

Giovanni Molon

L'alfabeto dell'anima



Editrice SOLLEONE

Giovanni Molon
L'alfabeto dell'anima

Giovanni Molon

L'ALFABETO DELL'ANIMA

Giovanni Molon
L'alfabeto dell'anima

Titolo
L'ALFABETO DELL'ANIMA

Autore
Giovanni Molon

Editore
Editrice SOLLEONE S. r. l.

Codice ISBN
978-88-97175-04-9

Sito internet
www.editricesolleone.it



AVVISO IMPORTANTE

Il presente e-book è dotato di un sistema che permette il riconoscimento in caso di duplicazione. Tutti i diritti sono riservati a norma di legge: è vietata la riproduzione anche parziale di questo libro senza l'autorizzazione scritta dell'Autore e dell'Editore. **Le normative vigenti vietano la trasmissione ad altri del presente libro,** né in formato cartaceo né elettronico, né dietro compenso né a titolo gratuito: la trasgressione a queste norme è intesa come **azione illegale e può dar luogo a responsabilità in sede civile ed essere perseguita penalmente.** Le tecniche riportate in questo libro derivano da esperienze formative e professionali durate anche anni, e rappresentano un sussidio agli specifici iter di formazione professionale: l'Autore e l'Editore non si assumono responsabilità in termini di competenza acquisita derivante dalla semplice lettura di questo testo. Il Lettore si assume completa responsabilità della messa in pratica di quanto descritto nel testo, compresa la forma di esercizio. L'Autore e l'Editore declinano ogni responsabilità da danni a cose o persone che possono derivare dall'applicazione di quanto descritto in questo libro, dei quali il Lettore se ne assume piena responsabilità. Quanto descritto non sostituisce trattamento sanitario, medico o psicologico.

INDICE

| | |
|-----------------------|----|
| Introduzione | 11 |
| L'alfabeto dell'anima | 16 |
| A | 29 |
| ACQUA (L') | 30 |
| AIRONE BIANCO (L') | 33 |
| AMO | 34 |
| ANGELO (UN) | 35 |
| ARABA FENICE (L') | 37 |
| ARTE | 38 |
| ARTE DI VIVERE (L') | 40 |
| AUTUNNO (L') | 43 |
| AVALON | 46 |
| AVERE O ESSERE | 48 |
| B | 51 |
| BAMBINI ADULTI | 52 |
| BIO-CICLI | 54 |
| BIVIO (IL) | 57 |
| BOLLA PROSEMICA (LA) | 58 |
| BOSCO (IL) | 61 |
| C | 63 |
| CERCHIO (IL) | 64 |

| | |
|--------------------------------|-----|
| CHI SIAMO? | 65 |
| COMUNICARE | 65 |
| CONDIVISIONE DEI PROBLEMI (LA) | 68 |
| CRESCERE | 69 |
| D | 71 |
| DANZARE ALLA VITA | 72 |
| DECISIONI (LE) | 73 |
| DIGNITÀ (LA) | 76 |
| DIO | 77 |
| DISTORSIONI DELL' ANIMA (LE) | 77 |
| DOLORE (IL) | 79 |
| DONO (IL) | 79 |
| E | 82 |
| EMOZIONI (LE) | 83 |
| EMPATIA | 85 |
| ENERGIA INTERATTIVA (L') | 87 |
| EQUILIBRIO (L') | 89 |
| ESSENZA DELLA VITA (L') | 90 |
| EUTANASIA (L') | 91 |
| F | 93 |
| FALCHI (I) | 94 |
| FASCINO DEI SOGNI (IL) | 95 |
| FATO (IL) | 97 |
| FELICITÀ (LA) | 100 |
| FILI DI SETA (I) | 103 |
| FUORI ROTTA | 104 |

| | |
|------------------------|-----|
| G | 108 |
| GIOIA (LA) | 109 |
| GRIFONI (I) | 110 |
| GRUPPO (IL) | 111 |
| GUARDANDOCI ATTORNO | 113 |
| | |
| H | 117 |
| HANDICAP | 119 |
| | |
| I | 121 |
| ILLUSIONE | 122 |
| IMPARARE A VIVERE | 122 |
| IMPREVEDIBILE (L') | 126 |
| INCONTRO (L') | 127 |
| INFERNO DANTESCO | 129 |
| ISOLA CHE NON C'È (L') | 130 |
| | |
| L | 133 |
| LETTERA (LA) | 134 |
| LIBERTÀ (LA) | 136 |
| LIMITI (I) | 137 |
| LINEA DI CONFINE (LA) | 138 |
| | |
| M | 141 |
| MAGIA (LA) | 142 |
| MANDALA (IL) | 143 |
| MASCHERA (LA) | 147 |
| MEMORIA (LA) | 148 |
| MORTE (LA) | 150 |

