

Diego Giaimi

La via del perdono

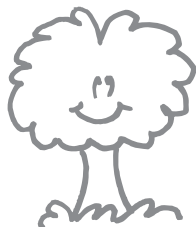
Lasciare andare
per ritrovare se stessi

Copertina: Matteo Venturi

Edizioni



AMRITA



SALVIAMO GLI ALBERI!

Il nostro catalogo è disponibile esclusivamente online,
sul nostro sito: www.amrita-edizioni.com

Edizioni AMRITA srl
Via del Lavoro, 2 - 47814 Bellaria-Igea Marina (RN)
telefono 320 60 91 382
e-mail: ciao@amrita-edizioni.com

Seguici su:
facebook.com/AmritaEdizioni
x.com/AmritaEdizioni
youtube.com/AmritaEdizioni
instagram.com/AmritaEdizioni

© 2026 Edizioni Amrita.

Tutti i diritti riservati. Ogni riproduzione, anche parziale e con qualsiasi mezzo, deve essere preventivamente autorizzata dall'Editore.

AI NOSTRI LETTORI

I libri che pubblichiamo sono il nostro contributo a un mondo che sta emergendo, basato sulla cooperazione piuttosto che sulla competitività, sull'affermazione dello spirito umano piuttosto che sul dubbio del proprio valore, e sulla certezza che esiste una connessione fra tutti gli individui. Il nostro fine è di toccare quante più vite è possibile con un messaggio di speranza in un mondo migliore.

Dietro a questi libri ci sono ore e ore di lavoro, di ricerca, di cure: dalla scelta di cosa pubblicare – operata dai comitati di lettura – alla traduzione meticolosa, alle ricerche spesso lunghe e coinvolgenti della redazione.

Desideriamo che i lettori ne siano consapevoli, perché possano assaporare, oltre al contenuto del libro, anche l'amore e la dedizione offerti per la sua realizzazione.

Gli editori

INDICE

Prefazione	1
Introduzione	5
Un altro perdono	11
Valutazione e intenzione.....	17
La sofferenza persiste	25
Il dolore cristallizzato	31
Il dolore è nel presente	35
Influenze nella realtà	41
Materiale alchemico.....	47
DUE TIPI DI LAVORO: ORIZZONTALE	55
Lavoro sul vissuto	57
La lettera	63
Il no e il sì interiore.....	73
L'approccio paradossale	79
DUE TIPI DI LAVORO: VERTICALE	85
Le vibrazioni del corpo di dolore.....	87
Osservazione e presenza.....	97
Cause e agiti	105
Il perdono verso se stessi	111
E verso gli altri.....	121

Morte e rinascita	129
Vittima e carnefice	135
La trama dell'anima	143
L'inchino al destino	149
La visione sistemica	155
La responsabilità interiore	159
Come in un sogno	163
Niente da perdonare	171
Lutto e separazioni.....	175
Io sono il perdono	185
Un concerto di emozioni.....	191
Come sotto così sopra	199
 Libri consigliati	 203
L'autore	205

*A tutti i miei maestri
consapevoli e inconsapevoli
espliciti e impliciti
visibili e invisibili.
Ringraziando la Vita.*

Le pratiche e le riflessioni presentate in questo testo sono orientate al benessere personale, alla consapevolezza e alla crescita spirituale. Non intendono in alcun modo sostituire diagnosi, trattamenti o terapie di tipo medico o psicologico.

Un altro perdono

«Il linguaggio è la fonte di malintesi.»
Antoine de Saint-Exupéry, *Il piccolo principe*

Professionalmente, ho iniziato a studiare come osteopata dopo il liceo, ma fin dall'inizio lo studio di aspetti spirituali, energetici e vibratorio ha attivato la mia attenzione. Come ho detto, negli anni ho ampliato la mia formazione con altre visioni e con molte tecniche e, ad oggi, mi occupo principalmente di consulenze individuali e di seminari di gruppo, che possiamo inserire nel panorama della crescita personale, interiore e spirituale, dove lavoriamo sulle più svariate tematiche e sui blocchi che la vita ci propone attraverso sintomi, relazioni distorte, il ripetersi di accadimenti e molto altro.

