

# IO SONO la Verità

**Daniele F. Cavallo**



Collana Spiritualità

 **IO SONO**  
edizioni  
la tua arte online

Daniele F. Cavallo

# IO SONO la Verità

Preview di IO SONO la Verità - © IO SONO EDIZIONI - Milano - diffusione gratuita consentita



[www.iosonoedizioni.it](http://www.iosonoedizioni.it)

Si sono resi disponibili all'autore:  
*Enzo Petrillo* per l'impaginazione  
*Sergio Sibilio* per il progetto grafico (s.sibilio@gmail.com)

L'editore si dichiara disponibile a regolare eventuali spettanze per quelle immagini di cui non sia stato possibile reperire la fonte.

*Un particolare ringraziamento per il loro prezioso aiuto a mia madre, mio fratello Silvio, Salvatore e Miriam.*

*Grazie infinite al mio Amico Arcangelo, compagno instancabile e insostituibile in questa avventura e ad A.M.King che ci ha messo lo zampino.*

*Grazie alla mia famiglia per la serenità che mi trasmette ogni giorno.*

Tipografia Lineagrafica, Città di Castello (PG)  
I edizione settembre 2010  
collana spiritualità

©2010 IO SONO Edizioni  
associazione culturale  
sede legale: via Dino Compagni, 2  
20131 Milano

ISBN 978-88-96863-01-5



*a chi è riuscito  
a svelare se stesso  
mostrandoci la Verità*

## Presentazione di Arcangelo Miranda

Grazie all'accesso alla cultura dovuto ad una elevata disponibilità dei sistemi di comunicazione mai raggiunta prima, ormai è già stato detto tutto di tutto, ma devo dare merito a Daniele di aver formalizzato alcuni punti del percorso di riconoscimento del Sé in un modo compatto e moderno, apportando un tocco di rinnovamento alle conoscenze di sempre; tutto ciò senza deviazioni rispetto a quanto prevedeva la necessità informativa insita nell'arte dello scrivere.

Questo testo è di stile classico ma pregnante di tanta modernità e caratteristiche fisico-matematiche: potrà piacere, potrà non piacere.

Chi mi conosce sa che a me non piace leggere libri e che ai classici preferisco quelli che proiettano nella mente del lettore delle immagini; come scrittore, nella mia espressione artistica, sono di espressività manzoniana, un cinematografico: vedo distintamente Don Abbondio che tira il calcio alla pietra; quando ho tra le mani un libro, pur sapendo apprezzarne i contenuti classicheggianti, passo subito alla parte tecnica.

Tornando a questo libro, è vero: ognuno ha la sua verità, ma è proprio l'opera di affinare questa verità con l'Essenza ciò che costituisce il fine della Grande Opera.

La vita è come un album di figurine: quando nasciamo è vuoto e le caselle mancanti sono i propositi del nostro Sé; a noi il compito di completare l'album.

Un obiettivo divino è un'idea del Sè che appare nella mente e che sentiamo di voler realizzare senza finalità alcuna, ma per il solo fatto di sentire di farlo.

Lo scopo umano invece è un attaccamento emozionale al perseguimento di un interesse umano ed esso nasconde

sempre una ragione nascosta atta, per mezzo del controllo sugli altri, a nutrirci di una falsa energia necessaria per sentirci vivi.

Vivere non è perseguire scopi, vivere è essere qui ora, è fare secondo le indicazioni dello spirito. Vivere non è attendere la pensione per sentirsi liberi e poi crepare il giorno dopo: vivere è amare e l'amore non è un'emozione che si prova, bensì qualcosa che si fa.

Dovremmo usare lo strumento del nostro essere per realizzare gli obbiettivi divini ma senza identificarci con esso, poiché in tal modo *essere* diviene *essere umano* e cominciamo ad avere traguardi e a desiderare cose da raggiungere per la nostra felicità.

Dovremmo usare la nostra abilità di esecutori dello spirito, di servi (*osservatori*), senza alcuna velleità di raggiungere obiettivi per finalità emozionali in quanto ciò che costituisce la Vita Impersonale è proprio l'**assenza di scopi**!