| | |
|-------------------------|-----|
| MUTAMENTI | 154 |
| N | 156 |
| NATALE | 157 |
| NOMADI (I) | 158 |
| NON GIUDIZIO (IL) | 160 |
| NOSTRO BENE (IL) | 162 |
| NULLA (IL) | 162 |
| O | 165 |
| OMBELICO (L') | 166 |
| OLTRE IL VENTO | 168 |
| ORDALIA (L') | 170 |
| P | 173 |
| PARLARE CON GLI ANGELI | 174 |
| PASSIONE DI VIVERE (LA) | 177 |
| PESO DELL'ANIMA (IL) | 181 |
| PIANTO (IL) | 183 |
| PONTI (I) | 184 |
| PREGHIERA INDIANA | 185 |
| PREOCCUPAZIONE (LA) | 187 |
| PRIORITÀ (LE) | 187 |
| PUNTI D'OSSERVAZIONE | 192 |
| Q | 193 |
| QUADRI MAGICI | 194 |
| QUANTI AMORI? | 195 |
| QUANTO VALGO? | 197 |

| | |
|------------------------------|-----|
| R | 200 |
| RABBIA (LA) | 201 |
| RELIGIONE (LA) | 202 |
| RIPOSO (IL) | 204 |
| RITI E SIMBOLI | 206 |
| | |
| S | 209 |
| SCELTE (LE) | 210 |
| SENSO DELLA FINE (IL) | 212 |
| SILENZIO (IL) | 213 |
| SOFFERENZA (LA) | 214 |
| SQUILIBRI (GLI) | 215 |
| STANZA NEL CUORE (LA) | 217 |
| | |
| T | 219 |
| TEMPESTA (LA) | 220 |
| TEMPO (IL) | 223 |
| TRE EURO | 228 |
| TRECENTOESSANTACINQUE GIORNI | 230 |
| TRISTE EMOZIONE (UNA) | 233 |
| TRISTEZZA (LA) | 235 |
| | |
| U | 238 |
| UMANITA' (L') | 239 |
| UTOPIA E SOGNO | 241 |
| | |
| V | 243 |
| VALORE DELL'UOMO (IL) | 244 |
| VENTO (IL) | 247 |

Giovanni Molon
L'alfabeto dell'anima

| | |
|----------------------|-----|
| VIAGGI DEL CUORE (I) | 248 |
| VIAGGIO (IL) | 250 |
| VIBRAZIONI (LE) | 251 |
| VITA 1 (LA) | 253 |
| VITA 2 (LA) | 254 |
| VOLO LIBERO (IL) | 256 |
| Z | 260 |
| ZONA D'OMBRA (LA) | 261 |

INTRODUZIONE

Ognuno di noi costruisce nel tempo, dentro di sé, un proprio mondo intimo e personale, dove nascono idee, si nutrono sentimenti, si vivono emozioni, si trovano presunte certezze che contribuiscono ad ampliare la dimensione del nostro “immaginario”, creando un piano parallelo alla realtà nel quale esprimersi, ritrovarsi e riconoscersi.

A volte accade che questo mondo immaginario diventi così ampio da non poter più essere contenuto solamente in noi stessi.

Allora, nasce l'esigenza di esternarlo, portarlo al di fuori della sfera personale, condividerlo con altri.

Per questo motivo è nato il blog che mi rappresenta (viaggio spazio-tempo - diario di un viaggio spazio-temporale, in Libero community Blog) dove - attraverso la musica, le immagini, i pensieri, le considerazioni - ho potuto manifestare ciò che vive dentro di me, cercando di trasferirlo in quell'isola che non c'è che si può definire come lo spazio in cui essere liberamente se stessi, senza condizionamenti, né imposizioni esterne.

