io che ti sta dicendo: tutte storie, tieni i piedi *per terra*, e stai attento a non essere nudo!

* * * * *

Mi piacerebbe che durante tutto questo week-end, facessimo tutti insieme un esercizio che ci aiutasse a mantenere l'attenzione all'Io Superiore in sostituzione dell'io della personalità.

Che ognuno si sforzasse di pensare a se stesso non come l'io, ma come l'Io Sono dello Spirito.

Per cominciare, rendiamoci consapevoli il più possibile di come vediamo noi stessi, di come "ci sentiamo" degli individui. Ognuno di noi quando parla di sé usa il termine: "io". Dirgli di eliminare questa idea dalla sua testa lo metterebbe giustamente in crisi, e subito eliminerebbe la proposta per timore di perdere la propria identità, sulla quale fonda il sentimento di sé e della continuità della vita.

Possiamo però provare ad analizzare questo sentimento. Se dovessi fondare l'idea della mia identità e della continuità della vita sull'io, allora questo io dovrebbe essere qualcosa di statico, di sempre uguale a se stesso, perché se mutasse, allora quella continuità verrebbe vanificata. Vediamo allora come si manifesta questo io nella nostra vita: si mostra esso sempre allo stesso modo?

Se si manifesta nel corpo, che noi intendiamo come il nostro io, vediamo che le cellule di cui si compone al massimo ogni sette anni sono tutte sostituite da altre; se si manifesta nel pensiero, una retrospettiva ci mostrerà che nel tempo anche dal punto di vista psichico siamo continuamente in cambiamento, e con ogni probabilità non è restato nulla nella nostra mentalità odierna di quella che avevamo ad esempio nell'infanzia.

Se si manifesta nei gusti, nel modo di pensare, nel modo di comportarsi, nelle opinioni, ecc., dobbiamo dire assolutamente di no: al contrario, cambiamo continuamente gusti, idee e opinioni, facciamo una cosa e poco dopo ce ne pentiamo; sembra che siamo più persone invece di una sola, mutando nel tempo e talvolta improvvisamente. Spesso ci verrebbe da entrare nel dibattito interiore, e scegliere quell'io che più ci sembra giusto; ma anche questo non instaurerebbe che un ulteriore io, che giudica gli altri e si sostituisce ad essi. No, non sono i giudizi *moralistici* che risolvono il problema. Anzi, lo possono peggiorare, perché rischiamo di rimanervi invischianti con la convinzione di essercene invece liberati. Il vero io, cioè l'io Sono o lo Superiore, NON ENTRA IN CAMPO, NON PARTECIPA ALLA PARTITA: esso guarda dall'alto (dallo Spirito) il dibattito dell'io, e da questo "guardare" trae le sue conclusioni. Che lo arricchiscono in quello che è lo scopo dell'incarnazione: l'Esperienza.

Né il corpo, né la psiche, né il giudizio sono perciò la soluzione: non possiamo trovare in essi il vero lo Superiore. Eppure noi abbiamo il sentire di essere sempre noi stessi; in che cosa si appoggia questa sensazione? Si appoggia nella nostra vera essenza, che è lo Spirito che abita in noi. Quando diciamo "io" inconsciamente intendiamo proprio questo: lo Spirito che in realtà siamo. L'IO SONO!

ESERCIZIO N.1

Da ora e per tutto il week-end, cerchiamo di NON GIUDICARE. Quando ci sorprendiamo a farlo (nei confronti degli altri, di noi stessi o di una particolare situazione) immediatamente

sostituiamo il pensiero in qualcosa di positivo e privo di giudizio. Mantenere un atteggiamento positivo in noi stessi; e rispetto agli altri: stiamo lavorando su noi stessi, gli altri sono solo un pretesto per non guardarci dentro.

Parte II - COLTO SUL FATTO

⁸Poi udirono il rumore dei passi del Signore Dio che passeggiava nel giardino alla brezza del giorno, e l'uomo, con sua moglie, si nascose dalla presenza del Signore Dio, in mezzo agli alberi del giardino. ⁹Ma il Signore Dio chiamò l'uomo e gli disse: «Dove sei?». ¹⁰Rispose: «Ho udito la tua voce nel giardino: ho avuto paura, perché sono nudo, e mi sono nascosto». ¹¹Riprese: «Chi ti ha fatto sapere che sei nudo? Hai forse mangiato dell'albero di cui ti avevo comandato di non mangiare?». ¹²Rispose l'uomo: «La donna che tu mi hai posto accanto mi ha dato dell'albero e io ne ho mangiato». ¹³Il Signore Dio disse alla donna: «Che hai fatto?». Rispose la donna: «Il serpente mi ha ingannata e io ho mangiato».

