

Luca Pani

PROVE DI VOLO II

Manuale di Psiconautica Normale

Dipinti di
Filippo Martinez

The logo for 'edra' features the letters 'e', 'd', and 'r' in a dark red color, with a white dot above the 'e'. The letter 'a' is in a lighter red color.

EDIZIONI
LSWR

PROVE DI VOLO II

Manuale di Psiconautica Normale

Ai miei figli

Emanuele, Martina Alia e Laetitia

Luca Pani

PROVE DI VOLO II

Manuale di Psiconautica Normale

Dipinti di

Filippo Martinez

EDIZIONI
LSWR

Tutte le copie devono portare il contrassegno SIAE

Responsabile Editoriale Libri: Costanza Smeraldi

Responsabile Redazione Libri: Paola Sammaritano

Responsabile Produzione Libri: Michele Ribatti

Impaginazione: Roberta Venturieri

Copertina (da un dipinto di Filippo Martinez): Marco Serra

ISBN: 978-88-6895-429-1

eISBN: 978-88-6895-430-7

© 2016 Edizioni LSWR* – Tutti i diritti riservati

I diritti di traduzione, di memorizzazione elettronica, di riproduzione e adattamento totale o parziale con qualsiasi mezzo (compresi i microfilm e le copie fotostatiche), sono riservati per tutti i Paesi. Le fotocopie per uso personale del lettore possono essere effettuate nei limiti del 15% di ciascun volume dietro pagamento alla SIAE del compenso previsto dall'art. 68, commi 4 e 5, della legge 22 aprile 1941 n. 633.

Le fotocopie effettuate per finalità di carattere professionale, economico o commerciale o comunque per uso diverso da quello personale possono essere effettuate a seguito di specifica autorizzazione rilasciata da CLEARedi, Centro Licenze e Autorizzazioni per le Riproduzioni Editoriali, Corso di Porta Romana 108, 20122 Milano, e-mail autorizzazioni@clearedi.org e sito web www.clearedi.org.

Edizioni LSWR
Via G. Spadolini, 7
20141 Milano (MI)
Tel. 02 881841
www.edizionilswr.it

Printed in Italy
Finito di stampare nel mese di ottobre 2016 presso "Printer Trento" S.r.l., Trento

(*) Edizioni Lswr è un marchio di La Tribuna Srl. La Tribuna Srl fa parte di **LSWR GROUP**

INDICE DEGLI EDITORIALI

Un soffio dopo l'altro	13	Sfumature di sensibilità	63
<i>Mundus Imaginalis</i>	15	Iperestesia estetica	65
Un volo cromatico	17	Il paradosso della sensibilità	67
L'evoluzione dei colori	19	Sabotare se stessi	69
I tre colori	21	Riso e fiori	71
La paura dei colori	23	Spiriti ancestrali	73
I colori del sogno	25	La probabilità di esistere	75
L'Isola dei Senza Colore (tributo a Oliver Sacks)	27	L'equilibrio del pensiero	77
I sognatori lucidi	29	Il punto futuro	79
Sognatori a occhi aperti	31	Corpore sano in mens sana	81
Uomini sognatori (Wish Men)	33	Ditevi una bugia vera	83
Il soggetto del desiderio	35	Saggezza pratica	85
Restate connessi a chi amate	37	La giungla dal deserto	87
Occhi Verdi	39	La sfera della felicità	89
Guide stellari	41	Etica della regalità	91
I Maestri perduti	43	La mente (degli altri)	93
Maieutica astrale	45	Il potere della conoscenza	95
La pecora nera	47	Internautica di periferia	97
Il gregge negligente	49	Il gomito luminoso	99
L'ordine seriale	51	Gli stupidi universali	101
L'uomo digitale	53	Gli idioti alla fine dell'Impero	103
Vergogna, amore e orgoglio	55	Libero arbitrio	105
Il coraggio della debolezza	57	Il cimitero delle non-scelte	107
L'interruttore delle emozioni	59	Sapere dove siamo per sapere chi siamo	109
Il genio delle mani	61	Muoversi o non muoversi, questo è il dilemma	111