Sospinto dai numerosi commenti positivi, ho cercato di trasferire l'esperienza del mio blog in un testo cartaceo –

il libro che avete in mano - dove ognuno potrà immergersi nel mio mondo e con me condividere la visione delle cose.

Il libro, ovviamente, non esprime la musica né le diverse immagini contenute nel blog e, rispetto a questo, è stato adeguato e ridotto.

Nonostante questa trasformazione, però, spero possa ugualmente trasferire la percezione del mondo che vive in me.

Per iniziarvi alla lettura, posso dire che tutto ciò che leggerete segue un filo conduttore che coincide con il fine della conoscenza umana: comprendere la natura per poterne ricavare le regole che ci permettono di vivere meglio.

La capacità di essere consapevoli di quale posto occupi la nostra specie nell'universo ci permette di non andare contro tali regole e cercare di contribuire al benessere di tutte le creature, come parte di un sistema globale, di un equilibrio dove ogni essere vivente ha pari diritti e doveri... Per fare questo, prima di ogni cosa dobbiamo conoscere noi stessi, altrimenti risulta inutile conoscere il mondo.

In questo processo di conoscenza, si dovrebbe perseguire un fine superiore, spirituale se vogliamo, che viene governato da leggi morali condivise e non tanto da interessi prettamente materialistici ed economici.

La vera ricchezza non risiede nell'egoismo individuale,

ma nello sviluppo globale del benessere comune.

Dimenticare che l'essere umano nasconde in sé un grandioso mistero e puntare tutto e solo sui calcoli scientifici rende sterile ogni progetto, creando avidità, egoismo, odio, violenza e rabbia che dividono anziché unire.

È mia convinzione che nell'essere umano risieda la maggior parte di tutto ciò che dovremmo scoprire, quello che vediamo con gli occhi è solo la punta di un iceberg, la sostanza è racchiusa all'interno dove si cela ogni segreto dell'universo.

È all'interno di ognuno di noi che trovano posto tutte le risposte più importanti.

Bisogna dunque restituire importanza a quella misteriosa ed invisibile forza che sembra entrare in noi nel momento in cui nasciamo e che ci abbandona nel momento della morte.

Il consumismo sfrenato e cieco che governa la nostra società, al solo scopo di corrompere e depredare la natura, porta a dimenticare quella parte essenziale del "vivere" che risiede nello spirito, all'interno del sistema umano nascosto che va oltre l'apparenza del materialismo.

Ritrovando la nostra spiritualità innata, ricercando una condotta finalizzata al benessere comune e tralasciando l'avidità e l'egoismo possiamo, forse, riscoprire il piacere di una felicità serena e priva dei pesanti condizionamenti che derivano dall'avere e dal possesso, rendendo

l'individuo isolato, solo, con il vuoto nell'animo e il nulla negli occhi: ricco forse esteriormente, ma povero dentro, dentro dove nascono i sentimenti più intensi, dove si producono i colori, dove spunta il sole!

La felicità è una condizione del cuore, un atteggiamento dell'anima, una piega spontanea e naturale, talmente spontanea e naturale che risiede innata in un bimbo senza necessariamente un motivo.

Allora è sufficiente cercarla dentro di noi, in quel bimbo che ognuno è stato ed è ancora.

Non esistono verità assolute, ma solo verità in cui ognuno si riconosce e ritrova la propria identità e la propria anima.

La vita è un viaggio, e come ogni percorso, necessita di un inizio e di una fine.

Come ogni viaggio, la vita ambisce una meta che conserverà il suo valore anche se, alla fine, scopriremo di non averla affatto raggiunta: questo proprio perché il senso e il piacere della vita risiedono nel viaggio piuttosto che nel traguardo! Infatti, è nel percorso che sta la conquista, l'ignoto, la scoperta, le esperienze che donano senso alla vita!

È nell'esplorazione dell'esistenza che dobbiamo trovare il senso di quella ricerca che inevitabilmente porta a noi stessi e al nostro essere, che consente di costruire passo dopo passo la visione che ognuno nutre di sé stesso e quella di coloro con cui interagisce, la percezione di chi

sono io per “me stesso” e di chi sono io per gli “altri”!

In questo senso il viaggio acquista una valenza maggiore, un valore aggiunto e un senso profondo dove il percorso non è più solo un’esperienza ma anche il motivo e il senso del viaggio stesso.

