

# LA SCOPERTA DEL “SENTIRE DI COSCIENZA”

Il 23 gennaio 2018 mi trovavo in casa, non ero andato al lavoro in quanto convalescente da influenza. Avevo appena terminato di leggere il secondo volume di Enrico Ruggini “Il Cerchio Firenze 77, una storia vera divenuta leggenda” e con ansia attendevo l’uscita del terzo volume. Mi venne voglia di scrivere a Ruggini, il motivo era il riconoscermi in alcune persone che avevano partecipato alle sedute del Cerchio. Mi identificavo nelle storie caratterizzate da problemi quotidiani di tutti i tipi e nelle situazioni di difficoltà sia materiale che spirituale. Soprattutto mi attraevano e colpivano emotivamente le storie dove c’era una grande urgenza di risposte al significato della vita, al perché si vive, cosa ci attende nella vita ultraterrena. Mi ero avvicinato agli insegnamenti nell’agosto del 1995, all’età di 35 anni, dopo sedici anni di grande sofferenza che ancora oggi trovo difficile esprimere in maniera compiuta, cos’era: depressione? Crisi esistenziale? Bisogno di trovare un significato all’esistenza? Probabilmente c’era un po’ di tutto ma trovo abbastanza singolare, da qui il desiderio di condivisione, il modo in cui ne sono uscito nel giro di pochi istanti. Per farmi meglio capire ritengo sia necessario raccontare un po’ di me, qualche cenno sul mio vissuto, la mia infanzia, fino ad arrivare all'estate del 1979, compivo 19 anni, iniziava un disagio interiore che mi accompagnava per sedici anni e che scompariva nel giro di pochi istanti a fine agosto 1995 dopo aver letto solo poche pagine iniziali del libro “Conosci te stesso”?

## MI PRESENTO

Mi chiamo Cesare Petrarchini, sono nato a Stroncone (Tr) il 23 luglio 1960, nel 1979 ho conseguito il diploma di ragioniere, ho lavorato in banca per quarant’anni, dal 01/04/2021 sono pensionato. Abito a Terni dal 1989, anno in cui ho sposato mia moglie Anna, insegnante di scuola materna, abbiamo una figlia Linda di 25 anni, adottata nel 2001. Ho a disposizione molto tempo libero, in parte occupato da lettura di argomenti riguardanti la ricerca spirituale.

Fino al 1989 ho vissuto a Vasciano, un piccolo paese frazione del comune di Stroncone a circa 15 chilometri da Terni, con i genitori e mia sorella più piccola di me di tre anni. Ho avuto un’infanzia e adolescenza piuttosto solitarie, con pochissimi amici con i quali ho condiviso semplici giochi nei campi mentre pascolavamo il bestiame, in quanto le nostre famiglie erano tutte proprietarie di modeste aziende agricole. Tuttavia ricordo con serenità quegli anni, mi piaceva molto leggere e mi rendeva particolarmente sereno e rilassato il ritrovarmi da solo all’ombra di un albero a

leggere libri di avventure. Ricordo che fin da bambino ho sempre provato un senso di pace nel visitare cimiteri, non mi ha mai spaventato il pensiero della morte. Altro ricordo che ho era la mia avversione a portare il trattore e altre macchine agricole, non mi sentivo assolutamente portato per i lavori agricoli, non mi facevo condizionare dai miei coetanei che all'età di 11-12 anni si sentivano realizzati nel condurre trattori e altri mezzi agricoli. Questa mia avversione provocò il disappunto di mio padre che avrebbe voluto una maggiore collaborazione, da parte mia, nei lavori in campagna soprattutto durante le vacanze estive ma non riuscì a convincermi. Le poche certezze che avevo erano ben radicate non mi facevo condizionare facilmente dalle persone che mi erano vicine.