INTERPRETAZIONE DEL TESTO

La prima cosa che salta all'occhio leggendo questo testo, riguarda il fatto che a prima vista Dio non si era accorto di quanto stava succedendo nel Giardino, e ha dovuto chiederlo ad Adamo. Questo appare del tutto inverosimile, perciò dobbiamo supporre che l'episodio sia narrato *dal punto di vista di Adamo*, cioè dell'uomo. Che l'uomo pensi di potersi nascondere a Dio dimostra che già si è allontanato dalla dimensione spirituale, e che è entrato pienamente nella dimensione materiale-dialettica. Dio ha dovuto interpellarlo per avere un colloquio con lui, ha dovuto attirare la sua attenzione, che evidentemente non era più a Lui rivolta. Ogni volta che anche noi pensiamo che le cose "di questo mondo" siano separate e indipendenti da quelle spirituali, rispondiamo alle leggi che reggono il piano materiale; e ogni volta che pregando ci sembra che Dio sia lontano da noi, ci troviamo

nella stessa condizione di Adamo nel brano che stiamo analizzando.

La risposta di Dio suffraga quanto già abbiamo detto nel brano precedente: "Chi ti ha fatto sapere che sei nudo?" vuol dire che Adamo non avrebbe potuto accorgersi della sua nudità se non avesse "mangiato il frutto". Sapere di essere nudo, cioè avere acquisito un corpo più materiale di prima, è la conseguenza dell'uso indiscriminato dell'energia creatrice, che ha causato la *caduta* dalla *GENERAZIONE* alla *DEGENERAZIONE*. In altra traduzione, la risposta di Eva è: "Il serpente mi ha *sedotta*".

Segue poi un tipico esempio di *scarica barile*. Adamo risponde a Dio dicendo: "La donna che Tu mi hai posto accanto" sembra quasi incolpare Dio, seguita da: "È colpa della donna"; Eva risponde dicendo: "È colpa del serpente". La conoscenza del bene e del male comporta libertà di scelta, ma anche - come già abbiamo visto - responsabilità delle scelte che man mano si fanno. La libertà è sempre una medaglia a due facce: da una parte la *Libertà*, dall'altra la *Responsabilità*: l'una non ha senso senza l'altra.

La libertà però non può non essere *tarata* sulla capacità di fare delle scelte corrette, perché altrimenti potrebbe produrre danni enormi; ecco che allora subentra la Legge di Conseguenza: tu subirai le conseguenze delle tue scelte, al fine di imparare col tempo quali sono le scelte corrette. E di accrescere così la tua quota di libertà in funzione di come avrai dimostrato, attraverso scelte future, di avere compreso le *lezioni*.

Si tratta quindi sempre di una Legge esterna, che è il lavoro evolutivo che Jahvè ha la missione di portare avanti per il genere umano. Ecco che qui la domanda: "Dove sei?" e tutte

le altre, hanno questa intenzione didattica nei confronti di Adamo. Il quale risponde come fino ad oggi gli uomini sottoposti alla Legge usano fare: non ammettendo i propri errori, e dimostrare così di avere compreso la lezione, ma cercando scusanti, cosa che li allontana dal porre un termine alle lezioni necessarie. Questo durerà finché la legge non sarà interiorizzata, e non avranno più bisogno che un Dio - la coscienza - li richiami, perché saranno in contatto perenne con essa.

Nasce quindi la disobbedienza, cioè il *peccato*, conseguenza inevitabile della legge esterna, e con esso la *vergogna* e la *paura*.

ATTUALIZZAZIONE DEL TESTO

Vergogna e paura, quindi, non appartengono alla nostra essenza, ma alle sovrastrutture nate dalla conoscenza del bene e del male prima di saperla gestire. Lo Spirito, il nostro Io Superiore, non può mai provare né vergogna né paura, e non ha mai la spinta a nascondersi! Quando sentiamo queste sensazioni dentro di noi, sappiamo benissimo che ci stiamo identificando con l'io, e non con lo Spirito; con cioè qualcosa nel quale non ha sede la nostra reale identità. L'io Superiore sempre ci richiama: "Dove sei?"; l'io risponde negandolo, nascondendosi a Lui, e accampando scuse e *scarica barile*. Ha paura.

La regola dell'io, cioè della costruzione del corpo, è: "mors tua, vita mea", ed è perciò sempre attanagliato dalla paura: vuole un corpo più forte per sconfiggere il "nemico" (tutti gli altri), vuole un'intelligenza più scaltra per arrivare "prima" degli altri, vuole far parte di un gruppo più numeroso per sopraffare i gruppi degli altri. Vive una vita per niente invidiabile, sempre

circospetto, sospettoso e invidioso. Cerca di difendersi attraverso attività fisiche e mentali alle quali attribuisce il potere di dargli quella sicurezza nella quale si illude di circondarsi. Come Adamo ed Eva si circondarono di foglie di fico.

Ecco il nascere di quei *riti scaramantici* che tutti, più o meno, abbiamo: piccole o grandi "manie", movimenti o pensieri ripetitivi; eliminazione di alcune precise situazioni; abitudini di pensiero quali critica verso gli altri, o paura continua di fatti indesiderabili, e così via.

Ogni volta che ripetiamo questi atteggiamenti o pensieri, li rafforziamo e consolidiamo la nostra relazione con essi.

Possiamo sforzarci di eliminarli, ma di solito questo tentativo non dura molto, con il rischio che tornino più forti di prima, perché la scelta viene fatta da un "io" contro un altro "io": non dallo Spirito, che non ha alcuno scopo utilitaristico. L'io Superiore con ogni probabilità non vorrebbe eliminarli, ma instaurare un nuovo equilibrio dentro di noi, basato sulle sue aspettative; le difese automatiche dell'io perderanno nel tempo la loro presa.