È nel mio percorso personale che trovo il motivo e la serenità di vivere e di ricercare me stesso, guardandomi in seconda persona, quasi distaccato, in un punto di osservazione più elevato, dal di fuori, come se l’attore potesse dirigere se stesso sulla scena guardandosi come fosse spettatore!

Con questo libro ho inteso trasmettere la “mia” visione delle cose e della vita: un nuovo alfabeto capace di fornire una diversa chiave d’accesso alla comprensione di se stessi e del mondo!

Nonostante le apparenze, il mio non è un progetto ambizioso: quello che intendo, infatti, è solo proporre “piccole” verità in cui mi ritrovo e che mi rappresentano nel profondo.

Tutto ciò nella speranza che questo nuovo alfabeto possa fornire anche a voi lo spunto per ritrovare il linguaggio dell’anima, sepolto nell’inconsistente frenesia della quotidianità.

Giovanni Molon

L'ALFABETO DELL'ANIMA

*Dedicato ai miei genitori
e a mia figlia,
che rappresenta il futuro.*

In un tempo e in uno spazio indefiniti, esisteva un luogo dove le persone ricercavano la ricchezza, che permetteva di acquistare le più futili cose e le più impensate nefandezze, che però, in quella società determinavano il prestigio e il potere.

Le persone si ammazzavano di lavoro, trascuravano le famiglie e facevano crescere i figli abbandonati a loro stessi perché ciò che contava era solamente avere, avere, avere...

Questo modello di sviluppo sociale degradava gradualmente e progressivamente l'ambiente: i fiumi non presentavano più un'acqua tersa e pulita; i laghi non avevano più un colore cristallino; i cieli divenivano

sempre più scuri; i colori, piano-piano, sbiadivano, senza che le persone se ne accorgessero perché troppo indaffarate a ottenere ciò che più desideravano.

Inoltre, il fisico di tutte le genti si andava progressivamente deteriorando.

Siccome il processo di deterioramento era lento, nemmeno lo collegavano al proprio stile di vita.

Anche il cuore della gente s'induriva e non riusciva più a trasmettere i giusti sentimenti.

Le coscienze di ognuno erano oramai offuscate.

Le persone non riuscivano più a vivere in coppia.

L'egoismo e gli interessi personali prevalevano sui sentimenti e nessuno sapeva più donarsi reciprocamente.

Un'ansia e una frenesia diffusa esasperava la gente che diveniva sempre più schiva e sola, poco propensa alla vita comune.

Tutto ciò, procurava gravi carenze negli individui, che inconsciamente soffrivano sempre più spesso di malattie immaginarie.

Per ovviare a questo, si ricorreva a stratagemmi vari, come quello di comprare, anche cose inutili, ma comprare: comprare per coprire con l'aver quell'angoscia che progressivamente cresceva subdolamente dentro di loro rendendole anime in pena.

Molti trovavano una falsa serenità trasferendo quest'ansia nel cibo, e mangiavano a più non posso, fino a divenire obesi in modo assurdo, realizzando la felicità di

tutti quei maghi che tramite i loro intrugli, molto costosi, promettevano un fisico statuario.

Ad altri uscivano fuori bubboni vari che rendevano la loro pelle simile a quella delle rane.

Non riuscivano a trasmettere più i loro sentimenti, anche perché nessuno voleva ascoltare.

Insomma ognuno pensava solo a se stesso; sempre più chiuso, erigeva muri e barriere, rinchiudendosi nelle proprie paure e nel proprio egoismo! In questo luogo esisteva uno strano castello dove pochi andavano.

Era un luogo tetto e buio. Una costruzione di fredda pietra con un lugubre aspetto, arroccata nel punto più alto di una collina spesso avvolta da una consistente nebbiolina che la rendeva quasi invisibile agli occhi dei passanti.

Di fronte all'entrata del castello, era situato un immenso portone con incise nel massiccio legno delle strane frasi, mentre più sotto, dei bassorilievi facevano intuire il senso delle parole: sulla prima metà del portone veniva raffigurato un essere oscuro con un'orda inferocita di uomini che lo seguiva alla conquista di quelle terre; sull'altra metà era rappresentato uno spirito di luce accecante, che contrastava l'avanzare dell'essere oscuro.