Invece, andando oltre la pura sequenza di "informazioni in entrata" provenienti dal nostro IO SONO (che dovrebbe costituire per noi il bisogno di realizzazione del nostro spirito), creiamo attaccamenti e perseguiamo scopi: in questo modo *essere* diviene *avere*.

In quest'ottica non siamo quasi mai in malafede: semplicemente, per la nostra educazione, pensiamo che sia giusto così: ma cos'è l'educazione umana (quindi non intesa nel senso teologico ed etimologico di *elevare*) se non il condizionamento che ci spinge a perseguire continuamente scopi?

Ed ecco che, seppur in buona fede, tale condizionamento diviene la NOSTRA VERITÀ.

Questo è il punto: è vero ciò di cui ci siamo convinti essere tale per noi, ma il mondo, la vita, gli altri, potrebbero pensarla in maniera diversa, non è vero?

**In quest'ottica nasce la necessità di un libro che tenti di chiarire che la Verità Suprema, la Verità Ultima è la scoperta di Sé e che prima di arrivare a ciò, si passa per una serie di verità rarefatte ed artefatte che, se abbandonate a favore della Verità Ultima, possono portare alla percezione di IO, l'unica autentica Verità.**

Nella storiella del Vangelo è scritto che Pilato chiede a Gesù *Cos'è la verità?*

Si dice che la risposta è nella domanda ed infatti, chi ricorda, sa che non vi fu alcuna risposta; quindi dobbiamo analizzare la domanda, tenendo presente che la domanda, la risposta, la scena, hanno un'altro significato rispetto a ciò che realmente si crede.

L'interpretazione popolare tende semplicemente a dire che alla domanda di Pilato non ci fu risposta da parte del personaggio Gesù-uomo.

Ricordiamoci che Pilato era romano e che quindi, per trovare la risposta nella domanda stessa, l'analisi deve essere fatta in latino.

In latino *Cos'è la verità* si traduce QUID EST VERITAS; dato che Dio è nell'uomo come la risposta è nella domanda, ecco che, anagrammando la frase, si ottiene EST VIR QUI ADEST che significa *È colui che ti sta davanti*.

Fuor di metafora, Pilato rappresenta la personalità di ognuno di noi, la nostra parte umana dinnanzi alla quale c'è un Colui che le è superiore: il divino IO; in questo senso, anagrammare equivale a trasmutare, a modificare qualcosa che c'è già, la personalità umana appunto, in qualcos'altro che comunque esiste, seppur occultato in altra forma di espressione.

Ciò significa che Colui che ci sta davanti è il nostro IO, ciò che siamo sempre stati ed è colui che è più grande di noi quando siamo nella condizione umana, colui che è superiore

nella scala gerarchica della vita e che costituisce il punto verso cui dovremmo mirare (dico dovremmo, ma solo per farmi comprendere in quanto anche questo può essere sinonimo di scopo).

In realtà dobbiamo solo affidarci alla spinta della vita in quanto all'inizio di ogni cosa vi fu la decisione e la decisione è essere e quindi, come spesso affermo nei miei scritti, *siamo condannati ad essere felici, tanto vale cominciare da subito!*

Nell'atto di divenire umani abbiamo dimenticato la nostra vera natura, ma l'atto di dimenticare chi siamo non altera ciò che noi siamo, non può cambiare la nostra vera natura: per questo eravamo, siamo e saremo sempre DIO e prima o poi giungeremo ad esserne di nuovo consapevoli.

Tornando all'argomento principale del libro, **la verità umana è sempre acquisizione di un punto di vista, la Verità ultima è assenza di un punto di vista e abilità di assumere qualsiasi punto di vista; per questo motivo, essendo nell'Uno, nella Verità, si può essere tutto, pur non essendo (identificazione) alcuna cosa.**

Siamo condannati a pervenire alla Verità Ultima (in cui di ultimo non c'è nulla): una condizione che rappresenta l'unico vero modo di vivere, nella quale ci accorgiamo che non c'è nessuna meta da raggiungere in quanto la meta è il viaggio stesso e quella meta è ciascuno di noi, cioè IO.

Cos'è la verità? IO è la verità!

Questo è il motivo per cui questo libro può essere utile nel migliorare l'ottica di cos'è davvero la verità escludendo cosa non è.

Cieli Sereni.