In fondo, non è vero che siamo totalmente preda dell'io inferiore, e che l'io Superiore è lontano da noi, irraggiungibile e inarrivabile. Se rammentiamo che lo scopo dell'io è la costruzione del corpo e la conseguente salvaguardia della specie, per cui vige la legge del più forte, mentre lo scopo dell'io Superiore è l'edificazione dell'anima, ossia tradurre l'esperienza fatta dal corpo in crescita interiore che risponda alla legge dell'Amore per la quale l'altro non è più un nemico, ma un compagno di viaggio, e il Servizio verso di lui è lo strumento di crescita, perché si aspira all'eliminazione delle barriere e dei confini di ogni tipo, e osserviamo come oggi le

leggi fatte dall'uomo, cioè la coscienza collettiva dell'umanità, sia propensa alla salvaguardia e alla protezione del più debole, antitetica a quella del più forte, ci rendiamo conto che siamo già avanti nel lavoro da fare, e che siamo in buona compagnia. Quello che manca è la consapevolezza che è lo Spirito a dettare queste nuove esigenze, ma ciò non toglie che sia proprio da Lui che riceviamo questo impulso. Renderlo cosciente ci può fare accelerare nel percorso da seguire.

* * * * *

Quando decidiamo di intraprendere un percorso di crescita interiore, ad un certo punto ci rendiamo conto di dover abbandonare alcune richieste che vengono dal corpo e/o dalla mente materiale. Ancora una volta corriamo il rischio di imporci una scelta che parte da esigenze non propriamente di carattere spirituale:

- voglio dimostrare - a me stesso o agli altri, è lo stesso - di essere "più spirituale";
- faccio dei sacrifici perché voglio crescere spiritualmente
- studio per arrivare ad esercitare delle facoltà, dei *poteri* fuori dal comune
- mi vedo accolto con tutti gli onori per la mia conoscenza e le mie capacità
- mi aspetto di essere riconosciuto e ringraziato per il bene che riesco a fare, e così via.

È chiaro che queste aspettative rispondono ad esigenze dell'io inferiore, perché sono centrate sulla competitività, che è figlia della limitata, errata ed illusoria visuale antagonistica dell'io.

Altra questione è quella della sessualità. L'energia creatrice è sacra, ed è il suo abuso che, come abbiamo visto, determinò la caduta; si pensa pertanto che sia sufficiente astenersene per incamminarci verso lo sviluppo spirituale. Ma, a parte la difficoltà, quello che conta non è tanto l'azione esterna, piuttosto le motivazioni interiori: per sviluppare la nostra crescita spirituale sacrifichiamo non solo noi stessi, ma magari anche il/la nostro/a partner? È senz'altro una motivazione egoistica, e senz'altro questo non porterà buoni frutti spirituali, e saremo responsabili di quello che creerà nella vita del partner. Senza considerare i problemi che possono insorgere nella nostra sfera mentale: se la motivazione non è tale da fare quasi spegnere la fiamma del desiderio, possono insorgere problemi psichici. Non è la "rimozione" che può risolvere il problema: un *fuoco* deve sostituire un altro *fuoco*, perché la cosa assuma un connotato positivo e di reale spinta evolutiva.

Se, invece, quando compio un'azione qualsiasi mi metto in sintonia con l'Io Superiore ponendomi al Suo servizio, non chiedendo altro che questo e del quale voglio essere uno strumento, mettendo da parte tutte le aspettative, non solo troverò che non ha più spazio la paura e la vergogna, ma anche che le cose "funzionano" meglio, e il risultato sarà migliore. Infatti quello che impedisce il risultato migliore, è appunto la paura di non riuscire, la vergogna di fare brutta figura, la tensione che impedisce le risposte e le eventuali contromisure più funzionali, che sempre sono suggerite dal Sé, ma che noi non riusciamo a sentire a causa delle sovrastrutture (paura e vergogna, appunto) dell'io. Adamo ed Eva furono espulsi dal Paradiso, cioè dalla comunione con Dio, perché caddero nella *comunicazione* al

posto della *comunione*, attraverso il "nascondersi", la "paura", la "menzogna", che nella condizione di prima erano inconcepibili, perché possono esistere solo quando ci si considera "altro da". Lo stesso facciamo noi quando diamo spazio alla competizione e alla separazione; oggi è quasi inevitabile, perché siamo capaci solo di comunicazione e abbiamo perso la capacità di comunione con il Sé.

ESERCIZIO N. 2

Da ora e per tutto il resto del week-end, ogni volta che pronunciamo - per qualsiasi motivo - la parola "io", ricordiamo a noi stessi che vogliamo riferirci non all'io personale o inferiore, ma al Sé o lo Superiore, che è la nostra vera identità. In questo modo, insistendo in questo atteggiamento, diventerà sempre più importante la nostra relazione di comunione con lo Spirito e con il Sé, e anche l'atteggiamento esteriore comincerà a modificarsi di conseguenza.

Parte III - LA MALEDIZIONE

¹⁴Allora il Signore Dio disse al serpente:

«Poiché hai fatto questo, maledetto tu fra tutto il bestiame e fra tutti gli animali selvatici!

