

L'arte dell'agguato e il mindfucking



Ochosi, orisha della caccia, della Selva, della giustizia, della meditazione, dell'avventura, dell'amore tenero e potente.

I piccoli tiranni

"Niente può temprare meglio lo spirito di un guerriero di pace che avere a che fare con persone impossibili, bastardi e caini che occupano posti di potere".

“Se i veggenti sono in grado di mantenersi fermi affrontando i piccoli tiranni, allora possono senza esitazione affrontare l'ignoto impunemente e persino sopportare la presenza di ciò che non si può sapere”

"Il fuoco dal profondo" di Carlos Castaneda

“Se i veggenti sono in grado di mantenersi fermi affrontando i piccoli tiranni, allora possono senza esitazione affrontare l'ignoto impunemente e persino sopportare la presenza di ciò che non si può sapere”

"Il fuoco dal profondo" di Carlos Castaneda

Un piccolo tiranno è colui che ha un potere, reale o vicario su una persona.

I veggenti dei tempi antichi suddivisero i piccoli tiranni in classi in base all'intensità del loro potere. C'erano quelli che detenevano il potere reale sulla vita della persona e sulla sua morte e c'erano quelli che semplicemente avevano il potere di molestare o esasperare.

A volte, nel testo verrà utilizzato il termine mindfucker al posto di piccolo tiranno. Mindfucking significa fottare/ingannare/manipolare/violentare la mente di un altro, e quindi allarga ed approfondisce il concetto dello sfidante che ci viene proposto nelle opere di Carlos Castaneda

*Ecco come descrive i **piccoli tiranni** don Carlos.*

Essi possono essere:

Tiranni meschini: hanno il potere di togliere la vita secondo il loro capriccio;

Piccoli tiranni meschini: tormentano e infliggono danni senza arrivare alla morte delle loro vittime;

Insignificanti tiranni meschini: producono fastidi ed esasperazioni senza fine.

Questi ultimi si suddividono in ulteriori quattro categorie:

Quelli che tormentano con brutalità e violenza;

Quelli che tormentano generando insopportabile apprensione;

Quelli che tormentano creando tristezza;

Quelli che tormentano facendo infuriare.

Il piccolo tiranno è un elemento esterno indispensabile nell'allenamento e nel percorso iniziatico di un uomo o di una donna che hanno deciso di percorrere la via dello sciamanismo urbano.

Affrontare le situazioni derivanti da un incontro con un piccolo tiranno, permette al guerriero di acquisire una serie di virtù impossibili da ottenere da solo, e di realizzare esperienze spirituali che altrimenti non potrebbe nemmeno concepire.

I piccoli tiranni obbligano a realizzare manovre interiori di trasformazione, collocando il ricercatore spirituale davanti ai suoi punti deboli in modo grezzo, brutale, reale. Non è un workshop di espressività emotiva o un seminario sull'autostima, ma lotta per la sopravvivenza. Quanto più distruttivi e pusillanimi, quanto più egoisti e tormentatori, bastardi e violenti sono i mindfuckers, tanto maggiore sarà il pericolo per l'uomo o la donna che si sono avventurati sulla via che ha un cuore, tanto potente sarà il risultato, quando si sopravvive a un'interazione con essi.



Ma come fa un essere umano a diventare un piccolo tiranno?

Ciò che rende un uomo o una donna un piccolo tiranno è la maniera in cui affronta le sue paure profonde e il suo dolore. Egli, di fatto, fugge di fronte alle sfide più sacre della vita. Egli non assume il potere della responsabilità del proprio Cerchio di Vita. Egli non osa guardare negli abissi della propria interiorità, teme i mostri che vi dimorano, ma ancor più è terrorizzato dal suono lancinante ed oscuro del silenzio e del nulla che costituiscono il suo orizzonte. Il piccolo tiranno si sente solo, isolato e staccato dalla fonte universale d'amore che dà la vita a tutto. E così per sentirsi vivo aggredisce e distrugge l'altro da sé.