*Arcangelo Miranda*



# INDICE

## PREMESSA

L'idea del libro .....	pag. 15
L'inganno del tempo .....	pag. 25

## Capitolo I LA VERITÀ

L'origine .....	pag. 37
Il proposito .....	pag. 45
Lo strumento .....	pag. 51
La sostanza dell'IO .....	pag. 55
L'essere umano .....	pag. 61
La creazione della realtà .....	pag. 67
Libero arbitrio e coscienza .....	pag. 82
Il nostro destino .....	pag. 88
Adempiere al nostro destino: l'amore .....	pag. 94

## Capitolo II CONOSCERETE LA VERITÀ

Il gioco della vita: le sette vie di conoscenza .	pag. 121
Gli stati di avanzamento del gioco .....	pag. 148
La ricerca della verità .....	pag. 152
La scoperta della verità .....	pag. 169

## Capitolo III E LA VERITÀ VI FARÀ LIBERI

L'esperienza della verità .....	pag. 178
Sintesi e conclusioni .....	pag. 184

## PREMESSA

*“La vita è lo strumento con  
il quale sperimentiamo la verità.”*  
**Thich Nhat Hanh**

# L'IDEA DEL LIBRO

*La verità non sta in un solo sogno,  
ma in molti sogni.*

Pier Paolo Pasolini

Scrivere sulla Verità è un suicidio letterario in quanto *chi di verità ferisce di verità perisce*.

E allora perché un libro che s'intitola **IO SONO la Verità?**

Perché una sera, mentre cercavo di addormentarmi, mi è venuta un'idea: è giunta all'improvviso e, senza alcun avvertimento, mi ha colpito come un pugno ben assestato. Si è espressa sotto forma di immagini ed attraverso una frase, già sentita un milione di volte, ma che in quel momento ha assunto un significato del tutto nuovo per me: *Conoscerete la Verità e la Verità vi farà liberi*.

Ho avuto la netta sensazione che essa potesse racchiudere in sé tutto ciò che volevo esprimere in un libro ed anche nella mia vita e così ho provato a spiegarla per come mi era giunta.

Il problema, se così vogliamo dire, è che questa massima di saggezza è sintetica come ogni frase illuminata: nella sintesi, infatti, non c'è spazio per il superfluo e rimane solamente ciò che è essenziale.

Ho dovuto, pertanto, scomporla, analizzandola parola per parola e, solo alla fine, ricomporla, come per ricostruire un puzzle molto complicato.

## **“Conoscerete la Verità”**

Emerge chiaramente che per raggiungere la Verità è necessaria la conoscenza.

Viviamo in un contesto storico in cui la nostra mente ha un ruolo predominante nella vita di tutti i giorni e questa affermazione è sempre più estendibile a tutti i popoli della Terra.

Non è stato, però, sempre così.

L'evoluzione umana è passata, infatti, attraverso una prima fase in cui prevaleva un modo di sperimentare la vita basato sul corpo fisico, dato che quello emozionale era in stato embrionale e quello mentale non era ancora stato concepito.

In quel periodo la conoscenza si basava essenzialmente sull'esperienza vissuta dagli antenati che accresceva la capacità degli esseri umani di interagire con il mondo esterno: non aveva alcun senso parlare di ricerca della Verità poiché tutto, sul piano fisico, era ancora da scoprire e sperimentare.

Quando il corpo emotivo raggiunse un grado di sviluppo sufficiente, l'uomo orientò la propria esistenza in un'ottica emotiva, integrando l'esperienza fisica (basata sugli istinti animali e i sensi fisici) con un diverso modo di vivere (quello emozionale) la vita.

Il “parco giochi” costituito da tutte le possibili esperienze vivibili sul piano fisico si ampliò notevolmente in quanto, oltre all'approccio meramente istintivo, si aggiunse quello basato sull'emotività; nel frattempo il corpo mentale iniziava lentamente il suo sviluppo nell'individuo.

In questa fase dell'evoluzione umana sorsero le prime domande circa l'essenza della Vita e dell'essere umano; la conoscenza non era però in grado di dare risposte soddisfacenti poiché si basava esclusivamente sulle esperienze degli antenati che erano strettamente legate alla sopravvivenza.