Sul tuo ventre camminerai e polvere mangerai per tutti i giorni della tua vita.

¹⁵Io porrò inimicizia fra te e la donna, fra il tuo seme e il suo seme: questo seme ti ferirà la testa e tu gli ferirai il calcagno».

¹⁶Alla donna disse:

«Moltiplicherò i tuoi dolori e le tue gravidanze, con dolore partorirai figli.

Verso tuo marito sarà il tuo istinto, ed egli ti dominerà».

¹⁷All'uomo disse:

«Poiché hai ascoltato la voce di tua moglie e hai mangiato dell'albero di cui ti avevo comandato: «Non devi mangiarne», maledetto il suolo per causa tua! Con dolore ne trarrai il cibo per tutti i giorni della tua vita. ¹⁸Spine e cardi produrrà per te e mangerai l'erba dei campi. ¹⁹Con il sudore del tuo volto mangerai il pane, finché non ritornerai alla terra, perché da essa sei stato tratto: polvere tu sei e in polvere ritornerai!».

INTERPRETAZIONE DEL TESTO

Ecco le conseguenze di tutto quello che è successo;

conseguenze, non maledizioni come di solito vengono intese.

Non è niente di più e niente di meno che la conseguenza della disobbedienza di Adamo ed Eva verso Dio e dell'obbedienza verso il "serpente". Qualcuno afferma che è impossibile che sia accaduto qualcosa non previsto da Dio, ma ricordiamo che la libertà è un elemento essenziale del Piano Divino, per cui

non tutto è prevedibile; ma tutto è rimediabile, come vedremo fra poco.

La prima "maledizione" è rivolta al serpente, e gli viene predetto che non potrà più innalzarsi dalla dimensione materiale nella quale si era volontariamente inserito: scenderà a livello degli animali, sia domestici (bestiame) che selvatici, striscerà sulla terra e mangerà la polvere.

Il versetto 15, il cui significato è sempre stato molto discusso, merita una attenzione particolare. Nessuno ha al riguardo la verità in tasca, come si dice. L'interpretazione cristiana che va per la maggiore è quella che definisce questo versetto il PROTOVANGELO; in altre parole, qui si vuole vedere l'annuncio del Piano di Salvezza attraverso il "seme della donna" che porrà fine al controllo luciferico sull'uomo attraverso la nascita del Salvatore. Immediatamente dopo la caduta, le Gerarchie hanno dato vita al Piano per rimediare e trarre maggiore profitto dall'accaduto: "Poiché hai fatto questo", mettiamo in atto il "Piano B".

Per "donna" noi possiamo intendere la facoltà *femminile* dell'Intuizione, in contrapposizione alla Razionalità prettamente *maschile*. È la stessa motivazione con cui possiamo intendere "l'annunciazione" dell'Angelo a Maria direttamente = Maria era in grado di ricevere il messaggio intuitivo da sveglia, cioè aveva risvegliato in sé la facoltà intuitiva; mentre lo stesso annuncio fu fatto a Giuseppe "in sogno". La razionalità (la "testa") è sotto il controllo di Lucifero, mentre l'Intuizione è una facoltà dello Spirito ed è il mezzo con cui l'Io Superiore cerca di parlare all'uomo (inteso in senso generale). Kundalini dorme alla base della colonna vertebrale, e lo stimolo luciferico della passionalità - con il quale ha sedotto il genere umano - ha libero sfogo. Il frutto

dell'albero della conoscenza ci impedisce l'accesso all'albero della vita: quando l'umanità sarà pronta, l'energia creatrice ora rivolta verso il basso si rivolgerà verso l'alto diventando l'albero della vita.

La seconda "maledizione" riguarda la donna. In effetti, Dio non maledice né Adamo né Eva, ma elenca le conseguenze delle loro azioni. È la stessa identica cosa che succede a tutti noi: quello che la vita ci porta è la conseguenza delle nostre azioni passate, in questa o nella vita precedente. Ecco che così ci viene impartito un insegnamento molto importante: se vogliamo un futuro privo di dolori e di prove, dobbiamo provvedere subito col nostro comportamento odierno. Alla donna Dio descrive ciò che la sua condizione ora prevede, e cioè che essendo subentrata la morte in seguito alla condizione fisica, sarà necessario provvedere a nuovi corpi attraverso il parto, e questo le procurerà dolore. Inoltre, la spinta all'accoppiamento farà sì che sarà la legge del più forte che domina l'esistenza materiale e la costruzione dei corpi a prevalere. Per quanto riguarda il parto, sembra quasi che certi estremisti ignoranti vogliano impedire (talvolta anche inconsciamente) che siano applicati rimedi al dolore, intendendo con ciò di rispettare la volontà divina nella supposta maledizione, e considerando come peccaminoso tutto quanto circonda la sfera - in verità "sacra" - della sessualità, nascita compresa. In realtà "moltiplicare i dolori e le gravidanze" è niente di meno che la conoscenza di cosa succederà al genere umano come conseguenza della caduta. Rivolgendosi poi ad Adamo, Dio gli ritorce contro le sue scuse: "È colpa tua che mi hai messo accanto la donna", "È colpa della donna che mi ha fatto mangiare il frutto". Non maledice Adamo, ma il suolo, ossia profetizza all'uomo la fatica che