Lo sguardo che pongo alla persona, ai suoi dolori e alla sua vita è quello che ho chiamato nel mio libro precedente "lo sguardo dell'anima": una visione più alta di quanto ci succede e del nostro dolore, una visione spirituale dei problemi umani per utilizzare tutto il materiale della vita come carburante per la crescita e il risveglio interiore. Anche l'intento di questo libro è darvi alcuni spunti per poter trasformare vecchi dolori in frequenze spirituali che possiamo denominare perdono.

Tralasciando l'etimologia della parola di cui abbiamo discusso nel capitolo precedente, se leggiamo la definizione di perdono nel vocabolario Treccani troviamo: «Condono della pena da infliggere al colpevole; in senso religioso, remissione dei peccati concessa da Dio».

Nel dizionario.internazionale.it troviamo invece: «Gesto umanitario con cui si rinuncia a ogni forma di ritorsione, di punizione o di vendetta nei confronti di un offensore» oppure «Atto individuale di clemenza con cui una pubblica autorità condona una colpa a un individuo».

La nostra cultura e la lingua italiana associano facilmente il perdono alla parola colpa, alla possibilità che qualcuno di superiore assolva qualcuno di inferiore, intendendo come superiore colui che ha subito il torto e inferiore colui che l'ha provocato. Insomma, da questo punto di vista il perdono non è per niente ciò di cui voglio parlare, ma ho comunque deciso di mantenere questa parola per poterne descrivere le frequenze più elevate; comprendo che i primi strati terreni di questa via, di questa frequenza, possano risuonare con quanto descritto dai vocabolari, ma non fermiamoci al primo passo, molto altro ci attende.

Il perdono è una frequenza di alta vibrazione e, come molte altre, può essere oscurata a livello lessicale da credenze, fraintendimenti e correnti di pensiero, come accade, ad esempio, con parole come Dio, denaro, salute, morte, e così via. Tuttavia, questo non ci impedisce di elevare il nostro Spirito per cercare di cogliere i suoi aspetti più profondi ed elevati.

Vista questa premessa, comprenderete che la parola *perdono*, nella sua accezione comune, non mi piace molto e non la uso mai nel mio lavoro, perché è impregnata di molti fraintendimenti. Anche nelle meditazioni che ho registrato per il libro ho preferito altre scelte lessicali, proprio per evitare che la mente ricadesse spontaneamente in vecchi schemi e collegamenti. Potrete immaginare come mi sia stupito quando ho iniziato a scrivere un libro proprio su questo tema. Ho visto molte persone che si sono risentite di colloqui con psicologi o con altri operatori perché le invitavano al perdono. Senza le dovute precauzioni che stiamo ponendo in queste prime pagine, il rischio è che la persona entri in allerta sentendo la parola perdono, e vedremo i mille motivi che possono portare a questa reazione. È possibile che una persona, immersa nel proprio dolore, non riesca nemmeno a intravedere la possibilità che la propria sofferenza venga meno e che, soprattutto, quando dalla sua prospettiva essa è causata da una terza persona, senta impossibile lasciar andare quel fardello. Forse lo

lascerebbe anche, ma finché resta, come potrebbe perdonare un peso che continua a gravare?

Anche se non uso esplicitamente la parola perdono, la frequenza superiore di questa energia accompagna sicuramente buona parte del mio lavoro, è un faro attivo in me che cerco di far scorgere a chi lavora con me. D'altronde, è molto meglio accompagnare una persona che non riesce a vedere prendendola a braccetto, piuttosto che istigarla ad aprire gli occhi quando davanti a lei vede soltanto buio. E se quindi il perdono è la luce che ci guida, con i dovuti passi anche la strada di questa persona si rischiarirà, senza dover parlare della luce, ma come effetto diretto e indiretto del proprio cambio interiore.

Tenendo presente, poi, che il grande lavoro è portare la persona a sentire che il vero perdono è quel momento in cui si arriva a sentire che non c'è niente da perdonare, perché allora parlarne? Reputo utile lasciare il tema implicito e lavorare per aprirsi alla luce.