**Le soluzioni proposte furono, quindi, di carattere mistico/religioso poiché gli esseri umani erano semplici dal punto di vista intellettuale, ma molto sensibili: gli ideali proposti dalle religioni e dalla filosofia, pertanto, trovavano terreno fertile nell'emotività umana, incline a credere piuttosto che a comprendere.**

Anche questa fase evolutiva, però, terminò nel momento in cui si esaurì la spinta della novità collegata alle esperienze della vita vissute in un'ottica emotiva: il parco giochi, seppur ampliato, era stato esplorato del tutto e l'essere umano sentiva l'esigenza di provare qualcosa di nuovo.

Si fece quindi spazio la terza fase evolutiva (che è tutt'ora in corso) in cui gli uomini scoprirono che le esperienze della vita potevano essere vissute e sperimentate da un nuovo e diverso punto di vista, basato sull'intelletto, più ampio rispetto ai precedenti e più ricco di prospettive.

L'esistenza venne allora nuovamente riconsiderata e vissuta alla luce della razionalità la quale andò ad equilibrare la natura fisica ed emotiva già presente nell'essere umano: le condizioni di vita e lo sviluppo dell'umanità migliorarono ulteriormente poiché, grazie ad un'impostazione logica, era possibile ovviare agli inconvenienti dell'emotività (soprattutto una forte litigiosità tra gli esseri umani) e sviluppare nuovi

approcci all'esistenza quotidiana, basati sull'organizzazione e sulla ricerca scientifica.

Attualmente il modello "occidentale", basato sull'utilizzo della mente razionale come strumento principe di organizzazione della quotidianità in tutti i settori in cui essa si esplica (personale, familiare, interpersonale, lavorativo ecc.), è presente ormai in tutti e cinque i continenti e la sua influenza aumenta ogni giorno di più.

La conoscenza<sup>1</sup>, dunque, risulta essere un imprescindibile strumento di evoluzione, dal momento che ogni evento che tocca la nostra vita è oggetto di analisi da parte del nostro intelletto.

Nella frase, infatti, non si dice: "intuirete la verità" oppure "scoprirete la verità" oppure "percepirete la verità", in quanto tali attività prescindono dall'importanza che i pensieri ricoprono nella nostra vita: i dogmi, da qualunque parte provengano, non "fanno più presa", nella misura in cui siamo abituati ad approcciare qualsiasi tematica alla luce della ragione.

La Verità, pertanto, per poter essere presa in considerazione dalla nostra mente, **non ci deve essere imposta, ma dobbiamo capirla** e convincerci che essa sia plausibile: a tale riguardo, le informazioni su di essa devono essere (utilizzando un'espressione giuridica corrente) "gravi, precise e concordanti"

---

1 Il termine "conoscenza" va qui inteso non solo come semplice acquisizione di informazioni, ma anche come qualsiasi modalità (consapevole o inconsapevole) possibile per avvicinarsi alla Verità; nel secondo capitolo vedremo che esistono sette principali "Vie di conoscenza" di cui quella classica, intesa come acquisizione di informazioni, non rappresenta che una delle possibilità.

poiché, altrimenti, il nostro intelletto continuerà a dubitare e non ci consentirà di scegliere di sperimentarla.

Attraverso la conoscenza, quindi, si può giungere alla Verità: ma di quale Verità si parla?

Rispondere a questa domanda è quanto mai difficoltoso, per una serie di ragioni.

Non esiste, infatti, una Verità che si possa definire oggettiva, ma tante verità quante sono le possibilità di pensiero di ciascuno di noi: ognuna di esse è assolutamente vera per il soggetto che la vive e niente e nessuno gliela può confutare<sup>2</sup>.

Non è, inoltre, possibile vivere la Verità attraverso gli altri poiché ognuno ha la propria consapevolezza e, pertanto, l'esperienza della Verità non può che essere personale.

La Verità espressa a parole poi, è come un'opera incompiuta in quanto si utilizza uno strumento di espressione duale<sup>3</sup> per descrivere qualcosa di unitario.

La Verità infine, è in continua evoluzione: non ha senso immaginare che essa sia statica, come se fosse stata decretata in un momento imprecisato di tempo e lasciata lì, stabile ed immutabile nei secoli dei secoli.

