









# **IL GESTO**

**HERNÁN QUIPILDOR**

Edizioni  
Germán Scalona

Disegno  
Sergio del Puerto

Traduzione  
Simona Massobrio Howe

Pubblicato da Hernán Quipildor  
Copyright © Hernán Quipildor

ISBN 978-0-9935330-7-5

2016. Diritti riservati.



**GRAZIE**







# **INDICE**

**INTRODUZIONE: LA POSIZIONE**

**I. GLI ELEMENTI**

**II. LE CONVERSAZIONI**

**III. IL GESTO**



# **INTRODUZIONE: LA POSIZIONE**

L'evoluzione implica la realizzazione di nuovi significati. Le parole sono già metafore, rappresentazioni concettuali di qualcos'altro. Il 'qualcos'altro' del quale tratteremo qui è la coscienza. Siamo troppo abituati ad affrontare strati di metafora che ci separano dal significato. Nel corso del nostro tentativo di accedere alla conoscenza costruiamo straordinari strati di chiarimenti. Questo sventurato balzo non è necessario visto che la conoscenza è direttamente accessibile. E, in ultima analisi, tutta la conoscenza significa autoconoscenza.

Vogliamo raggiungere un'intuizione di coscienza quale concetto completo e totale che si realizza nella vita, che si realizza complessivamente nella realtà. Questo è un concetto che siamo in grado di esplorare direttamente quali esseri viventi, visto che siamo coscienza palesata. Non si tratta di fantasmi in una dimensione parallela; si tratta di comprendere l'evidente enigma che pur nella nostra diversità, pur nelle nostre particelle di materia e nei nostri organismi specifici e individuali, siamo tutti uguali, e siamo parte di un tutto che chiamiamo coscienza.

Si tratta di comprendere noi stessi quale tecnologia e di cercare di sviluppare la consapevolezza di quello a cui serve questa tecnologia. La coscienza rappresenta la parte mancante nella nostra comprensione della realtà. Il significato che stiamo qui cercando è una consapevolezza che ci è intrinseca. Si tratta di un significato che non può essere attribuito, ma esclusivamente vissuto.

# I. GLI ELEMENTI

## **SU COME LE NOSTRE EMOZIONI SONO IL SENSO ATTRAVERSO IL QUALE CI È POSSIBILE PERCEPIRE ED ELABORARE LA COSCIENZA**

Il mondo come lo vediamo è il mondo percepito attraverso i nostri sensi. Tutto quello che è realtà è realtà percepita attraverso noi stessi, con noi stessi e come noi stessi. Quindi ha senso cominciare definendo le componenti di questa realtà in termini della nostra capacità di catturarle. La nostra percezione del mondo è invariabilmente una combinazione di quello che percepiamo attraverso i nostri sensi, e che include un'impronta emotiva come parte integrante di quella percezione. In effetti le emozioni rappresentano un ulteriore modo di percepire la realtà. La realtà che catturiamo attraverso le nostre emozioni, tuttavia, ne rappresenta un aspetto più tenue, più delicato; possiamo definire questo aspetto della realtà 'coscienza'.

Fondamentalmente, le emozioni che proviamo nel percepire il mondo attraverso i nostri sensi hanno una duplice, ma tuttavia unica, natura. Anche se sono connesse ad una componente del mondo apparentemente esterna a noi stessi che ha provocato tale emozione, in effetti rappresentano la nostra propria intimità. Le emozioni sono quindi strumenti che ci permettono di accedere a questa intimità.

Siccome questa intimità è quello con cui ci identifichiamo più da vicino, è fondamentale il riconoscimento che quando parliamo di emozioni parliamo essenzialmente delle nostre proprie esperienze. Quando ci piace qualcosa, quando qualcosa non ci piace, quando siamo felici o euforici o tristi per via di qualcosa, non ci riferiamo mai a qualcosa che non sia noi stessi. Non percepiamo mai l'aspetto esterno della realtà che ha provocato quell'emozione. La percezione è sempre la nostra propria intimità che elabora la realtà. Siccome non esiste nulla che ci sia più vicino di queste emozioni, con esse ci colleghiamo al mondo nel modo più immediato che possediamo. Il mondo in effetti nasce nella nostra intimità. È questa intimità che definiamo coscienza. Vorrei quindi trattare di emozioni come di un modo nel quale ci è possibile percepire la coscienza.

**SUL SIGNIFICATO  
DELLA COSCIENZA.  
IL NOSTRO VERO IO  
NON È UN 'IO SEPARATO'**

Quando ci riferiamo alla coscienza, non ci riferiamo ad un senso di noi stessi quale essere completamente separato. Non si tratta del tipo di consapevolezza di uno spettatore che guarda la realtà, o della consapevolezza che la realtà accade sotto i nostri occhi. Non si tratta del riconoscimento che siamo umani. Non ci è pos-

sibile accedere alla coscienza attraverso la razionalizzazione, né ci è possibile percepirla mediante l'osservazione di ciò che ci è esterno. Non si tratta di una caratteristica che possiamo individuare osservando il comportamento di qualcosa: 'il robot si comporta come se sentisse che esiste, quindi ha coscienza'. Il concetto che ci interessa non ha bisogno che ci si creda, anzi non è possibile crederci.

Quello a cui ci riferiamo parlando di coscienza è un concetto più vasto, onnicomprensivo, completo e onnipresente. Quali esseri umani abbiamo accesso diretto a questo concetto attraverso l'attività più semplice, basilare e vuota. È un'attività che percepiamo attraverso le nostre emozioni. Quello che approssima più da vicino ciò che stiamo descrivendo è il più semplice, basilare e diretto senso di essere, svuotato di contenuti.