dovrà fare per condurre la sua esistenza materiale. Ora, dice Dio ad Adamo, sei un essere del tutto terreno; prima eri un essere solare, adesso sei un essere lunare. Ci troviamo infatti nell'Epoca Lemuriana, quando la Luna fu espulsa dalla Terra; ma come una parte del Sole rimase (e rimane) nella costituzione umana, attraverso l'attività del corpo eterico, anche una parte Lunare rimase (e rimane) attraverso l'attività del corpo del desiderio, o emozionale. Dal Sole proviene l'energia vivificatrice, dalla Luna la forza cristallizzante; entrambe sono necessarie all'attuale umanità, consentendole di vivere nell'ambiente terrestre. Qualora prevalessse l'energia solare oltre l'equilibrio necessario, l'uomo attuale ne andrebbe bruciato e distrutto; se prevalessse la forza lunare l'uomo diverrebbe come la superficie della Luna, cioè polvere arida. Prima della caduta l'uomo viveva attraverso l'energia solare, cosa non più possibile in seguito, e infatti Dio dice: "Sei polvere", cioè la polvere lunare è entrata in te, e, come conseguenza, subirai la morte: "in polvere ritornerai".

ATTUALIZZAZIONE DEL TESTO

Quando nel corso dell'esistenza incorriamo in avvenimenti spiacevoli, sia nella salute, nella relazione con gli altri, nella nostra famiglia o nel lavoro, e così via, di solito la prima cosa che facciamo è cercare *di chi è la colpa* (ovviamente al di fuori di noi stessi, che siamo *le vittime*). Diciamo che "non è giusto", e che se ci fosse giustizia a questo mondo, cioè se ci fosse quel Dio che tutto decide e dirige e al Quale tutto è possibile, certe cose non avverrebbero. È esattamente quello che tentò di fare Adamo nel racconto della Genesi, ma Dio gli ricordò che, sebbene in effetti egli fu tentato, fu sua la decisione di "ascoltare la voce" di Eva. Sempre la nostra coscienza,

essendo individui sufficientemente evoluti, ci dice quello che è giusto e quello che non lo è, ma non sempre la ascoltiamo. Non sospettando che ciò si ritorcerà contro noi stessi. Sarebbe allora più opportuno cercare di rivedere, in simili occasioni, il nostro comportamento, per correggere quello che non va d'accordo con il *comando* della nostra coscienza.

Si dirà: ma ci sono persone le più disoneste possibile alle quali sembra che tutto vada bene, mentre le più oneste sembrano essere, al contrario, le più sfortunate. Appunto: "sembra"; noi non possiamo sapere che cosa si cela dentro gli altri, e quale sia il loro percorso evolutivo per questa vita. Non possiamo giudicare nessuno che non sia noi stessi, perché non abbiamo né il metro né l'unità di misura necessari. La sola cosa che dobbiamo fare, è guardare dentro di noi, senza cercare scuse. Anziché lamentarci perché "il mondo non è giusto", dal punto di vista dell'io, dovremmo guardare il mondo dal punto di vista del Sé, e allora ci accorgeremo che "il mondo è perfetto", nel senso che è esattamente come dev'essere, e non potrebbe essere diverso da così. Perché il suo scopo non è quello (egoistico) che vorrebbe l'io - d'altra parte, non potrebbe esserlo, perché la competizione fra i tanti io, con interessi contrastanti, non potrebbe condurre alla contemporanea soddisfazione di tutti. Lo scopo del mondo è in realtà quello di fornirci una "Scuola evolutiva", dalle cui lezioni apprendere come avanzare meglio, più soddisfacentemente e più rapidamente. Come dice Max Heindel: "Il Servizio è la via più breve, più veloce e più sicura che conduce a Dio". Guardandolo dal punto di vista del Sé e immedesimandoci nel Sé, accelereremo il *corso d'apprendimento*, al contrario di chi si dibatte nel proprio piccolo io, e diventa un *ripetente* irriducibile.

* * * * *

Fintantoché siamo soggetti alle conseguenze della *caduta*, la nostra evoluzione avanza in modo lento e la nostra coscienza si risveglia solo parzialmente, essendo bloccata dall'azione luciferica ostacolatrice che dà valore solo al pensiero razionale-deduttivo anziché all'intuizione spirituale, cioè all'ascolto dei suggerimenti e guida del Sé. In questo modo, anche il periodo *post-mortem* avrà un'importanza minore, considerato che la morte da sola non modifica le condizioni mentali e spirituali della persona. L'azione luciferica si estende quindi anche oltre la morte del corpo; è necessario, se vogliamo accelerare il nostro avanzamento, cominciare subito a modificare lo *status-quo* in cui ci troviamo. In termini mistici si dice "prendere d'assalto il cielo" (il che si tramuta anche in minore necessità di imparare solo attraverso il dolore). In parole povere, bisogna "morire" all'io in questa vita. Il che non significa *ucciderlo*, perché, come già abbiamo ricordato, esso metterà in atto tutte le contromisure allontanandoci, o impedendoci, di conseguire l'obiettivo, rimuovendolo o "nascondendosi". Senza considerare che l'io è l'attuale portatore della coscienza, e se lo uccidiamo - in favore di una non bene identificata "coscienza globale" - corriamo il rischio di perdere anche la cosa più preziosa che abbiamo: l'autocoscienza. La mente è "l'anello di congiunzione" fra lo Spirito e il corpo, perciò la cosa da fare è trattarla *con i quanti*, sapendo che è solo un ponte di lancio verso l'io Superiore. Ricordiamo che Max Heindel ci dice che è la lotta fra il corpo del desiderio e il corpo vitale (cioè fra la personalità e lo Spirito) che genera la coscienza. Non si tratta di una procedura "naturale", perché la natura del corpo e della personalità