La visione del mondo	113	Profondo non lontano	169
Costellazioni di ossidiana	115	Le rime nascoste	171
Il Libro dell'Amore	117	Scelte consapevoli	173
Il Potere del Cuore	119	La forza del carattere	175
Il labirinto del cuore	121	La colonna del carattere	177
Gratitudine e perdono	123	Le debolezze del carattere	179
La vita rancorosa	125	Lui Narciso	181
La modestia di essere bravi	127	Lei Narciso	183
Troppo furbo per essere intelligente	129	Narcisismo vulnerabile	185
Le ombre dei codardi	131	Dare un senso alla felicità	187
Il Dio degli Eserciti	133	Nessuna felicità senza senso	189
Perenne seduzione	135	Felici di essere (un po') infelici	191
La lussuria del potere	137	La felicità o il senso della vita	193
Il viaggio simbolico	139	I cardini dell'essere-bene	195
Sì viaggiare	141	L'uomo migliore	197
Sei mio figlio	143	Il buon Demone	199
Tengo famiglia	145	Siate il vostro talento	201
Educare la mente umana	147	Integrità personale	203
Entropia e informazioni	149	L'altra eredità	205
La vita al margine del caos	151	Suprema attitudine	207
Demoni e angeli	153	Fidarsi è bene, punto	209
La proprietà eterna	155	Ananda e Namasté	211
Il giocoliere ubriaco	157	Trascendersi	213
Il falò delle ipocrisie	159	Gioia e resurrezione	215
Le colpe degli altri (ovvero La pagliuzza e la trave)	161	La colpa del linguaggio	217
I giullari ignoranti	163	Il nome segreto di Dio	219
L'Universo si prenderà cura	165	Allineamento psiconautico	221
Il giudice primario	167	Riferimenti bibliografici e sitografici	223

INDICE DELLE OPERE

<i>Profilo di notte</i>	12	<i>Marga clarinettista nera</i>	60
<i>Brindisi cosmico tra i pianeti del dormiveglia</i>	14	<i>Quasi angelo</i>	62
<i>Adesso alle Termopili volano farfalle di tanti colori, allora tutto era rosso</i>	16	<i>Pablo Picasso s'infila un dito nel naso sino a sfondarlo</i>	64
<i>Il Pesce-Dio</i>	18	<i>Ritrovamento del frammento di un dipinto attribuito a Guido Cagnacci</i>	66
<i>Nuvole come cacche in un tramonto africano</i>	20	<i>Nuvole su zio Silverio</i>	68
<i>Ogni notte la neve è nera</i>	22	<i>Mostriciattolo quasi completamente dimenticato</i>	70
<i>Porta cosmica</i>	24	<i>Il cavallo di Zorro la notte prima della pensione (particolare)</i>	72
<i>GOMA (detto "Senza cuore")</i>	26	<i>Margherita, che non vuole essere sfogliata</i>	74
<i>La verità è tutta nei sogni (particolare)</i>	28	<i>Aconcagua</i>	76
<i>Il figlio, preoccupato, del sognatore</i>	30	<i>Mostriciattolo che fa la verticale sulla follia di Enrico</i>	78
<i>La cappella degli stati mentali</i>	32	<i>Muscoli e farfalla</i>	80
<i>California dreamin' (cit. da The Mamas & the Papas)</i>	34	<i>NOKKIO (detto "Bugia")</i>	82
<i>Se te ne vai</i>	36	<i>La strada è un camion di notte</i>	84
<i>Gatto ipnotico</i>	38	<i>E ora?</i>	86
<i>Il vecchio saggio, forse, non ha capito la domanda</i>	40	<i>Orizzonti circolari</i>	88
<i>Il Maestro è nell'anima (cit. da Paolo Conte)</i>	42	<i>Antico monarca isolano</i>	90
<i>Mostriciattolo che gioca solo e perde</i>	44	<i>Bambino con la riga da una parte</i>	92
<i>ZIZNAL (detto "Riflessi")</i>	46	<i>La scala e il palloncino</i>	94
<i>Signore basso e signore troppo alto</i>	48	<i>Il santino del premier (particolare)</i>	96
<i>Collezione di ragionieri da giardino</i>	50	<i>Don Chisciotte cerca Sancho</i>	98
<i>Giardino di umani in primavera (particolare)</i>	52	<i>CONSIGLI PREZIOSI: mai proteggersi dalla pioggia sotto il pancione di un incontinente</i>	100
<i>ELEONTO (detto "Sospiro")</i>	54		
<i>Indagine pericolosa</i>	56		
<i>Il ruttatore di aquiloni</i>	58		