L'empatia può aiutarci a sviluppare questa intuizione. Attraverso l'empatia ci è veramente possibile condividere le emozioni dell'altra persona, entrare in sintonia con l'altra persona. Tenendo a mente che la sintonia esige somiglianza, intuiamo di essere tutti partecipi nella coscienza quale concetto completo, onnicomprensivo.

Il concetto di coscienza è talmente completo da essere la sola cosa che esiste; quindi ha senso dire che 'noi' e 'gli altri' siamo la stessa cosa. Attraverso la nostra valutazione della coscienza nella nostra intimità ci colleghiamo con gli altri, e con tutto. La coscienza è questa ampia intimità.

Come per qualsiasi sensazione, esiste una netta differenza tra la razionalizzazione della sensazione e la sua reale, inspiegabile impressione. La coscienza deve essere sentita, visto che qualsiasi razionalizzazione detrae dall'attività di base che stiamo cercando di individuare.

Mediante l'empatia abbiamo la capacità di provare un senso di identità con gli altri, e allo stesso tempo di mostrare la nostra propria individualità e differenza; 'essere' significa provare tale individualità, e allo stesso tempo sentire che siamo tutti uguali quali parti di un tutto.

La coscienza, quindi, è l'opposto del senso di un io separato che esiste di per sé stesso. Non si tratta della consapevolezza che siamo individui, distinti e viventi, ma della consapevolezza che la nostra individualità è parte di un tutto, che noi, quali esseri biologici, siamo organismi di coscienza. Una volta intimamente consci di questo, il concetto dell'io come fenomeno distinto e a sé stante sparisce, come anche spariscono tutte le azioni ed i costrutti ad esso collegati. Quando si è l'altro, non è necessario immaginare i pensieri dell'altro: quindi, non si giudica, ma si sente.

Se penso ad un'azione che compio per razionalizzare la mia vita, quando dico, ad esempio, 'corro', il soggetto di quell'azione può essere inteso come il mio corpo che corre. Il soggetto esiste,

ho un corpo, e il mio corpo è reale. Invece quando dico “credo” (dove ‘credere’ si intende quale azione relativa alla conoscenza), il soggetto di quell’azione non esiste realmente. Quel soggetto separato è un personaggio che io penso esistere perché non sono in grado di provare vera empatia, e quindi un senso di identità, con gli altri. L’esistenza di un tale personaggio è un’illusione. Nella nostra inabilità di essere, ci confondiamo con qualcosa che rappresenta solamente un costrutto mentale di qualcosa, un io separato che pensiamo ‘debba’ rappresentare noi stessi. Quando comprendiamo che il soggetto della frase è un costrutto mentale non esistente, il significato stesso di ‘credere’ assume un significato completamente nuovo. ‘Noi’, quali esseri distinti, non crediamo; questo ‘credere’ in qualche modo finisce per distaccare il nostro vero io dalla conoscenza. Quando ci rendiamo conto che siamo coscienza, allora raggiungiamo la conoscenza. La coscienza è in relazione diretta con la conoscenza; la coscienza non ‘crede’; se mai, la coscienza ‘sa’.

La domanda ‘Chi mi piacerebbe essere?’ è la fonte di tutta la confusione. Nel porre questa domanda ipotizziamo un io separato, lo, e di conseguenza cadiamo nella trappola dell’elaborazione di un razionale fittizio e auto-costruito.

La maggior parte delle nostre interazioni sociali è il risultato del fatto che affrontiamo questo auto-costrutto illusorio. Invece di vedere l’altro per quello che è, e sentire le nostre emozioni dire-

ttamente in o sull'altro, valutiamo l'altro attraverso l'auto-costrutto fittizio del nostro io, che a sua volta crea un costrutto fittizio dell'altro. Il mio io separato (che non esiste) pensa che l'altro debba essere in questo modo o in quello, e di conseguenza lo giudica. Quando ci rendiamo conto della profonda e ampia natura della coscienza, ci rendiamo anche conto che l'altro è esattamente come noi stessi nella sua propria individualità. A quel punto ci è possibile provare solamente un'emozione nei confronti dell'altro: la compassione. La battaglia ha sempre luogo fra persone che non esistono.

Con la realizzazione che siamo coscienza, e che quindi siamo anche tutti gli altri, svaniscono tutti gli esseri viventi e oggetti inanimati, tutte le azioni e i costrutti collegati all'idea di un io separato. L'io che necessitava di una spiegazione non è mai esistito, servivamo un padrone senza potere. Non appena ci allontaniamo dal costrutto di un io separato e da tutto ciò che esso comporta – come per esempio: Cosa penso debba piacere al personaggio ('lo')? Cosa penso che il personaggio ('lo') debba fare? Cosa penso che il personaggio ('lo') debba credere? – accettiamo che le nostre emozioni guidino quello che il nostro vero io, la coscienza, nella nostra propria intimità, sente, quello di cui ha bisogno e quello che sa. E tutte le azioni, necessità e convinzioni, delle quali il solo soggetto era 'l'lo' quale personaggio 'io separato', crollano. Non abbiamo bisogno, non crediamo, non meritiamo, visto che il senso di diritto appartiene ad un per-

sonaggio che non esiste. Tutti questi sono riconoscimenti propri della paura nella nostra incapacità di disattendere un'illusione di distacco. Questi concetti sono irrilevanti nella coscienza.