---

2 Questo è uno dei più profondi significati di libero arbitrio: poter scegliere, attraverso la decisione, cosa sia la verità su qualsiasi fenomeno esistente e vivere in accordo con essa senza che niente e nessuno possa intervenire per smentirla.

3 La parola è uno strumento della mente razionale che, come vedremo meglio in seguito, lavora sulla base della dualità che caratterizza il nostro mondo: ogni idea spiegata a parole, pertanto, si sdoppia nel senso che viene descritta attraverso i due poli che la caratterizzano. Ad esempio se vogliamo parlare della pace dovremo necessariamente far riferimento alla guerra e viceversa, altrimenti il nostro intelletto non capirà, non potendo fare associazioni logiche.

Nel nostro universo tutto si muove e la Verità, quale essa sia, non sfugge a tale principio: il concetto di evoluzione, pertanto, è applicabile anche alla Verità, che potrebbe essere immaginata come un cono a spirale i cui cerchi diventano via via più ampi: i cerchi più esterni mantengono un collegamento con i precedenti ma, in qualche modo, li integrano e si espandono in un moto senza fine.

E allora, di quale Verità parleremo nel libro?

Per rispondere a tale domanda dobbiamo partire dall'assunto secondo cui deve esistere una "verità ultima" di ogni fenomeno presente nell'Universo, micro e macro cosmico, che sia totale e definitiva.

Così, ad esempio, esiste sicuramente la Verità sul cancro o sugli U.F.O. o sul movimento delle galassie dell'Universo, nonostante vi siano tantissime ipotesi su tali fenomeni.

La domanda che, però, dobbiamo necessariamente porci è: **quale verità ci è utile conoscere?** Dove dobbiamo indirizzare il nostro "sforzo" conoscitivo? O meglio: sappiamo dove vogliamo andare in modo da sapere quale Verità ci occorre per arrivarci?

Tutti noi siamo convinti di avere molto tempo per dedicarci alla conoscenza dei più svariati fenomeni passati, presenti e futuri, ma forse questa convinzione andrebbe rivista alla luce degli "inconvenienti" che il ciclo di nascite e morti, a cui siamo sottoposti da svariati milioni d'anni, porta con sé.

La questione principale consiste nel fatto che, ogni volta



che ri-nasciamo, la nostra consapevolezza non include il ricordo delle esperienze, i successi, le intuizioni avute nelle precedenti incarnazioni. Siamo pertanto “costretti” a ripartire ogni volta da zero per recuperare quanto sperimentato in precedenza al fine di poter proseguire nel nostro cammino di conoscenza della Verità.

Il punto è che, nel corso di una incarnazione, il tempo disponibile per giungere alla Verità non è molto anche perché, ottenuta tale conoscenza, siamo solo a metà del nostro cammino dovendo, poi, riuscire ad esserne certi e, infine, sperimentarla nella nostra Vita.

In quest’ottica, ricercare la Verità su tutto ciò che esiste è futile, mentre è essenziale concentrarsi su ciò che ci è utile sapere come esseri umani alla ricerca di una identità divina.

**La Verità, allora, riguarderà esclusivamente l’origine della vita e dell’universo in rapporto alla collocazione dell’essere umano in questo sistema, il suo destino sia come singolo che come specie e i mezzi attraverso cui realizzarlo.**

**Altro non serve e rientra nel campo della semplice curiosità intellettuale che, come vedremo in seguito, invece di avvicinarci alla meta può allontanarci da essa.**

Proveremo, allora, ad individuare dei teoremi<sup>4</sup> di carattere generale che, lungi dall’essere dei comandamenti, descrivono e disciplinano il funzionamento della Vita e dei suoi attori, a prescindere dal fatto che essi li conoscano o meno.

---

4 Teorema: dal gr. *theorema* “oggetto di contemplazione, di speculazione. Affermazione che, in una teoria, viene dimostrata logicamente a partire dagli assiomi”. Lo Zingarelli 2011, *Zanichelli*.

È vero che essi sono espressi in parole, ma per quanto diremo a breve, ciò è sufficiente per appagare il nostro intelletto che anela di conoscere le risposte alle classiche domande sulla Vita.