sarebbe quella di difendersi e di lottare con "il nemico", cioè tutto ciò che è *altro* da sé. Il corpo, l'io, ha paura, e non dobbiamo sfidarlo. Quello che dovremmo cominciare a fare è CAMBIARE PARADIGMA, imparando a identificarci di più col Sé che con l'io, coltivando tutte quelle attività, interessi, situazioni, ecc., che superano gli interessi stretti dell'io a favore di tutto ciò che è universale, collettivo, elevato, disinteressato, altruistico, ispirativo e quant'altro ricada sotto la giurisdizione dello Spirito.

Nell'Apocalisse (Ap. 2:11) Giovanni scrive: "*Il vincitore non sarà colpito dalla seconda morte*". Che cos'è questa seconda morte? La morte è l'abbandono di uno stato, di una forma di coscienza; fino a che ci identifichiamo con la personalità, perdiamo la coscienza della nostra vera essenza: lo Spirito. Alla morte del corpo fisico (*prima morte*) non corrisponde un istantaneo abbandono della coscienza legata alla personalità, se non fino all'ingresso dell'anima nei piani spirituali, molto tempo dopo la morte fisica. A quel punto, la personalità dell'esistenza passata svanirà, e il Sé si troverà in un nuovo stato, *perdendo la coscienza fino ad allora trattenuta*. Sarà la "*seconda morte*", perché l'identificazione con la personalità che non c'è più era la sola nella quale eravamo coscienti. Se però fummo "vincitori" durante la vita nell'assalto al cielo, identificandoci più con lo Spirito che con la personalità, la coscienza non sarà interrotta, e, con le parole di Giovanni, "regneremo con Cristo per mille anni", non conoscendo la seconda morte. È un passo decisivo del nostro progresso evolutivo, che ci potrà vedere superare le limitazioni e le illusioni conseguenti all'intervento luciferico, accelerando enormemente la nostra evoluzione.

ESERCIZIO n.3

Per tutto il tempo restante del nostro incontro (e magari anche dopo), guardare con occhi diversi tutto quanto ci circonda: gli oggetti, la natura, gli animali, le persone, ecc., vedendo il BELLO che ispirano, e che di solito sorvoliamo o al quale non diamo importanza.

Parte IV - LA CACCIATA

²⁰L'uomo chiamò sua moglie Eva, perché ella fu la madre di tutti i viventi.

²¹Il Signore Dio fece all'uomo e a sua moglie tuniche di pelli e li vestì.

²²Poi il Signore Dio disse: «Ecco, l'uomo è diventato come uno di noi, conoscendo il bene e il male. Che ora egli non stenda la mano e non prenda anche dell'albero della vita, ne mangi e viva per sempre!». ²³Il Signore Dio lo scacciò dal giardino di Eden, perché lavorasse il suolo da cui era stato tratto. ²⁴Scacciò l'uomo e pose a oriente del giardino di Eden i cherubini e la fiamma della spada fiammeggiante, per custodire la via all'albero della vita.

INTERPRETAZIONE DEL TESTO

Siamo all'epilogo; le conseguenze di quanto accaduto prendono forma.

Dovendo provvedere a "molte gravidanze" per i motivi già spiegati, la donna è diventata per definizione la madre, colei che dà vita, ed è questo il significato del suo nome che compare a questo punto per la prima volta: Eva, "la madre di tutti i viventi". Ricordiamo che "Adamo" vuol dire "fatto di terra", ossia della sostanza del pianeta.

La creazione dell'uomo, come non descrive la creazione di un singolo essere umano, ma Adamo rappresenta tutti gli uomini ed Eva tutte le donne, non è nemmeno l'azione di una sola Gerarchia spirituale: Jahvè è il capo di una serie di Esseri creatori, ciascuno con una *specializzazione* particolare. Nel racconto infatti, Dio parla sempre al plurale. Anche in questo brano dice: "L'uomo è diventato come *uno di noi*". Da sempre si discute su questo plurale, perché una religione cosiddetta monoteista non potrebbe concepire molte Divinità. Poco credito hanno dato le spiegazioni nelle quali si è pensato di

vedere una specie di "plurale maiestatis", o addirittura un riferimento alla Trinità, estranea al testo dell'Antico Testamento, anche perché all'inizio della Genesi, è scritto "Dio disse", non "dissero". La sola interpretazione credibile è quella che vede la cooperazione di Jahvè con la corte celeste formata da tante Gerarchie Creatrici. Infatti, qui Dio dice "Come *uno di noi*", non "Come noi", ed è chiaro che si riferisce alle facoltà comuni a più d'uno, oltre a Se stesso. Comunque sia, ecco che in questo versetto viene confermato il risultato promesso da Lucifero ad Eva: l'uomo ha ora la capacità di "conoscere il bene e il male", ossia la facoltà di scelta, che gli dà al tempo stesso Libertà e Responsabilità.