Ad un certo punto confermiamo l'intuizione di un presupposto: l'io che ci fa soffrire non esiste. Questo istante di realizzazione può richiedere del tempo, ma è comunque sempre un inizio. Questa posizione è quasi una sensazione fisica che dobbiamo accettare con entusiasmo. La posizione è simile all'acquisizione di un nuovo atteggiamento fisico: un atteggiamento relativo alla comprensione del mio io non come 'cosa', e alla percezione invece del mio vero ampio io. La posizione si palesa.

## **SUL SIGNIFICATO DELLE EMOZIONI. DE-SENTIMENTALIZZARE LE EMOZIONI**

Ora che abbiamo identificato l'intima natura sensoriale delle emozioni quale riflesso della nostra propria capacità di percepire la coscienza e quale sistema diretto di accesso alla conoscenza, de-sentimentalizzeremo interamente le emozioni.

Non c'è spazio per sentimenti in qualcosa così vacuo come l'essere. I sentimenti non hanno importanza in sé stessi, in effetti

sono rilevanti solo secondariamente. Sono sensazioni temporanee connesse alla nostra capacità di percepire la coscienza. Pensiamo sentimentalmente che le emozioni siano rilevanti in sé stesse, e privilegiamo emozioni quali la tristezza o la felicità come se fossero qualcosa da raggiungere o una condizione da evitare. Dobbiamo invece allontanarci da questo punto di vista sentimentale e comprendere le emozioni quale percezione diretta della nostra intimità e fondamentale fonte di conoscenza. L'apprendimento è sempre emotivo. Fondamentalmente tutta la conoscenza significa conoscenza di sé stessi. Nell'informazione sottintesa nelle nostre emozioni c'è un senso di autovalutazione. Quest'informazione è spesso molto lieve, come un sussurro udibile solo nella consapevolezza. È per noi di grande rilevanza nel renderci capaci di percepire quanto amore siamo in grado di sentire in ogni aspetto della nostra vita di tutti i giorni. Il principale aspetto sul quale focalizzarsi emotivamente è quanto amore esprimiamo attraverso un'azione. Il più amore esprimiamo con un'azione, il più perfetto è il nostro contributo alla coscienza.

La nostra abilità di esprimere amore attraverso le nostre vite rappresenta la nostra evoluzione quali organismi di coscienza.

## **SUL SIGNIFICATO DI AMORE**

La principale intuizione evolutiva con la quale siamo nati è che l'amore è la risposta alle nostre esigenze.

Siamo nati sia con la domanda che con la risposta. Siamo nati completi. Renderci conto di quello di cui abbiamo effettivamente bisogno equivale essenzialmente a conoscere l'amore.

Essere in grado di sentire e di esprimere più amore è quello che noi, quali organismi di coscienza, possiamo contribuire individualmente alla coscienza. L'amore è l'emozione attraverso la quale percepiamo l'infinito.

L'intuizione di amore che aspiriamo ad afferrare non è di un amore né morbido, né facile. Non è né ingenuo né appassionato, né romantico né sentimentale. L'amore è l'immenso che trionfa. Nasce dall'istinto di scegliere l'amore stesso. Scegliere l'amore, consciamente o meno, è allo stesso tempo la sua azione e la sua costruzione. Non ha limiti e non è delicato, è allo stesso tempo una rabbia duratura e un'oasi di tranquillità. È più acqua che fuoco. È luce che si accende dentro di noi come uomini di paglia, e ci rende indistruttibili; quando ci arrendiamo all'amore, siamo coscienza.

L'amore può essere provato nell'atto di dare, ma non è sola-

mente l'atto di dare; è più una porta in quanto passaggio che non una porta in sé stessa. L'amore può risonare nella maggior parte delle azioni; l'amore è in un'azione, nella forma dell'amore che esprimiamo nella nostra intimità nell'intraprendere tale azione. Tale forma rappresenta il contenuto. È l'unica morale della coscienza: non c'è giusto o sbagliato, c'è più amore o meno amore.

## **SU COME SVILUPPARE L'INTUIZIONE DEGLI ELEMENTI DELLA COSCIENZA**

La coscienza rappresenta il modo più completo di pensare alla realtà e di sperimentarla.

Svilupperemo una descrizione concettuale di coscienza come una combinazione di tre elementi. Siccome la coscienza è in ultima analisi un concetto vuoto, l'unica intenzione per questa descrizione è quella di sviluppare un'intuizione. In ultima analisi la coscienza non può essere spiegata. O quantomeno qualsiasi spiegazione non rappresenta il modo di capirla realmente o di accedervi. La coscienza è sperimentata; è sentita nella nostra intimità.

Per sviluppare questa intuizione, vorrei tracciare un semplice parallelo con la teoria del colore. Il colore è associato ad una proprietà fisica delle cose – l'assorbimento e la riflessione della luce – così come sono percepiti dalla nostra vista.

Possiamo affermare con tutta naturalezza che la nostra comprensione visiva del mondo attraverso il colore deriva dalla proprietà degli oggetti di riflettere – e dei nostri sensi di percepire – la luce. Siccome siamo in grado di ricondurre la nostra intera conoscenza visiva del mondo ad una combinazione di tre colori primari, proponiamo in modo analogo una spiegazione della realtà come risultato della combinazione di tre elementi primari. Tali elementi primari vengono da noi percepiti attraverso le nostre emozioni. Le nostre emozioni sono l'ingresso agli elementi della coscienza.

Questa capacità di catturare la coscienza mediante le nostre emozioni, come conseguenza della nostra interazione con la realtà, rappresenta la più importante tecnologia che possediamo in qualità di esseri biologici.