Tornando a noi, dalla premessa fatta capiamo quindi che invitare al perdono è come istigare un malato a guarire di più, più velocemente; un malato che probabilmente non vede l'ora di ritornare in salute e che freme per raggiungere un traguardo che tarda ad arrivare. Ma come può farlo se non aspettando che il processo faccia il suo corso o magari con l'ausilio di aiuti esterni di qualsiasi tipo (farmacologici, omeopatici, lavori interiori ecc.). Da questa prospettiva, così come raramente diremmo a un malato di guarire più velocemente, allo stesso modo non dovremmo affrettarci e istigare troppo al perdono per non incappare in chiusure. Tuttavia, come possiamo proporre a un malato di sentire altri pareri per vedere se altri approcci possono aprire ragionamenti e modalità di cura differenti, così possiamo aprirci alla possibilità di includere nuove modalità di lavoro interiore nella nostra vita sapendo che sono intessute della frequenza del perdono.

IO L'HO PERDONATO

Dalla stessa prospettiva alzo molto le antenne quando, ricostruendo i punti salienti della vita di una persona, mi viene detto

senza che io faccia domande specifiche “io l’ho perdonata, l’ho perdonato”. Questa frase spesso nasconde tutte le “trappole” percettive e quindi è necessario spesso percorrere ulteriori strati di questa frequenza spirituale, ricordando poi che il perdono non è un atto singolo e definitivo in un momento nel tempo.

Molte altre volte dietro quella frase sono invece celati palesi risentimenti, accuse e un finale senso di impotenza e tentativo di farsi andar bene le cose senza doverne parlare con dei terapeuti o con gli amici, e comunque senza dover fare i conti con i vecchi sospesi. La frase “l’ho perdonato”, quando l’ho sentita si portava dietro il senso di accusa, il senso di torto, il senso di ragione, a volte un senso di superiorità, e quindi richiamava maggiormente gli strati della personalità ferita che cerca di mettere sotto il tappeto qualche cosa che comunque non si può cambiare, piuttosto che un profondo senso di pace con ciò che c’è stato. Torneremo su questa frase per analizzarne varie sfaccettature nel dettaglio.

Trovo spesso molto più utile, nel mio lavoro, soprattutto quando sorgono allarmi interiori dovuti a preconcetti o a precedenti forzature a perdonare, ribadire che non si deve perdonare nessuno e che ci occupiamo solo del nostro mondo interiore, senza dover includere ulteriormente l’altro, esteriormente, nel processo. Se poi un certo tipo di lavoro interiore modifica il mondo esteriore e vuole farci muovere anche nelle relazioni in maniera diversa, anche questo è un effetto secondario del movimento primario che si è fatto strada. Ribadire anche a voce alta che non abbiamo intenzione di perdonare nessuno spesso ha un effetto interiore molto utile perché non cerchiamo di mettere in discussione tutte le nostre credenze al riguardo, ci teniamo le nostre motivazioni e ragioni e possiamo lavorare insieme a qualcuno su ciò che ci limita personalmente nella nostra vita. Molte volte è più semplice lavorare con una persona che sente chiaramente di non voler perdonare, piuttosto che con chi è mentalmente convinto di essere a posto e di aver perdonato tutti. Sottolineo *mentalmente* perché abbiamo iniziato dicendo che il perdono non è un atto mentale e quindi quel tipo di approccio è limitato e affatica.

Vorrei ricordare, anche in chiusura di questo capitolo, che se il vero perdono è arrivare al punto in cui non c'è nulla da perdonare, allora sentiamo profondamente che è inutile ribadire di aver perdonato qualcuno perché questo va quasi a contraddire il profondo atto energetico e spirituale che si è fatto strada in noi.

È solo quando siamo seduti, schiacciati dai pesi, che sentiamo e abbiamo voglia di alzarci, ma una volta che siamo in piedi guardiamo compassionevolmente i vecchi momenti in cui eravamo seduti e appesantiti dagli eventi, ma sentiamo che la nuova posizione è molto più compatibile con il movimento della vita, senza dover ribadire che noi e gli altri abbiamo fatto qualcosa. Siamo in piedi e possiamo guardare e abbracciare l'esistenza in un altro modo.