<i>Testolina e testolina con maschera</i>	102	<i>Hypocrite lecteur, mon semblable,</i>	164
<i>Uno sguardo in trappola</i>	104	<i>mon frère! (cit. da Charles Baudelaire)</i>	
<i>Scacco matto al Re Nero (particolare)</i>	106	<i>Dio ti vede</i>	166
<i>Mostriciattolo che stende i panni con evidente soddisfazione</i>	108	<i>Fil rouge</i>	168
<i>PRESVA (detto "Testolina")</i>	110	<i>Ali segrete</i>	170
<i>Fuga nell'800</i>	112	<i>Annibale attraversa la cortina dell'ipocrisia</i>	172
<i>Costellazione Qoelet</i>	114	<i>Rigore sotto la pioggia</i>	174
<i>Il Re Rosso</i>	116	<i>C'è una notte stupenda sopra la pioggia (particolare) dedicato ai minatori di Carbonia nel '900</i>	176
<i>Les Enfants du Paradis (particolare; cit. da Marcel Carné)</i>	118	<i>Sospettoso sospettante</i>	178
<i>Lacrime di coccodrillo</i>	120	<i>Guardami negli occhi</i>	180
<i>Certo che mi ricordo!</i>	122	<i>Chimay, Bacardi, Jamaican rhum, White Lady, Beck's bier, Tequila bum bum (cit. da Vinicio Capossela)</i>	182
<i>RAR (detto "Ritorno")</i>	124	<i>Farfalle</i>	184
<i>Modestino e Pallone Gonfiato</i>	126	<i>Nonna che avrà sette figli</i>	186
<i>DISADA (detto "Aguzzo")</i>	128	<i>Bè? Mai visto un filosofo?</i>	188
<i>Io non ne so niente</i>	130	<i>La luna e il giullare</i>	190
<i>Io sono</i>	132	<i>La felicità è tre elefantini che volano</i>	192
<i>Lou Salomé</i>	134	<i>La vita è una gorgiera rosa (particolare)</i>	194
<i>Il leccchino</i>	136	<i>Monica è una farfalla</i>	196
<i>Santa Eli del mare agitato</i>	138	<i>L'Angelo Custode si licenzia</i>	198
<i>Banchina al termine della notte (particolare)</i>	140	<i>Notte numinosa</i>	200
<i>Sequenza della morte di mio padre alle Termopili</i>	142	<i>Ancora la luna</i>	202
<i>Mostriciattolo che parla male della mamma</i>	144	<i>Controcorrente</i>	204
<i>Ciao maestro</i>	146	<i>Monarca individuale</i>	206
<i>Panico oltre l'universo di sant'Albert</i>	148	<i>Mi fido di te</i>	208
<i>Sono scettico ma spensierato</i>	150	<i>Santo che ha trovato se stesso ed è inseguito</i>	210
<i>Il mio diavolo custode</i>	152	<i>Altrove è l'unico posto possibile</i>	212
<i>Vecchio che dimentica la morte</i>	154	<i>Cristo di china (particolare)</i>	214
<i>Idiota in bicicletta</i>	156	<i>In Mio Nome</i>	216
<i>Ti trovo bene</i>	158	<i>Il mistero è una notte con le stelle sbagliate (particolare)</i>	218
<i>Sguardo peloso</i>	160	<i>Oblītus sum, ergo sum</i>	220
<i>Accurata manutenzione del sobrio sorriso di governo</i>	162		

GLI AUTORI

Luca Pani è un medico-psichiatra, Dirigente di Ricerca del CNR che per gli ultimi cinque anni ha diretto pro-tempore l'Agenzia Italiana del Farmaco; continuando a insegnare psicofarmacologia solo presso le Università di Cagliari e Miami perché è sempre convinto che «Non si possa davvero insegnare se non da dove si vede il mare». È autore di numerosi articoli scientifici, collabora con il supplemento culturale "Domenica" de *Il Sole 24 Ore*. Di recente ha pubblicato: *Imperfezioni Umane. Dissonanze evolutive, cervello e salute* (con G. Corbellini, Rubbettino, Bari 2015) e *Prove di Volo. Manuale di Psiconautica Elementare* (con F. Martinez, Edra, Milano 2015). I post della pagina Facebook di Prove di Volo hanno centinaia di migliaia di lettori settimanali.