La concettualizzazione di questi tre elementi primari della coscienza ci permette di sviluppare un'intuizione della natura della coscienza. Ci aiuta inoltre a comprendere la natura di quello che esprimiamo mediante le nostre azioni e le nostre emozioni. Indipendentemente da questa nostra teoria, l'unico modo di comprendere questi elementi è quello di provarli nella nostra propria intimità.

## **SUGLI ELEMENTI**

Mediante l'intuizione che tutto ciò che esiste, è anche il suo contrario, definiremo ognuno dei tre elementi della coscienza in quanto percepiti attraverso due fondamentali e opposte emozioni.

**Il primo elemento della coscienza è lo spazio.** Lo spazio rappresenta l'aspetto materiale della coscienza, come si manifesta nel mondo fisico in tutto ciò che esiste materialmente. È l'aspetto più tangibile della realtà.

**Percepiamo lo spazio mediante due fondamentali ed opposte emozioni: la paura e la possibilità.** La possibilità è l'aggregato dei nostri sogni, della nostra immaginazione e delle nostre fantasie. La possibilità è il risultato della paura; dobbiamo sentire la paura per poter capire cosa è possibile. Promuovere lo sviluppo della possibilità equivale ad affrontare la paura, immaginare quello che una volta era impossibile.

Lo spazio rappresenta la materialità. Emotivamente, tutto ciò che ha a che vedere con la paura e con la possibilità ha bisogno della materia per manifestarsi. Tutto quello che immaginiamo o di cui abbiamo timore è materiale. Sono le cose che ci spaventano e sono le cose che sogniamo. Questo aspetto relativo allo spazio è fondamentale per comprendere la natura delle azioni

che sono spinte da queste emozioni. La paura è possibilità.

Lo spazio – la materialità – si riferisce alle più primitive attività. È l'elemento che guida i nostri desideri. Desiderare è una manifestazione del sognare nello spazio. Non siamo in grado di desiderare quello che non siamo in grado di immaginare. Desiderare è un'attività primordiale radicata nella paura, ed è la più fondamentale forza della vita; è collegata alla sopravvivenza nella sua forma più istintiva, ed a tutti gli aspetti materiali della realtà.

Queste emozioni ci legano al mondo materiale; sono quelle che, in modo da farci esistere, ci portano ad immaginare noi stessi come 'qualcosa di separato', magari 'un io separato, conscio di essere solo, e materiale'.

Nell'aver bisogno di cose o nel desiderare cose, esprimiamo paura. La territorialità e il possesso sono espressioni di paura. Il sesso è la paura nella sua forma più pura. La possibilità, nella sua forma più pura.

**Il secondo elemento della coscienza è tempo.** Il tempo è una manifestazione dinamica della coscienza. La vita è il modo nel quale la coscienza esprime il tempo. Il tempo è al centro del ciclo della vita, ed è quindi particolarmente presente nel concetto dell'invecchiamento, e di tutte le idee relative ad uno sviluppo verso il futuro.

**Percepiamo il tempo mediante due fondamentali ed opposte emozioni: la speranza e la morte.** La speranza e la morte possono essere considerate l'inizio e la fine della vita. La speranza è l'emozione iniziale, l'inizio della volontà, e di qualsiasi azione che si esprime attraverso il tempo. Rappresenta l'intuizione dell'innocenza. Rappresenta la gioventù e la promessa. La speranza guarda avanti, ed è quello che ci fa pensare ad 'un futuro'. L'aspetto emotivo complementare della speranza è la morte. La morte è la controparte della speranza; crea un senso di certezza ed è dietro a tutte le emozioni relative al passaggio del tempo. Durante il processo d'invecchiamento degli esseri viventi, la gioventù si trasforma ed emerge un certo senso di profondità e di certezza; cioè il senso della morte. La morte è il crescente senso della gravitas del passaggio del tempo, visto che la vita succede in modo continuo.

La posizione è un processo continuo, un continuo inizio. Moriamo continuamente. Il nostro io separato muore in continuazione. Si tratta di un processo di apprendimento continuo. Essere presenti significa morire continuamente. La morte è al centro della vita. Non è qualcosa che succede alla vita: è la vita. La morte è speranza.

**Il terzo elemento della coscienza è la coscienza.** Ha una natura eterna e onnipresente. Trascende sia il tempo che lo spazio. La coscienza non è solo materiale, non è solo la vita.

Non ha limiti in termini di tempo o spazio, perché esiste un elemento della coscienza che trascende completamente queste categorie. Si tratta dell'aspetto smisurato della coscienza, visto che questo elemento non obbedisce alle leggi fisiche, e non è influenzato dalla nostra tradizionale idea di tempo.

**Percepiamo questo terzo elemento mediante due fondamentali ed opposte emozioni: l'amore e l'odio.** L'amore e l'odio sono le emozioni con le quali percepiamo la natura illimitata della coscienza. L'intuizione può essere provata; la forza dell'amore oltrepassa quello che viene spiegato e insegnato. L'amore sopraffà la cultura. L'immensità dell'amore scorre dentro di noi.

L'amore del quale trattiamo qui è contraddistinto da un aspetto di intenzionalità. Per poter esprimere questo amore dobbiamo scegliere di amare. Quella scelta rappresenta la scintilla della vera libertà. L'atto della scelta rappresenta la nostra individualità che riconosce che non siamo distinti. È il riconoscere che la coscienza è più ampia, onnicomprensiva e onnipresente. È l'atto della vera empatia; è essere l'altro, ed è essere ogni cosa. In quell'istante proviamo l'esperienza dell'eterna ed infinita natura della coscienza. Essere in grado di provare odio rappresenta il dono supremo, visto che ci permette di scegliere l'amore. In un certo senso proviamo odio in modo da imparare l'amore. Attraverso l'odio, impariamo che l'amore può essere

istintivo. L'odio è amore.