Di conseguenza il mindfucker usa il proprio potere personale in modo violento ed egocentrico sugli altri e, nonostante il fatto che questa modalità di agire lo inchiodi nel ruolo del perpetuo insoddisfatto, è incapace di prenderne coscienza o di fare un passo indietro, perché fissare il proprio dolore diritto negli occhi è un'azione inconcepibile per lui, è l'impensabile. Fondamentalmente il piccolo tiranno è un vigliacco, che incolpa gli altri, il mondo e Dio delle proprie manchevolezze. Egli sarà così spinto a cercare capri espiatori, sui quali rovesciare una violenza cieca. Il piccolo tiranno rimuove il proprio terrore di fronte all'ignoto trasformandolo in distruttività verso il mondo esterno e i suoi abitanti. Sta qui una delle radici della violenza di ogni tempo.

La colpa è sempre degli altri, l'universo è un luogo infido, pericoloso ed ostile da cui bisogna difendersi e diffidare, ma di cui bisogna anche approfittarsi, a spese dell'Altro da sé, contro tutto ciò che è diverso. L'alterità, l'altrove sono troppo inquietanti, provocatori, insopportabili, bisogna annientarli prima che sovrastino/sommergano il piccolo tiranno. Il mindfucker segue una filosofia da predone. Egli non si assume la responsabilità di vivere.

Lo scopo nell'affrontare un piccolo tiranno non è distruggerlo, così facendo il guerriero si comporterebbe in modo speculare rispetto al suo sfidante, bensì trattarlo con impeccabilità e lasciare che, se prosegue nelle sue azioni di violenza e distruzione, sia lo Spirito a metterlo spalle al muro. La sciamana urbana pratica una filosofia pragmatica, pratica, che segue la naturalezza del Tao. Di fronte alle avversità che derivano dall'affrontare un piccolo tiranno con un notevole potere, il guerriero è portato a sperimentare stati altri della consapevolezza, le peak experiences di cui parla Maslow.

Esperienze vetta che portano oltre i confini del piccolo io socializzato e succube dei comandi della società.

Le strategie maggiormente impiegate dagli sciamani contemporanei usano la flessibilità del giunco piuttosto che la rigidità della quercia, ma quando serve il potere del ferro di Ogun, dei fulmini di Shango e delle tempeste di Oya essi sono benedetti e sacri.

Esistono differenti segnali che permettono allo sciamano urbano di sapere quando ha superato o meno la prova del piccolo tiranno: se avvengono, generate dai conflitti e dagli scontri con un mindfucker, trasformazioni interiori benefiche, il guerriero di pace ha vinto. Se inoltre il piccolo tiranno, anche solo per un istante, si vede costretto ad osservare il proprio dolore ed incontrare la propria consapevolezza del male compiuto, allora la vittoria è profonda.

Quando un guerriero si arrende di fronte al potere del piccolo tiranno e cede alle sue pretese, è sconfitto. Quando perde il controllo di se stesso e agisce contro il suo intento profondo, ha perso. Quando arreso si allea al piccolo tiranno, ha perso. Un guerriero sconfitto o si ritira per ricomporsi o si trasforma in un altro piccolo tiranno. Per i Toltechi, un piccolo tiranno potente era un tesoro inestimabile e prezioso. Oggi i piccoli tiranni sono numerosi e diffusi in ogni campo della società.

Ci sono persone che sono venute in questo mondo per chiarire le cose, per illuminare le strade dell'umanità, per guarire esseri senzienti e ambiente, altri umani sono arrivati per perpetuare la confusione, il caos e la distruttività. Sono i piccoli tiranni. La fuga dal dolore è ciò che crea il piccolo tiranno.

Perpetuando disordine, violenza ed entropia, essi ne generano all'esterno. Il conflitto e la guerra interni si manifestano in più caos quando affrontano il mondo e, pur se in modo inconscio, continuano a lasciare tracce negative, un segno che lascia la sua impronta prima o poi nel corpo stesso dei piccoli tiranni.

Il piccolo tiranno è la controparte dello sciamano urbano, il suo sfidante e avversario. Mentre uno cerca fuori, l'altro cerca dentro; mentre il primo giudica il mondo, il secondo lo rispetta e riverisce; quando il primo utilizza il suo potere nei confronti degli altri, l'altro lo usa su se stesso. Un piccolo tiranno si consegna ai suoi affetti, ai suoi veleni mentali (paura, egocentrismo, odio, avidità, ignoranza), un guerriero fa la sua vera volontà che è quella del Grande Mistero e serve la vita stessa, la sua orma è perciò sempre positiva, generatrice di Bellezza.