## UNO STRANO INCONTRO

Aspettavo con ansia la fine degli esami di maturità, era luglio del 1979, finalmente con le prove orali dell'ultimo anno di ragioneria si stava concludendo il mio ciclo di studi superiori. Conseguii il diploma con un buon punteggio, leggermente superiore alle mie aspettative, tuttavia non mi iscrissi all'università, ero fortemente motivato a cercarmi un lavoro e ad essere indipendente economicamente perchè altrimenti sarei entrato in forte disaccordo con mio padre che, nel corso degli anni, se da un lato aveva manifestato soddisfazione per i miei buoni risultati scolastici dall'altro mi rimproverava per la scarsa dedizione ai lavori agricoli. Con l'avvicinarsi della fine degli studi superiori mi ripeteva spesso che finchè non avessi trovato lavoro l'avrei dovuto aiutare a fare l'agricoltore e la cosa non era assolutamente di mio gradimento, non avevo fatto i conti con un qualcosa che avrei dovuto incontrare e che mi avrebbe fatto compagnia per ben sedici anni. Nei giorni successivi alla fine dell'anno scolastico anziché gioire per il successo ottenuto mi affioravano nella mente strane sensazioni di colpa, di giorno in giorno sempre più frequenti e persistenti. Non riuscivo a trovare una giustificazione a quanto mi stava succedendo, cercavo di convincermi che era un brutto scherzo giocatomi dallo stress dell'anno scolastico da poco concluso, però contemporaneamente avevo dentro di me la sensazione che era un qualcosa di più complesso. Intanto passavano i giorni e i sensi di colpa, di cui non sapevo il perchè, erano sempre più asfissianti al punto che mi vergognavo di parlare di questo problema con i miei genitori, loro erano persone molto semplici, inoltre all'epoca avrei avuto difficoltà a descrivere un problema così insolito. Passarono alcuni mesi e il problema peggiorò, anche la notte non riuscivo a dormire a causa di forti sensi di colpa che non mi davano tregua. Nel frattempo mi ero aperto con i miei genitori che mi vedevano pensieroso e dimagrito e a gennaio 1980, dopo sei mesi di grande sofferenza, su consiglio del medico di famiglia decisero di portarmi da uno psichiatra a Perugia. Quest'ultimo mi imbottì di psicofarmaci e mi prescrisse un piano terapeutico di circa un anno. Dopo circa tre mesi di cura finalmente i sensi di colpa si erano notevolmente placati, nel maggio del 1980 mi rimisi a studiare per un concorso

in banca che riuscii a vincere e ad essere assunto il 02/02/1981, data veramente storica in quanto segnava l'inizio della mia indipendenza economica. Fu un periodo di grande euforia dove non trovavano molto spazio i sensi di colpa di origine sconosciuta che di tanto in tanto provavano a riaffiorare.

## CONOSCI TE STESSO?

Per circa tre anni riuscii a arginare i sensi di colpa che ogni tanto si ripresentavano, avendo le giornate lavorative molto impegnate riuscivo a non farmi intrappolare la mente più di tanto. Ho avuto una forte ricaduta a fine 1983 quando anche durante l'orario di lavoro a fatica riuscivo ad essere concentrato. Ritornai dallo stesso psichiatra dove ero stato a inizio 1980, la terapia a base di psicofarmaci questa volta non funzionò, mi arrivò chiaro il messaggio dalla mia interiorità che il problema dovevo risolverlo diversamente, c'era qualcosa in me che esigeva delle risposte che i farmaci non potevano darmi. Fino ad agosto del 1995 ho avuto periodi di grosse crisi, con violenti sensi di colpa che mi hanno portato nel 1985 e nel 1994 a ricorrere a prolungati trattamenti di psicoterapia con scarsissimi risultati. In quegli anni mi ero convinto che l'origine del problema lo dovevo scoprire da solo e fin dal 1984 avevo iniziato a leggere prima libri di psicologia (Freud, Jung) per poi approdare a libri che parlavano di yoga, meditazione, reincarnazione, ipnosi, regressione ipnotica fino a rivivere vite passate. Quest'ultimo argomento mi aveva particolarmente colpito perché mi aveva dato la speranza di poter scoprire l'origine del mio problema e risolverlo. Con questa aspettativa nel 1994 mi rivolsi ad uno psicologo, con l'intenzione di farmi praticare la regressione ipnotica ma ebbi la delusione di sentirmi dire che era una tecnica che difficilmente mi avrebbe aiutato e iniziammo un lavoro di psicoterapia. Arrivai ad agosto del 1995 e dopo quasi un anno di psicoterapia stavo veramente male, avevo finito di leggere l'ennesimo libro riguardante la reincarnazione, era della casa editrice Mediterranee e la mia attenzione fu attratta da un depliant contenuto nel libro che propagandava alcuni libri tra i quali "Conosci te stesso?" autore Scuola del Cerchio Firenze 77 a cura di Pietro Cimatti. Ebbi la forte intuizione che dovevo assolutamente comprare quel libro che sentivo avrebbe svelato il mistero di sedici anni di pensieri colpevolizzanti. Era un sabato mattina di fine agosto 1995, mi precipitai con il prezioso depliant a fare il giro di tutte le librerie di Terni finché riuscii a trovarlo. Il pomeriggio dello stesso giorno iniziai a leggerlo, fui subito colpito dalla profondità e originalità dei contenuti, avevo letto tanti libri ma questo era veramente unico. Fin dall'introduzione del libro fui colpito da parole come "autoconoscenza", "non è più il tempo delle religioni precludenti", già questa frase era estremamente rivoluzionaria, non l'avevo mai letta prima. In questo momento sono molto emozionato nel ripercorrere con il ricordo quei momenti ma nel leggere ripetutamente l'espressione "sentire di coscienza" nelle prime pagine del libro è accaduto il miracolo, ha avuto in me l'effetto di una vera regressione ipnotica. Mi