L'amore viene scelto, e nella vita l'unico modo di mostrare una scelta è attraverso l'azione.

Il nostro scopo è quello di comprendere la natura di questo terzo elemento, che non può essere descritto a parole o dal punto di vista del tempo o dello spazio, che non può essere misurato, ma che può solamente essere provato, percepito ed accettato. Visto che la sua eterna e onnipresente natura non può essere separata da noi stessi, nemmeno in un concetto, non è necessario darle un nome, non c'è bisogno di una metafora. Solamente provarla ci può aiutare a comprenderla.

La misura e la matematica 'sembrano' essere correlate al tempo e allo spazio, ma in realtà tempo e spazio non sono assoggettati ad alcuna legge. Quella che chiamiamo 'causa' non è la causa di alcun evento. L'effetto è la causa.

## **SULL'INTUIZIONE CHE CERCHIAMO**

Tutto ciò che percepiamo e tutto ciò che esprimiamo deriva da una qualche combinazione di questi tre elementi della coscienza. La completa gamma delle emozioni umane è il risultato di

una combinazione delle emozioni di base che proviamo quando percepiamo questi elementi. Essere in grado di esprimere più amore nelle nostre azioni guiderà la nostra evoluzione, perché è il modo nel quale la nostra intenzione trascende il tempo e lo spazio.

Siamo spazio: quali particelle di materia esploriamo la nostra paura, visto che è il modo nel quale conosciamo noi stessi come spazio ed è la forza motrice dei nostri sogni. Siamo tempo: la nostra volontà agisce sulla materia, ed il soffio di vita viene espresso attraverso di noi. Siamo immensi: siamo onnipresenti ed eterni, non come perpetui fantasmi che appaiono in molteplici posti, ma come esseri capaci di esprimere amore qui ed in questo momento.

# **II. LE CONVERSAZIONI**

## **SULLA DIMENSIONE DELL'INSPIEGATO. LA DIMENSIONE DELLA COSCIENZA**

Ogni volta che intavoliamo una conversazione, ogni volta che ci guardiamo intorno nel mondo, ogni volta che consciamente facciamo qualcosa, c'è una seconda conversazione in atto.

Questa seconda conversazione riguarda l'inconscio collettivo al quale contribuiamo costantemente. La seconda conversazione proviene da, ed è il risultato del nostro essere biologico. Non si tratta qui di una dimensione spirituale, si tratta di un aspetto della realtà che cogliamo attraverso i nostri sensi; è percettibile, lo sentiamo e lo elaboriamo nella nostra mente. Il linguaggio di questa conversazione, comunque, è pura intimità. Non è un linguaggio da decifrare, ed il suo corpo non può essere perforato per accedervi e analizzarlo. Questo linguaggio sfugge alla semantica, e rappresenta accuratamente la nostra intima risonanza con gli elementi che compongono la coscienza. Questa seconda conversazione è la suprema espressione del corpo umano e della mente umana quali tecnologia, visto che rappresenta un'immediata e interconnessa intelligenza che cattura l'importanza del futuro e del passato condensati nell'attimo presente. Rappresenta lo stato di coscienza, che esiste sempre nel presente, che esiste sempre adesso. L'accesso a questa conversazione avviene attraverso la nostra intimità; questa ri-

sonanza viene manifestata nelle emozioni. Le emozioni, quindi, sono uno strumento biotecnologico molto sofisticato che agisce in qualità di collegamento tra l'individuo e il collettivo.

## **SU COME LA RAZIONALIZZAZIONE È IN REALTÀ UNA GIUSTICAZIONE EX POST; LA COSCIENZA È IN EFFETTI LA CAUSA PRINCIPALE DI TUTTO CIÒ CHE ACCADE**

Comprendere che questa intimità non può essere decifrata o descritta a parole è fondamentale per essere in grado di accettare la sua natura. Non è possibile esprimerla. Non è possibile spiegarla. La si può sentire, percepire, sviluppare ed accettare. Imparare ad aver fiducia nel nostro 'inspiegato' e ad intensificare le nostre emozioni come la più pura fonte di conoscenza rappresenta il vero processo di scoperta nell'essere noi stessi. Nel comprendere il genere umano come tecnologia, ciò rappresenterebbe l'opportuno utilizzo e sviluppo di questa tecnologia. 'Opportuno' viene utilizzato non nel senso di una norma, ma come conseguenza di un atto di vera libertà. C'è un senso di finalità nell'atto di vera libertà. **Siccome la nostra unica finalità è quella di essere liberi, siamo addirittura liberi dalla finalità stessa.** Questo riconoscimento è evolutivo, e si riferisce ad un'evoluzione intenzionale. Anche se crediamo che

sia la nostra mente coscia che guida le nostre vite, la seconda conversazione è invece la vera ragione delle cose: la più importante caratteristica del genere umano, lo stato di coscienza come collettivo. La ragione dietro la risposta è la coscienza. Le parole, il dialogo e l'interpretazione non sono la ragione delle cose, sono invece più una sorta di giustificazione ex post. La nostra razionalità viene dopo quello che veramente guida gli eventi.