I piccoli tiranni possono arrivare ad accumulare grandi quantità di potere, ma al contrario del guerriero, questo potere li consuma. In ogni incontro lasciano con la loro impronta un segno sugli altri, ma in esso vi è anche parte del loro potere. Le loro azioni convocano forze analoghe che si alimentano da sole, forze che li spingono ad agire in modo ossessivo o compulsivo come se fossero posseduti da qualcosa di esterno. Come dice lo sciamano lakota Fools Crow, essi sono ossa vuote per il male, canali per energie distruttive dell'universo.

I mindfuckers neri non riescono a “fermare il mondo” , a creare distanza tra la produzione della propria mente e la realtà, non hanno gli attributi che un guerriero di pace ottiene dopo anni di continuo e severo allenamento, di sobrietà, fluidità, e sviluppo della Bodhicitta. Il guerriero di pace prova una autentica compassione verso tutti gli esseri senzienti.

La via del guerriero è quella di mantenere pulito il proprio rapporto con Wakan Tanka, con Dio, perciò il suo lavoro è quello di una vita. Niente è permanente, così come non vi è traguardo definitivo in tale cammino, perchè i parametri stanno nel mondo dello Spirito. Perciò per il guerriero ogni giorno è un nuovo inizio in cui tutto dipende dalla propria impeccabilità.



***Ti preoccupi troppo per ciò che era e ciò che sarà.
C'è un detto: ieri è storia, domani è un mistero,
ma oggi... è un dono. Per questo si chiama
presente.***

Radiografia di un perverso narcisista, Orlando Treffen smascherato.



Il narcisista si definisce per i seguenti tratti:

- Una evidente concentrazione su se stessi negli scambi interpersonali;
- Problemi nel mantenere relazioni soddisfacenti;
- Mancanza di consapevolezza psicologica;
- Difficoltà con l'empatia;
- Problemi nel distinguere se stessi dagli altri;
- Imperscrutabilità a qualsiasi insulto o insulto immaginato;
- Vulnerabilità alla vergogna piuttosto che al senso di colpa;
- Linguaggio del corpo altezzoso;
- Adulazione nei confronti delle persone che li ammirano e li rafforzano;
- Il detestare coloro che non li ammirano;
- L'uso di altre persone senza considerare il prezzo di tale azione;
- Il fingere di essere più importanti di quanto lo siano realmente;
- Il vantarsi (sottilmente ma con insistenza) dei loro risultati e l'esagerarli;
- L'affermare di essere un "esperto" in molte cose;
- Incapacità di vedere il mondo dal punto di vista degli altri;
- Negazione del rimorso e della gratitudine.

Ma il perverso narcisista è molto peggio...e qui ritroviamo una vecchia conoscenza: Orlando Treffen.

Perverso narcisista manipolatore e stalker.

A questo punto della narrazione torna sul palcoscenico il nostro tipo psichico e sociale tipico, la nostra figura archetipica.

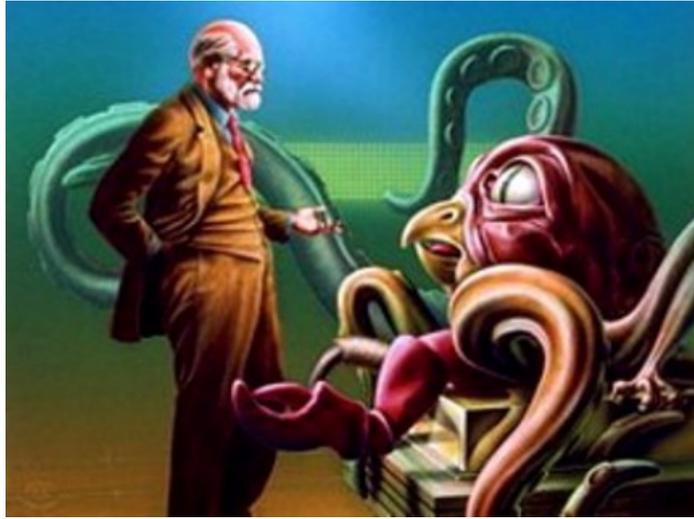
Egli si chiama Orlando Treffen, vive in una città marinara, è psicologo, giocatore di scacchi, velista, stalker, alpinista, perverso narcisista manipolatore, pedofilo, parassita, truffatore, depravato sessuale, ipnotista, cattivo maestro con atteggiamenti da guru, kinesiologo, vampiro energetico, insegnante, commerciante di incubi e ladro di sogni. (Vedi articolo "Saper comunicare per vivere bene", pubblicato sempre su questo sito.)