Filippo Martinez è un tragediografo ossessionato dalla sintesi che opera in tutti i campi della comunicazione. Oggi insegna Regalità Individuale presso l'Università di Aristan della quale è anche Rettore. I suoi lavori più recenti sono il saggio avventuroso *Confutazione della morte* (pubblicazione integrale 2017), l'atto unico *Cinque ore nell'orto* (del quale è anche regista) e la realizzazione, all'interno di una fitta coltre fiorita, della *Cappella degli Stati Mentali*, una struttura parzialmente documentata anche in questo libro. Questa è la sua epigrafe: «Trasloco. Vado in quel che faccio e faccio quel che sogno. Sono altrove. Altrove è l'unico posto possibile».

PREFAZIONE

La Psiconautica Normale evolve da quella Elementare delle prime Prove di Volo, inizia a volteggiare sopra alte nubi per farsi quindi radente e raggiungere le circonvoluzioni più articolate dell'animo di ognuno di noi. Ancora una volta Filippo Martinez abbina, con impareggiabile maestria, il contrappunto dei suoi dipinti a ciascuno scritto. La lettura scorre in questo modo, tra movimenti sincopatici di pennellate e frasi, partendo da molto lontano e spesso atterrando al centro del nostro cuore. Una navigazione psichica senza fronzoli e orpelli, fatta solo di metafore e assonanze, con un'intenzione unica e chiara: librarsi grazie alle passioni che sostengono i nostri mondi più intimi e paralleli.

Lasciatevi emozionare e leggete senza pensare oppure concentratevi su ogni parola, su tutte le sfumature di colore ma continuate sempre a camminare. Ricordate che il piede che regge tutta l'armonia dell'Universo è il vostro. Buon viaggio.

Luca Pani

BREVE NOTA SUI DIPINTI

Come già nel primo volume, i dipinti qui pubblicati non sono illustrazioni nell'accezione corrente del termine; esistono da prima che venissero scritti i testi e gli abbinamenti sono un gioco arbitrario di assonanze e dissonanze con gli argomenti trattati.

Nella mia vita ho dipinto molto ma ho esposto pochissimo e sempre su temi diversi. Le mostre più depredate per questo volume sono: *Immagini da una partita a scacchi* (1975); *Alcuni altri santi* (1979); *Esplosione di un giocatore di biliardino* (1980); *Altrove è l'unico posto possibile* (2000); *Termopili, nostalgia della battaglia* e in particolare la sala intitolata *Gli Immortali* (2010) e *Drag Killers* (2015). Ci sono inoltre alcune copertine dalla trasmissione *Sgarbi Quotidiani* (Canale 5 – 1992/97).

Le tecniche di pittura adottate sono eterogenee e le dimensioni dei dipinti variano da 5 × 5 m a 20 × 20 cm.

Filippo Martinez



Profilo di notte

UN SOFFIO DOPO L'ALTRO

Siate dei Visionari.

Non c'è niente di più eccitante della fantasia che trasporta e trascende.

L'immaginazione non è una malattia e non è uno scherzo. Chi la esercita intensamente non è un divergente né, tantomeno, un pagliaccio.

La fantasia è il prezioso nutrimento di cui sono intrisi i sogni e le speranze. È tutto ciò che produce imprese e modifica destini perché non c'è altro modo per trasformare le idee in fatti.

I fast food della (tele)visione, che ci circondano, stanno invece distruggendo la nostra innata capacità di immaginare il mondo prima che il mondo stesso si trasformi per diventare altro.

Non lasciate che accada, chiudete gli occhi e provate a raffigurare ogni frammento della Natura umana, visibile e invisibile.

È giunto il momento di librarsi insieme per questa seconda Prova di Volo. // *Manuale di Psiconautica Normale* è dedicato a noi tutti, un soffio dopo l'altro.



Brindisi cosmico tra i pianeti del dormiveglia

MUNDUS IMAGINALIS

È un viaggio che inizia per condurci molto lontano.

La pista di decollo si trova nel terzo occhio della nostra mente, quello che non vede la realtà né elabora o ricorda i sogni quando dormiamo.

La rotta è tracciata dentro di noi, per tutti uguale e per ciascuno unica e diversa.