Spiegare le nostre emozioni è un'attività consapevole, e per definizione è una traduzione, una fase di separazione. È come il rapporto tra l'arte e l'interpretazione. In arte, i concetti non possono permettere separazione o analisi. La comprensione dell'arte è emotiva. Più precisamente, l'arte è il modo nel quale dobbiamo descrivere questo indecifrabile linguaggio, l'arte non quale artefatto, né come espressione visiva o decorativa, ma l'arte come complesso meta-linguistico che è il risultato dello stato di coscienza, percettibile ed evidente in ogni e qualsiasi gesto. In ultima analisi, l'arte è il linguaggio del nostro ultra-conscio, che è sempre collettivo, che ha sempre ragione. L'arte è la più avanzata forma di comunicazione che il nostro cervello può percepire ed elaborare; l'arte quale linguaggio intimo che non parla dell'altro, ma parla di noi stessi, e raggiunge l'altro esclusivamente mediante la più profonda intimità. In questa intimità siamo uguali.

L'arte è quindi presente in ogni azione che risulta da una vera auto-espressione, e che può essere presente in qualsiasi gesto. Per poter produrre questo tipo di arte dobbiamo esprimere noi stessi. La qualità di questo tipo di espressione, e l'accertamento della qualità di questo tipo di arte, sono percepiti in noi stessi e sono qualcosa che siamo in grado di migliorare e che puntiamo a perfezionare; intuitivamente questo sarebbe il miglior uso di noi stessi in qualità di tecnologia. L'arte fa parte della nostra biologia ed è un linguaggio che miglioriamo attraverso le nostre intenzioni e le nostre azioni. La nostra arte può essere perfezionata dall'amore che siamo in grado di risonare attraverso questa espressione nella nostra propria intimità.

Il concetto di intimità è un concetto chiave, visto che nient'altro può metterci in grado di arrivare a questo livello; nessun'altra qualifica o quantificazione ha alcuna importanza. L'intimità è il luogo nel quale l'unica cosa che importa è l'essere; questo processo non può essere influenzato da un'analisi estrinseca. L'intimità che trattiamo esiste solamente in questa solitudine, ed ha rilevanza unicamente quale esperienza personale diretta; è la sensazione della vita stessa. Paradossalmente, questa vera solitudine può essere provata solamente quando ci rendiamo conto che siamo anche il tutto.

## **SULL'ARTE QUALE LINGUAGGIO DELLA SECONDA CONVERSAZIONE ED IL MODO NEL QUALE CONTRIBUIAMO ALLA COSCIENZA**

L'arte è un linguaggio che nasce nell'atto più autocentrato. Siccome si collega direttamente alle emozioni in qualità di componenti di base della coscienza, è quindi anche l'atto più veramente connettivo, la più profonda forma di comunicazione. In virtù di questo collegamento, l'arte rappresenta noi stessi che esprimiamo veramente noi stessi – la coscienza.

L'atto di creazione che avviene attraverso la nostra propria intimità è l'opposto dell'egoismo, visto che in questa intimità siamo coscienza. Essere in grado di esprimere più amore nei nostri gesti è il percorso che collettivamente conduce all'evoluzione. Le nostre emozioni dovrebbero, in qualche modo, essere de-emozionalizzate, de-sentimentalizzate e comprese come un altro senso, il senso attraverso il quale, inconsciamente, impariamo di noi stessi ed esprimiamo noi stessi. L'esprimere veramente questa individualità rappresenta il nostro contributo al collettivo. L'arte è il linguaggio di questa espressione; La forma della nostra 'comprensione' è il gesto espressivo.

Per l'arte, solo la nostra individualità, in quanto elabora la coscienza, è significativa. Gli atti di capire l'altro, di controllare l'altro, e di prevedere l'altro, che non seguono il percorso dell'inti-

mità, sono espressioni di paura.

La vera espressione di noi stessi è un processo di accrescimento dei nostri sentimenti attraverso l'amore per migliorarci. C'è un senso di 'miglioramento'. C'è un senso di autovalutazione che passa dalla consapevolezza all'intenzione e allo sforzo, che significa evoluzione intenzionale. Lo scopo è quello di meglio utilizzare i fatti a nostra disposizione per funzionare come biotecnologia. Miglioreremo nella misura in cui produrremo arte di alta qualità; arte che meglio rappresenti la nostra individualità. Per poterlo fare dovremmo abbandonarci all'amore. In qualche modo siamo meglio in grado di essere la nostra propria individualità quando nella nostra intimità ci rendiamo conto di essere il tutto attraverso l'amore. Il nostro gesto diventa un gesto che esprime maggior amore. Più amore significa meno personalità e meno io, e quindi l'eliminazione del personaggio fittizio: l'io separato.

C'è un collegamento naturale tra queste due conversazioni: l'intuizione è il collegamento tra il nostro mondo consapevole e la seconda conversazione. L'intuizione è per metà sensazione e per metà spiegazione.

## **SU QUEL CHE VUOL DIRE ESSERE. ESSERE SIGNIFICA ESPRIMERE IL NOSTRO VERO IO ATTRAVERSO LE NOSTRE AZIONI**

Essere noi stessi coinvolge un processo di accettazione (chi siamo, i nostri presupposti, quello che ci è in effetti possibile fare), ed è allo stesso tempo un processo di creazione (le nostre intenzioni che si manifestano nelle nostre azioni). L'unica cosa che mai creeremo è noi stessi. Si tratta di creatività nella sua più pura forma. Siamo tutti diversi. **Esprimere pienamente le nostre differenze è il nostro contributo, e la fonte della creatività:** la nostra diversità e individualità in quanto organismi di coscienza. La creatività quindi, non è relativa a qualcosa al di fuori di noi stessi, ma al nostro proprio nucleo, che si palesa nella nostra diversità ed individualità. Se ci concentriamo sulla creatività quale concetto esterno, emerge l'illusione dell'io separato. Si tratta di un personaggio con idee su quello che la creatività dovrebbe essere, cosa dovrebbe sembrare, eccetera: inevitabilmente il risultato finisce per essere un miscuglio di rigurgito e dèjà vu.