Per entrare bisognava pronunciare entrambe le frasi incise sotto le due ante del portone, che immediatamente si spalancava.

Allora, il velo nebbioso che si trovava all'interno,

spesso maleodorante, inondava chi si trovava di fronte.

Già questo appariva sufficiente per scoraggiare chiunque ad entrare, anche coloro che fossero motivati.

Tutto ciò sembrava fatto ad arte per scoraggiare le persone: infatti la gente evitava volentieri quel castello perché emanava tristezza e dolore.

Nel castello vivevano rinchiusi tutti quelli che durante la vita avevano pian piano perduto le loro abilità, ed erano divenuti inutili a quella società fondata sulla ricchezza e il successo.

Giò era un ragazzo che sprizzava gioia e voglia di vivere.

Ambiva alla conquista della gloria, perché l'energia e la forza dentro di lui erano grandi.

Tutto voleva, tranne che finire in un posto così desolato come quel castello.

La sorte, però, gli fu avversa.

Giò dovette abbandonare i suoi progetti nel momento in cui lo stregone della notte profonda catturò i suoi genitori e si accanì su tutta la famiglia, senza nemmeno risparmiare il fedele cane che lo aveva accompagnato negli anni della gioventù.

Così, si ritrovò, solo, ad affrontare un mondo ostile e decise di fermarsi nel castello, per comprendere il mistero di quello strano posto, anche perché Giò era molto curioso e ricercava sempre grandi ideali e grandi sfide.

Al contrario della maggior parte dei suoi coetanei,

però, le sfide dei suoi sogni lo vedevano affrontare enormi draghi, percorrere vasti territori, conoscere principi e principesse, gloriosi guerrieri, sfidare gli elementi, scalare imponenti montagne.

Insomma; Giò aveva un cuore impavido!

Certo, dove si trovava ora non c'era nulla di tutto quello che sognava, ma decise ugualmente di fermarsi per capire.

Giorno dopo giorno, Giò imparò a conoscere la dura realtà che governava quel mondo un po' spettrale dove regnava, sì, la luce, la fantasia, l'amore e la gioia ma vi era anche celata, sotto un velo di magia, una dura e crudele realtà che veniva distorta e resa incomprensibile dalle forze che governavano quel mondo.

Fu così che conobbe Ugo, il guardiano del faro, e ascoltò la sua storia che parlava di grandi tempeste, di naufragi, dei suoi amori, e dei suoi dolori.

Conobbe Manuel, che forgiava con la magia del fuoco gli utensili per il lavoro e per i campi.

Incontrò Mattia che, spargendo una polvere magica nei campi, riusciva a far crescere ogni ben di Dio. In seguito Mattia spiegò a Giò i suoi segreti, che provenivano da grandi conoscenze.

Conobbe Lucia, che da giovane era una principessa da molti contesa.

Seppe da lei cose di cui nessuno gli aveva mai parlato.

Incontrò anche un maestro nell'arte della musica che riusciva a tirar fuori, dai suoni prodotti, le emozioni del

cuore.

Il maestro gli narrò delle epiche vicende che lo coinvolsero e dei grandi successi che incontrò durante la sua esistenza.

Giò incontrò anche Guado, un uomo che per tutta la vita aveva rincorso un facile guadagno, ancora adesso che era vecchio e stanco, cercava in tutti i modi di riuscire, tramite la magia dell'inganno, a perseguire la sua ricerca: solo che oramai la sua scaltrezza non riusciva più ad ingannare nemmeno un tordo, e per questo Guado faceva molta pena.

Giò incontrò molti esseri strani: alcuni vivevano in un non tempo e vagavano come se il corpo fosse distaccato dalla mente; questo rendeva impossibile interagire con loro, perché esistevano in un mondo al di fuori di quello spazio; era come se avessero tagliato il collegamento con il loro cervello e vagassero avanti e indietro senza senso.

Ma con la pazienza e l'esperienza, il giovane Giò riuscì a entrare in sintonia anche con loro; e se risultava impossibile intraprendere un dialogo verbale, Giò riuscì comunque a comprenderli e, in un certo modo, a gestirli.

C'erano anche molte persone che avevano perso l'uso dei propri arti, in seguito a terribili battaglie e scontri con grandi draghi che, numerosi, popolavano quel luogo.

