

1° allegato  
p. 36

Ne abbiamo già parlato: non c'è niente da cercare, nulla da trovare. Dovremmo utilizzare fino in fondo tutte le forze che abbiamo a disposizione e che abitano in noi, perché ciò che più di tutto ci impedisce di stare bene è la repressione che costantemente operiamo nei confronti di noi stessi. Siamo stati abituati a trattare il nostro intimo, la nostra interiorità come un cane al guinzaglio, ripetendoci in ogni momento frasi del tipo: "Non fare questo", "Non è giusto desiderare", "Non va bene come ti sei comportato l'altra sera"; o "Frenati", "Non esagerare", "Ti stai lasciando andare troppo". Veniamo abituati fin dall'infanzia a credere che dentro di noi esista il male e che sia nostro compito combatterlo, sconfiggerlo, dominarlo e dominare noi stessi.