Essere noi stessi significa esprimere noi stessi sinceramente. Tuttavia, essere onesti con noi stessi può risultare difficile. Il percorso verso questa onestà ha sempre a che vedere col fare qualcosa veramente bene. Può essere un'attività o delle attività, ma è più probabile che siano le attività che producono

più gioia. Per raggiungere il nostro meglio, è necessario essere in grado di godere di quello che stiamo facendo. La gioia è l'emozione iniziale con la quale cominciamo a percepire l'intensità dell'amore. Accettare quest'emozione vuol dire permettere a questa gioia di trasformarsi, mentre l'infinito si manifesta.

Siamo amore nell'esatto momento nel quale, scoprendo quello che siamo, dedichiamo ad esso tutta la nostra intenzionalità. È un momento delicato che si raggiunge mediante la sensibilità, lo sforzo ed il coraggio che agiscono in perfetta armonia. È un'istante di libertà e di fiducia.

Per prima cosa, scegliamo l'amore; tutto il resto è conseguenza di quella scelta.

È nel momento nel quale ci arrendiamo all'amore che dimentichiamo la natura relativa allo spazio e misurabile di quello che 'pensavamo' essere 'meglio', o di qualsiasi altro obiettivo misurabile. 'Smettiamo' di pensare, e agiamo; la nostra azione, manifestando amore, vince la paura, vince lo spazio.

Questo percorso richiede coraggio e sforzo. Un cavallo da corsa nasce cavallo da corsa solo a metà. Questo processo non inizia con la confusione di un io separato che razionalizza 'chi dovrei essere'. La razionalizzazione di 'come dovrebbe essere, essere noi stessi' ci separa, per l'appunto, dalla verità insita ne-

lla nostra propria intimità. Questa razionalizzazione occupa la nostra mente, in realtà diventa la nostra mente. La posizione significa svuotare questi concetti, usando le nostre emozioni come il nostro proprio modo di percepire la coscienza attraverso la nostra individualità. È necessario che seguiamo l'intuizione della gioia: sapendo quello che veramente ci fa piacere (e quello di cui abbiamo paura), sentendo profondamente e con purezza quello che veramente amiamo e quello di cui abbiamo paura. Questo significa anche renderci conto di cosa più temiamo. La gioia è un profumo delicato, un segnale che ci mostra la via d'uscita dal labirinto. Quello che ci porta gioia è più rappresentativo della nostra individualità nel presente di qualsiasi razionalizzazione di quello che 'dovrebbe' portarci gioia. Il gusto non viene compreso quale regola o parametro, ma quale gioia; e viene percepito come fonte d'informazione che viene direttamente dalla coscienza. Quello che ci rende felici, quello che consideriamo bello o orribile, dovrebbero essere segnali che ci aiutano a scegliere il percorso da seguire, quali azioni intraprendere.

Essere in grado di apprezzare la bellezza in tutte le cose, rappresenta crescita ed evoluzione. Più bellezza e gioia riusciamo a trovare in qualsiasi cosa, più consapevolezza abbiamo di essere coscienza. Il gusto non rappresenta mai qualcosa di esterno; stiamo sempre valutando noi stessi, apprendendo di

noi stessi. Dobbiamo avere fiducia in quello che troviamo orrido, siccome da esso apprendiamo, nello stesso modo nel quale apprendiamo da quello che consideriamo bello. Rappresentiamo la bellezza che raggiungiamo ed esprimiamo, e quello che è orrido necessita del nostro amore.

Rendersi capaci di apprezzare la bellezza è un percorso intuitivo; più bellezza apprezziamo ed esprimiamo, più siamo in grado di percepire ed esprimere amore.

La chiarezza con la quale apprezziamo ogni cosa è in effetti la stessa chiarezza con la quale apprezziamo la nostra propria intimità. Essere in grado di vedere la verità è una conseguenza del percepire veramente noi stessi.



# **III. IL GESTO**

**IL NOSTRO GESTO È L'ATTO ATTRAVERSO  
IL QUALE MANIFESTIAMO LA COSCIENZA  
SULLA REALTÀ. IL NOSTRO GESTO  
È L'AGGREGATO DI TUTTO CIÒ CHE  
ABBIAMO MAI ESPRESSO; È IL RISULTATO  
DELLA NOSTRA VITA QUALE  
APPRENDIMENTO**

Il nostro gesto è la nostra scelta palesata. Il nostro gesto rappresenta la nostra arte e l'unica cosa che veramente possediamo, la nostra scelta. Il nostro gesto rappresenta il nostro stato di consapevolezza della coscienza. La nostra interazione con la realtà ha importanza perché queste azioni ci permettono di mostrare la nostra intenzione di esprimere la nostra individualità e libertà.

Il nostro gesto è l'aggregato di tutto quello che abbiamo mai espresso, dall'artefatto, tecnologia e conoscenza, al comportamento e alla natura umana. Con sforzo il nostro gesto può essere affinato, e solo attraverso l'amore il nostro gesto può migliorare. Il gesto più sofisticato è il risultato dell'amore. Qualsiasi sviluppo sociale o balzo tecnologico avviene a causa dell'amore. La scienza si sviluppa appropriandosi dell'arte. La gentilezza è un perfezionamento.