Molti altri individui si prodigavano come Giò per alleviare le sofferenze degli ospiti del castello e cercavano, nel limite delle loro possibilità, di portare un aiuto a quei poveri derelitti.

In particolare, in varie ore della giornata, si poteva incontrare un simpatico Mago, Stiven, che con le sue pozioni e formule riusciva ad alleviare la tristezza e il dolore dei residenti del castello.

Stiven era un buon Mago e non perdeva occasione, con la sua bacchetta magica, per donare sollievo ogni volta che poteva!

Portava una barbetta, in un volto che ispiravano simpatia, ed emanava una positiva luce, che cercava di trasmettere a tutti coloro che incontrava.

Stiven trovava sempre il tempo per ascoltare le molte richieste che gli arrivavano a destra e a manca e faceva il possibile per offrire una risposta a tutti.

Con il tempo il giovane Giò riuscì a compiere qualche magia, compresa la grande sfida del suo cuore: acquisire l'arte del volo!

Quando poteva, nel tempo libero, invece di rincorrere, come molti si adoperavano, la gloria, la fama ed i soldi, Giò si recava in volo, facendosi trasportare dai venti e dalle correnti, assaporandone la gioia e gustando tutto quello che questa grande magia era in grado di donare.

Saliva sempre più in alto, fino a dove non era più possibile osservare le opere degli esseri che popolavano quelle terre, da lassù, si lanciava contro le nubi, che lo avvolgevano in un tenero e amichevole abbraccio.

Affinò l'arte del volo seguendo l'esempio di alcuni rapaci, che divennero fedeli amici, e conobbe altri

compagni, che con lui condividevano questa magia.

Per Giò, non era importante la conquista e le grandi gesta! Imparò a godere di tutte le piccole cose che propone la vita.

In fondo, sono anch'esse magiche, perché scoprì che la magia più grande era la vita stessa!

Non si doveva perdere tempo a rincorrere falsi obiettivi, che promettevano grandi cose!

Tutto questo, Giò lo apprese proprio da quegli strani esseri che invecchiando avevano perduto la magia, giorno per giorno, senza rendersi conto che stavano consumando la loro esistenza nel trascorrere inesorabile del tempo che determina l'inizio e la fine di una vita!

Giò si rese conto dell'importanza di usare bene quel tempo che non era eterno, ma che aveva un limite.

Comprese che l'ascolto degli altri poteva offrire grandi frutti, era un modo per apprendere la magia che altri avevano dentro di loro.

Scoprì così che ogni essere che aveva conosciuto nel tetro castello, quando se ne andava perché il suo tempo era finito, inconsciamente gli trasferiva una conoscenza, una piccola parte di magia.

Allora Giò, che nel frattempo frequentava una dolce fanciulla, come compagna della sua avventura, si rese conto che il tempo, era una componente essenziale di quello strano mondo e che non andava né combattuto né sfidato, ma si doveva accettare come si doveva accettare

la vita che lo accompagnava.

Proprio con l'aiuto del tempo, da quella compagna, Giò ebbe una figlia, Giuly, cui trasferì le sue scoperte, anche se sarebbe stato solo il tempo a farle comprendere tutte quelle magiche cose che non si possono dire ma solo vivere e assimilare, perché spesso la conoscenza non è possibile spiegarla!

Un essere del castello un giorno insegnò a Giò una splendida magia: la capacità di catturare frazioni, attimi di tempo e fissarli per poterli rivedere in qualsiasi momento.

Questa fu una magia che piacque molto a Giò, che ne diventò presto un abile conoscitore.

Non perdeva occasione per fermare gli attimi che più lo affascinavano e ben presto ebbe una grossa collezione di frammenti di vita, che spesso riviveva con gioia insieme agli amici o da solo.

Nel frattempo Giò acquisì anche l'arte magica della comunicazione: tramite la trasmissione del pensiero, della quale dopo poco diventò padrone, impegnandosi così a spiegare a tutti quelli che volevano ascoltarlo il modo di modificare ciò che in quel mondo non andava.

Sapeva che diffondendo i suoi piccoli segreti e le sue conoscenze, un po' alla volta la coscienza delle persone, assopita dall'oscura magia del potere e del successo, sarebbe riemmersa.

Allora, ogni sera si concentrava lanciando messaggi positivi, ovunque ci fosse qualcuno pronto ad accoglierli.