Libertà e Responsabilità, però, che nascondo un grande rischio. La "Cacciata" non è in effetti un castigo o una punizione, come di solito viene definita, ma una misura di salvaguardia nei nostri confronti, un'attenzione particolare verso il nostro bene, come le maledizioni altro non sono che l'elenco delle conseguenze della scelta di ascoltare il serpente. L'uso sconsiderato della libertà acquisita evolutivamente prima del tempo può infatti portare il genere umano alla sua stessa rovina, arrestandone l'evoluzione, e alla rovina delle forme di vita inferiori, danneggiando in modo irreparabile il pianeta. Al giorno d'oggi questa frase appare quasi ovvia, a riprova della sua validità, ma solo fino a poco tempo fa non era così scontato, anzi, fino al tempo "dei lumi" si aveva una quasi cieca fiducia nella scienza e nella tecnica - figlie della mente razionale - come risoltrici di ogni problema. Subito le Gerarchie si resero conto di questo rischio, e presero provvedimenti affinché l'uomo "non stendesse la mano" anche sull'albero della vita, oltre che su quello della conoscenza. Per quanto potenti siano le forze che l'uomo sa

usare al giorno d'oggi, sono pur sempre le più sottili del mondo fisico, e per quanti danni possano fare non potrebbero mai cancellare la vita in modo irreparabile. C'è sempre la *morte* pronta ad intervenire per porre fine ad attività troppo rischiose messe in atto da una scienza molto erudita sul piano materiale, ma del tutto ignorante e impotente riguardo alla vita stessa. Cosa che ci salvaguarda da conseguenze che potrebbero estinguerci.

Detta salvaguardia deriva dal non aver "preso anche dell'albero della vita e vivere per sempre". Con troppa superficialità la scienza oggi parla della possibilità (che per fortuna non esiste) di vincere la morte; pensiamoci bene: che cosa succederebbe se non ci fosse più la morte, se tutti vivessero per sempre? La morte è necessaria finché viviamo nella dimensione fisica, perché garantisce il progresso.

Quando innalzeremo Kundalini lungo la colonna, quando cioè riconquisteremo la dimensione eterica, allora non dovremo più "lavorare il suolo dal quale fummo tratti", e i cherubini ci apriranno la via verso la conoscenza anche della Vita.

Nell'iconografia tradizionale la missione dei cherubini sembra essere quella di custodire i luoghi sacri, e il più sacro di tutti è il corpo umano, perché è il tempio dove risiede - sia pure non ancora sentito consciamente - il Sé; e la Cosmogonia ci spiega che furono i Cherubini a risvegliare, nel Periodo del Sole, il secondo aspetto spirituale nell'uomo, lo Spirito Vitale, la cui controparte è il corpo vitale, datore appunto di vita al corpo fisico. È per questo che i Cherubini furono messi a guardia del giardino dell'Eden, cioè della dimensione eterica.

ATTUALIZZAZIONE DEL TESTO

Dove possiamo trovare questi due "alberi": *della conoscenza del bene e del male e l'albero della vita*? Dove si trova il "serpente" all'interno del corpo umano, e dove possiamo "schiacciargli la testa"? Tutte queste domande hanno una risposta univoca: nella colonna vertebrale, che è l'*athanor* dell'Alchimista spirituale.

Possiamo dire che il "serpente" tentatore scorre nella colonna verso il basso, dove si trova la sua "testa" in corrispondenza degli organi generatori, e da dove istiga alla passionalità. La colonna vertebrale è composta di tre canali nei quali scendono le correnti che gli alchimisti definiscono *sale*, sotto la giurisdizione lunare degli Angeli, *zolfo*, sotto la giurisdizione marziana dei Luciferici con sede negli organi genitali, e *mercurio* con sede nella testa, sotto la giurisdizione dei Signori di Mercurio. Da una parte gli Angeli sovrintendono la parte dei nervi simpatici nel sistema nervoso involontario, dall'altra i Luciferici sovrintendono i nervi motori del sistema volontario, mentre i Signori di Mercurio sono per così dire in attesa che si sviluppino nell'individuo l'ottava superiore di Mercurio, Nettuno, capace di *accendere* Kundalini invertendo la direzione della corrente e innalzandola verso l'alto. I Signori di Mercurio lavorano con quegli individui che si stanno preparando - sia consciamente che inconsciamente - al risveglio di questa corrente illuminatrice.

Nel suo sviluppo spirituale, il Mistico Cristiano provoca infatti un rovesciamento della forza creatrice dal suo corso discendente ordinario, in cui è dissipata per la soddisfazione dei sensi, a un corso ascendente lungo il midollo spinale tripartito. Questa corrente ascensionale fa vibrare l'ipofisi e l'epifisi, risvegliando la vista spirituale. Kundalini allora trasforma la colonna vertebrale dall'albero della conoscenza

retto dagli Angeli da una parte, e dagli Spiriti Luciferici dall'altra, nel luminoso e folgorante Albero della Vita, simbolizzato nel testo biblico dalla "spada fiammeggiante" dei cherubini.