Se ad una prima lettura essi sembreranno troppo astratti o difficilmente comprensibili, non c'è da preoccuparsi troppo: tutto si chiarirà leggendo i commenti che li riguardano.

Il gioco, peraltro, vale la candela poiché, con un po' di pazienza ed attenzione, potremmo riuscire a dare una risposta alle domande esistenziali che più frequentemente ciascuno di noi si pone:

*Da dove veniamo?*

*Chi siamo?*

*Dove andiamo?*

*Come facciamo ad andarci?*

Vediamo ora la seconda parte della frase chiave di questo libro.

### **"e la Verità vi farà liberi"**

Abbiamo visto che la conoscenza conduce l'essere umano di fronte alla Verità: ciò che è importante sottolineare è che essa non può andare oltre, non può cioè penetrarla, **poiché la Verità non è un concetto, ma un'esperienza.**

Vivere l'esperienza della Verità presuppone quindi il sentire che essa è vera, senza titubanze o esitazioni e si può giungere a quest'intima certezza solamente attraverso la conoscenza che diventa saggezza e l'amore.

Quando la Verità che abbiamo conosciuto diviene certezza dentro di noi, accade qualcosa di magico: essa ci rende liberi.

È subito interessante notare che cosa **non** può fare la semplice conoscenza della Verità: non viene affermato che la Verità ci farà ESSERE o che ci renderà felici, sereni, ricchi, in pace o altro, né tantomeno che essa ci renderà divini.

**La Verità, invece, porta con sé esclusivamente un dono: la libertà.**

Al fine di comprendere a quale tipo di libertà si faccia riferimento, è interessante constatare che se la libertà giunge solamente con la Verità (che è utile conoscere), ciò significa che **chiunque non l'abbia ancora conosciuta non è libero.**

Questa affermazione potrebbe apparire contraddittoria in relazione al fatto che compiamo ogni giorno centinaia di scelte che definiamo “libere” o autodeterminate: ma siamo sicuri che sia veramente così? Siamo sicuri di essere liberi come crediamo?

La risposta è certamente NO, se consideriamo che le tradizioni, l'educazione familiare, i rapporti interpersonali, i condizionamenti economici, sociali, politici e religiosi rendono le nostre scelte, salvo rarissime eccezioni, apparentemente libere, ma in realtà quasi obbligate e tendenzialmente ripetitive.

Inoltre l'abitudine a prestare ascolto ai tanti pensieri presenti nel cervello porta a “essere vissuti”<sup>5</sup> piuttosto che

---

<sup>5</sup> Ne parleremo ampiamente nel corso del libro, descrivendo i meccanismi d'azione ripetitivi della nostra personalità.

a vivere poiché questo flusso incessante, pur essendo il principale fautore delle nostre scelte, è totalmente fuori dal nostro controllo.

**Solo la Verità, infatti, ci può rendere liberi, in quanto essa porta dentro di sé il dono di riattivare la facoltà che rende l'uomo "fatto ad immagine e somiglianza di Dio": il libero arbitrio.**

Se conosciamo la Verità, infatti, ci risvegliamo dall'illusione di aver vissuto e ci rendiamo conto che, fino a quel momento, non abbiamo fatto altro che subire gli effetti di scelte determinate da altro.

**La Vita sulla Terra, allora, si presenta ai nostri occhi per ciò che realmente è: una gigantesca ed illimitata opportunità di giocare, guidati nelle scelte dalle nostre intuizioni, per realizzare il nostro destino.**

E la conoscenza?

La conoscenza, in questa fase esperienziale dell'esistenza, non serve più: essa ha portato a rispondere alle domande fondamentali dell'essere umano ed è servita ad eliminare i dubbi che le risposte ottenute costituissero la Verità esaurendo così la sua funzione.

Nella libertà di scegliere se vivere o meno la Verità e nelle conseguenti esperienze non c'è spazio per la conoscenza di alcunché ed essa deve pertanto essere abbandonata e dimenticata.

Per Essere in un universo del fare, infatti, non c'è alcun bisogno di conoscere quanto piuttosto di sperimentare.



Acquista ed applica questo libro nella tua vita o leggi le recensioni:

- euro 24
- pagine 204
- spedizione gratuita



dal nostro sito



e leggi anche le fantastiche recensioni

[Leggi le recensioni](#)