La sola attività costante nella vita è l'apprendimento. Siamo nati per imparare e non siamo in grado di fermare questo proces-

so, che si trova al centro della vita. I nostri occhi sono sempre aperti in un continuo processo di apprendimento; ma abbiamo la facoltà di scegliere la direzione del nostro sguardo.

Solo esprimendo noi stessi attraverso l'amore siamo in grado di migliorare come esseri viventi. Questa è la nostra diversità, la nostra individualità ed il nostro contributo all'esistenza.

Le attività effettive sono sempre circostanziali; qualsiasi azione che ci permette di esprimerci veramente, con maggior amore, è un gesto di libertà, che porta la nostra scelta palesata. Potrebbe essere l'agricoltura, potrebbe essere l'atterraggio di un razzo su un altro pianeta, o la preparazione della colazione per i figli; ha a che fare col diventare migliori provando il cammino della scelta dell'amore.

Possiamo diventare noi stessi solamente quando siamo amore quale scelta, che si manifesta nell'azione nel corso del tempo. Fiducia nella rieducazione. Il cervello è materiale plastico.

Il più ci avviciniamo alla consapevolezza che siamo coscienza, più si raccorcia la distanza tra l'amore e l'azione. Meno ha rilevanza l'io separato, più i nostri gesti ispirano. Il gesto fondamentale è il riconoscimento della nostra natura di amore e che siamo amore. L'arte più compiuta può essere espressa scegliendo di abbandonarci all'amore.

Il nostro gesto è la manifestazione della coscienza, ed è il nostro contributo alla realtà. Il nostro gesto è, in ultima analisi, la sola cosa che resterà; durevole non in quanto persiste nel tempo, ma in quanto fa parte del presente. Questo gesto è il nostro eterno contributo al collettivo. Più diventiamo consapevoli di essere amore attraverso atti d'amore, più il collettivo è in sintonia con l'amore. Quando esprimiamo amore, manifestiamo la nostra eterna, illimitata natura quale organismo di coscienza. Non ci sono né ieri né domani; l'amore si materializza nel presente ed è eterno. Nell'esprimere amore, nell'essere amore, c'è atemporalità perché l'amore è sempre esistito. Eravamo immortali dall'inizio.

L'intenzione d'amore che si manifesta nelle nostre azioni si diffonde mediante l'ispirazione. Il gesto d'amore accende questa fiamma in altri come un raggio di luce. Più riconosciamo la nostra natura di amore, più il lampo d'ispirazione si rafforza.

Sebbene cerchiamo un faro, siamo l'unico faro che conta. Qualcuno sarà ispirato da noi perché ci guarda. Non si può parlare di nulla con vera cognizione tranne che di sé stessi, e della propria diversità, nella propria intimità, e solamente attraverso tale intimità, il proprio gesto riesce a raggiungere gli altri. Ognuno di noi prova una consapevolezza diversa. In quella differenza rimane la possibilità di incoraggiarci a vicenda. È la diversità che ci permette di aiutare e di essere aiutati; questo è

quello che ci permette di trovare il cammino verso l'evoluzione: l'autentica empatia attraverso la compassione.

L'ispirazione funziona come una serie di fari. Nel riconoscere e manifestare il fatto che siamo amore, saremo fari l'uno per l'altro, ed evolveremo. Ogni faro è la stessa identica luce.

Questo processo, in ultima analisi, è un processo educativo. Ma l'apprendimento non può avvenire in un vuoto. In realtà si apprende poco attraverso l'introspezione. Siamo esseri materiali, e non possiamo evitare di vivere la vita. L'apprendimento proviene dalle nostre emozioni quando interagiamo con la realtà, e viene espresso nel nostro gesto. La qualità dell'amore nel nostro gesto riflette la sintesi del nostro apprendimento, della nostra comprensione che siamo amore.

Il gesto è il presente. Non esiste una cronologia del tempo. Pensare al tempo in modo lineare, dal passato al presente, equivale ad elencare ciò che è irrilevante. Una cronologia è una raffigurazione del tempo nello spazio. Si tratta della paura che giudica la vita. L'unico momento è adesso. Nel tempo non esiste una direzione. Il tempo è la vita come punto centrale; tutto il resto è estraneo al concetto, visto che sono solo presenti memorie del 'passato' o del 'futuro'. Il tempo non è un limite per l'amore; il passato se ne è andato, è sparito. La sua importanza è presente nel nostro sapere; il resto è solo nostalgia, che è

un'espressione di paura. Il futuro esiste adesso nella nostra intenzione, nella nostra speranza, e, in definitiva, adesso nella nostra fiducia. Il futuro non riguarda la direzione del tempo, ma rappresenta la proiezione della nostra presente intenzione.

## **ESSERE AMORE**

L'amore non è una risorsa limitata che può essere misurata nello spazio, né è solo la vita, influenzata dal tempo. È letteralmente la genuinità del nostro essere biologico che apprende.

Quello che non ha fine non si misura. Questo è un evidente paradosso: che l'unico modo di essere amore è darlo via, visto che possedere l'amore non è possibile. L'unico amore che mai si perde è l'amore non dato, l'amore non scelto.

Più siamo amore, meno rimane l'io separato. Abbandonandoci all'amore veniamo considerati infiniti gesti d'amore, essere presenti nel presente, per sempre nell'adesso, e non essere, ma essere amore.

Realizzare sé stessi come coscienza vuol dire, alla fine, diventare un nudo gesto di coscienza.





—





# **IL GESTO**

**HERNÁN QUIPILDOR**

978-0-9935330-7-5