Non so dirvi come si chiami, sappiate però che è quel luogo dove i nomi non esistono perché non sono importanti. È una *Terra di Nessundove* adagiata tra il conscio e l'inconscio, fra la materia e lo spirito puro.

I bambini – dall'età di circa sei anni – sono i più grandi esperti di questo Continente sommerso e raccontano che i confini si intravedono nel momento in cui si scivola dentro e fuori dal sonno e scompaiono da svegli o da addormentati.

Dobbiamo cercare di capire come raggiungere e restare sospesi in una dimensione che non è e che non ha mai cessato di esistere.

Non sarà facile.

Mettetevi comodi perché abbiamo tutto il tempo che ci serve: nel *Mundus Imaginalis* non esistono le misure, di niente.



Adesso alle Termopili volano farfalle di tanti colori, allora tutto era rosso

UN VOLO CROMATICO

Per arrivare alla Terra di Nessundove del *Mundus Imaginalis* i mistici persiani, la psicoanalisi (junghiana) e il Training Autogeno (esercizi superiori) hanno suggerito rotte diverse.

Tutte però concordano che per iniziare a vedere quello che non c'è bisogna concentrarsi nel punto in cui l'ultimo bagliore di luce diventa ombra e immaginare, a occhi chiusi, un colore pieno dopo l'altro.

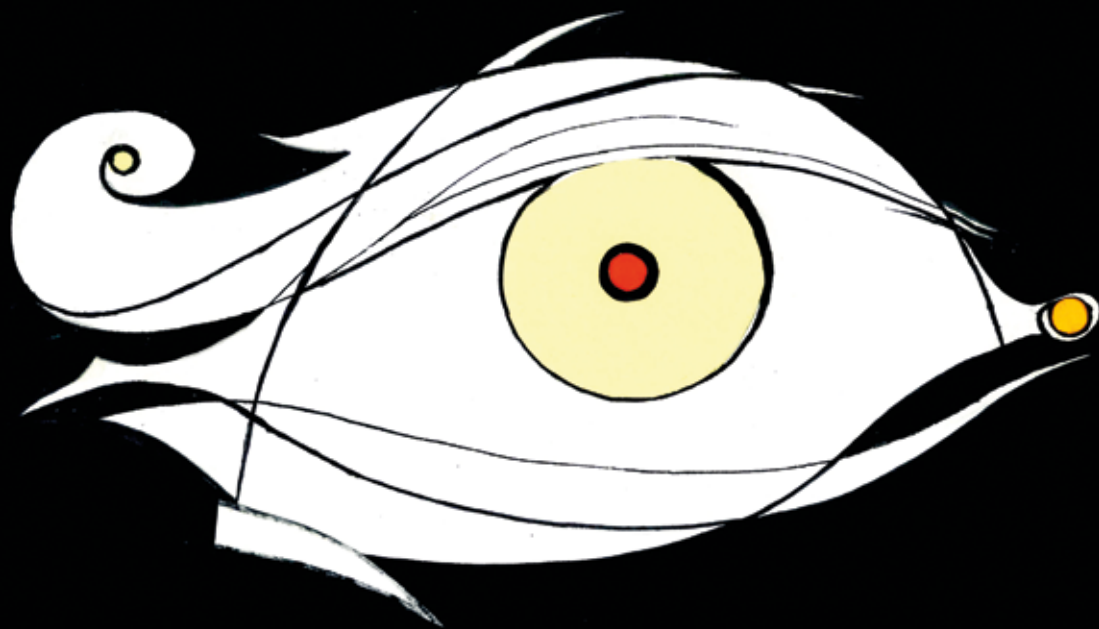
Non si tratta di vedere o guardare realmente un colore, ma di evocarne prima la temperatura, quindi la struttura e, infine, l'essenza stessa.

Un colore dopo l'altro, lasciandosi cadere nelle immagini che si susseguono, aiutati da suoni solidi come quelli delle meditazioni Zen.

Non abbiamo un navigatore, non abbiamo un territorio da sorvolare e non ci sono mari, montagne, valli o foreste sebbene si tratti di un continente immenso.

Sdraiatevi dunque e provate a immaginare – con gli occhi chiusi – il vostro primo colore.

Ricordate di non avere mai paura di perdervi perché questo è l'unico modo che avete per incontrarvi davvero.



Il Pesce-Dio