Ogni pensiero nobile ed elevato, la meditazione e le azioni di servizio disinteressato al prossimo "accende" lo spirito di Nettuno facendolo innalzare e diventare sempre più incandescente, fino a raggiungere la testa, dove formerà un *ponte* fra le due ghiandole citate. La testa (il Golgotha) si trasforma allora dal luogo della crocifissione, cioè dove la nostra essenza spirituale è crocifissa nella materia, al luogo della Liberazione, o Resurrezione. A quel punto la DEGENERAZIONE derivata dall'abuso della GENERAZIONE, si sarà trasformata in RIGENERAZIONE, aprendoci la via verso la dimensione eterica e il ritorno al giardino dell'Eden, e potremo finalmente esclamare: "Consummatum est!".

* * * * *

Spero che gli esercizi proposti ci abbiano messi tutti in condizione di avvicinarci di più con la nostra coscienza al Sé o lo Superiore. È necessario essere sempre sul chi vive, cioè "presenti" nei nostri pensieri e anche nelle nostre attività. Veniamo tutti da un retroterra nel quale regna la legge dell'io, la legge del più forte, e tendiamo a rispondere automaticamente alle sue sollecitazioni. Se vogliamo però "prendere d'assalto il cielo", dobbiamo trasformare gli automatismi in azioni volontarie guidate dal Sé.

Max Heindel ci suggerisce un trucco, dandoci nel contempo un insegnamento sul funzionamento del mondo del pensiero. In quel mondo, ci dice, ogni pensiero che emettiamo costruisce una "forma" di sostanza-pensiero corrispondente al pensiero che abbiamo emesso. Come nel mondo fisico non possono due oggetti materiali occupare lo stesso spazio, ma dove c'è uno non può contemporaneamente esserci un altro, così nel mondo del pensiero una forma-pensiero non può occupare lo stesso "spazio" di quel mondo occupato da un'altra forma-pensiero: non possono coesistere. Per questo motivo, egli ci suggerisce la tecnica della SOSTITUZIONE DI PENSIERO, che consiste nel sostituire un pensiero indesiderato, se siamo abbastanza abili da accorgercene immediatamente, con un altro che prenda *il suo posto*. Questo perché gli automatismi di cui si diceva sopra tendono ad inserirsi continuamente e ad imporsi sulla volontà della persona. Dobbiamo avere un bagaglio di pensieri disponibili e preferibilmente di natura elevata, pronti ad usarli in questi frangenti. La cosa non è semplice, ma insistendo - senza demordere - si avrà sempre più successo, scalzando i vecchi automatismi con nuovi e più soggetti alla nostra volontà, e soprattutto scelti da noi in quanto Sé.

Per imparare ad identificare questi pensieri indesiderati, che non sono in realtà voluti da noi, ma che ci arrivano dalla mente dialettica anche se crediamo che rappresentino la nostra identità, dobbiamo vigilarci sia nel momento in cui li emettiamo, se ci riusciamo, oppure analizzandoli successivamente.

Ecco alcuni esempi di situazioni/parole-chiave con le possibili sostituzioni da utilizzare per formarsi delle forme-pensiero corrispondenti:

inferiore e l'io di gruppo ad un Io ancora superiore: il Sé che tutto comprende. In fondo, all'io c'è da dire: non voglio eliminarti, ma farti comprendere in una dimensione maggiore nella quale tu puoi trovare la massima espressione di te. Un ragionamento analogo vale per la paura: a che cosa serve la paura? La paura serve a sopravvivere nei confronti dell'altro, del nemico. Grazie alla paura l'io guarda fuori, e pone attenzione, sia pure dialetticamente, all'altro. Ebbene, la massima espressione di questo "guardare fuori" - sul quale si basa tutta la civiltà occidentale - è proprio quella di "inglobare tutto". È la paura del diverso, di chi ha idee diverse, religioni diverse, abitudini diverse, ecc.. Man mano si può estendere la comprensione a sfere maggiori, allargando l'area nella quale non abbiamo paura; fino ad arrivare a tutto comprendere e condividere. Senza parlare del pericolo della morte, che viene superato quando si sa che è solo un passaggio e che si alternano più esistenze. A questo punto, la paura non è stata eliminata a forza, ma ha superato il suo motivo d'essere per mancanza del nemico, dimostrandosi per quello che è: l'illusione del rischio della nostra sopravvivenza, ed è stata sostituita dall'amore. Quando il Cristo disse: "Vi do un comandamento nuovo, che vi amiate gli uni gli altri", voleva dire proprio questo; infatti il comandamento di "amare il prossimo" non era affatto una novità, trovando in Levitico 19: "Ama il tuo prossimo come te stesso". La *novità* si trova nel seguito della frase: "Che vi amiate gli uni gli altri, *come io vi ho amati*" (che potrebbe anche tradursi: "Come l'io Sono ama"). *Come* ci ha amato il Cristo? Senza tornaconto, senza barriere, del tutto disinteressatamente, dando la Sua Vita per noi. Questo è il comandamento nuovo.

Un ottimo esercizio, potrebbe essere cercare di fare un analogo ragionamento per ciascuna delle parole comprese nelle situazioni da sostituire elencate più sopra.