sono tornati alla mente alcuni episodi vissuti da bambino all'età di 8-10 anni riguardanti l'educazione religiosa molto rigida che secondo me aveva prodotto un blocco nella coscienza. Ho avuto l'immagine di me che mi trovavo davanti a uno specchio coperto da un lenzuolo che l'espressione "sentire di coscienza" aveva fatto cadere e mi sono visto nella vita di tutti i giorni. La cosa veramente sconvolgente, che ha fatto cessare all'istante i complessi di colpa che, ad oggi, non si sono più ripresentati nemmeno a cercarli, è stata capire il mio egoismo, il forte senso di separatività dal mio prossimo che aveva caratterizzato la mia vita fino a quel momento. Per essere concreto mi resi conto che il mio egoismo si attuava in varie forme delle quali non ero mai riuscito ad essere consapevole: gioire prima nella scuola poi nel lavoro degli insuccessi altrui, voler assolutamente ostentare di essere bravo e competente, rispettare alcune regole in maniera ossessiva perché inculcate dall'educazione religiosa. Mi riaffiorò il ricordo che da bambino terrorizzato, dalla suora che insegnava catechismo, dal non confessare tutti i miei peccati contavo le bestemmie, le masturbazioni e altri peccati, addirittura li annotavo in un foglio per poi confessarli con precisione matematica al sacerdote. Il timore di finire all'inferno descritto dalla suora mi aveva fatto elaborare questo sistema che mi consentiva di essere assolto per poi ricominciare a "peccare". Ritengo che questo apprendimento così lontano dall'ascolto della coscienza sia stato la componente principale dei sedici anni di sofferenza. E' completamente inspiegabile, per me, descrivere quello che è successo. Non riesco a capire quale meccanismo abbia messo in moto l'espressione "sentire di coscienza" per far cessare in pochi istanti una sofferenza di sedici anni, che come ho già detto anche volendo non riesco più a provare. Trovo tutto ciò abbastanza incredibile, solo che avendolo vissuto sulla mia pelle devo crederci per forza. Mi capita di pensarci spesso, mi sento come uno studente di scienze che cerca di spiegare i fenomeni paranormali.

## IL POST CONOSCI TE STESSO?

Lo straordinario libro aveva prodotto il miracolo di un'autentica regressione a episodi di vita quasi completamente dimenticati. Sono molto commosso, quasi in lacrime, nel rivivere i singolari momenti in cui ho incontrato le Guide del Cerchio che ritengo mi abbiano salvato la vita. Ricordo che nei primi giorni, senza il peso dei complessi di colpa, non mi capacitavo assolutamente del mio nuovo stato, mi sembrava di percepire le persone e tutto quanto mi circondava con grande vividezza di colori, di emozioni. Sicuramente i sedici anni di sofferenza avevano "annebbiato" tutto quanto mi circondava, appiattito affetti, relazioni, emozioni, colori. Il motivo che mi spinge in questa testimonianza è l'autentico desiderio di aiutare qualcun altro a uscire dalla sofferenza che ho vissuto per ben sedici anni. Non sono più ricaduto in pensieri colpevolizzanti come precedentemente accennato, tengo a dire che l'ego e la separatività fanno largamente parte della mia vita però ne sono pienamente

consapevole e ritengo di aver fatto piccoli progressi senza più “violentarmi” e partendo “da poco e da vicino” come amorevolmente hanno suggerito le Guide. Nel leggere gli altri libri ho potuto constatare la grande logica degli insegnamenti, soprattutto comprendere che non esiste quel Dio antropomorfo intento a spiare i miei peccati al punto di indurmi a “contarli” per essere assolto e non finire nella dannazione eterna come mi era stato inculcato da bambino. Tutti gli insegnamenti hanno contribuito a darmi una grande serenità e di questo non finirò mai di essere grato alle Guide del Cerchio. Attualmente sono molti i concetti che trovo ardui da portare alla mia consapevolezza, sicuramente il più complesso è quello dell'eterno presente, rileggo spesso i libri e posso dire che ogni volta vi trovo qualcosa che non avevo compreso precedentemente, sono insegnamenti estremamente vivi e attuali. Nei momenti di grande serenità (per la verità non frequentissimi) percepisco il “sentirmi di esistere” e un senso di unione con Tutto quanto esiste.