Julius Kugy

Julius Kugy, vero amante della montagna, capace di scrivere che il Monte "*ha inciso su di me le sue rune misteriose e i suoi segni*", ha percepito il cuore nero di Orlando Treffen.

Julius Kugy apostrofò un giorno il Treffen dicendogli " E' la tua malvagità a tenerti lontano dallo Spirito della Montagna, tu non la capirai mai!"



Sigmund Freud

Sigmund Freud, fondatore della psicoanalisi, dice un giorno di Orlando Treffen: "E' un perverso criminale, più che di uno psicoanalista, servono gendarmi per arrestarlo ed un giudice per sbatterlo in galera, e poi buttare via la chiave!"

Alla fine Orlando Treffen viene effettivamente arrestato. Le sue nere trame sono svelate dal commissario Montalbano e da El Gato. Orlando Treffen è condannato per stalking, violenza su minori e truffa.

Aiuto determinante arriva dal potente e sacro orisha della Selva, della Caccia e della Giustizia Ochosi. Okè. Axè.

Ma qual'è il Modus vivendi di Orlando Treffen, quali sono le caratteristiche fondanti la personalità del perverso narcisista manipolatore?

Come facciamo a riconoscere questo tipo psicosociale se lo incontriamo, o se qualcuno ce ne parla?



I perversi narcisisti manipolatori

Nessuna menzione della perversione narcisista nel DSM IV, manuale di classificazione internazionale dei disturbi mentali. La nozione è alla ricerca di un proprio significato. Per alcuni come Scott Peck, psichiatra statunitense, non bisogna temere di parlare di vera devianza morale e di porre la questione del male. Per altri, come il dottore Reichert-Pagnard, si tratta di una psicosi senza sintomi apparenti o "psicosi bianca". Possiamo classificare il manipolatore su una scala da 1 a 10 a seconda della sua tossicità. Livello 3, il tiranno domestico, rinchiuso nella propria negazione, che ferisce involontariamente l'altro per alleggerirsi del proprio male di vivere; livello 8, il sadico che si sfoga gioendo del dolore morale che inflige coscientemente. Comunque, a qualsiasi livello appartenga, anche un piccolo perverso narcisista crea danni considerevoli.

Ecco di seguito alcune piste per riconoscere questi predatori.

Orlando Treffen è il perverso narcisista manipolatore tipo, per questo vengono usate qui alcune esperienze che lo hanno visto come protagonista. Esempificano bene la struttura psico-sociale di tale figura.

In verde vengono descritte le caratteristiche generali del perverso narcisista manipolatore.

In blu sono raccontate esperienze specifiche relative alla vita di Orlando Treffen.

1. Egli o ella vampirizza l'energia dell'altro: l'espressione "farsi divorare" prende senso e diventa reale.

Egli attira costantemente l'attenzione su di sé, parlando in continuazione, e usa cultura e dialettica per succhiare via l'energia psichica degli altri. Egli è un parassita, un vampiro energetico, non rispetta i confini degli altri. “Mi sento stanca, rabbiosa, svuotata, tutto è stato inconcludente”, dice una donna dopo aver passato una giornata con lui.

2. Egli o ella è totalmente sprovvisto/a di empatia, dà prova di una freddezza agghiacciante.

Egli è freddo come un sepolcro, senza calore umano, è vuoto, “quando lo abbraccio, sento il vuoto, il gelo” dice una donna che lo ha conosciuto. “Le sue terapie sono sterili, senza cuore”. Non vive emozioni.

3. Egli o ella soffre d'insoddisfazione cronica, esiste sempre una buona ragione per rovinare tutto, per fare in modo che le cose vadano male.

L'io profondo di Orlando Treffen è debole, fragile, paurosamente sospeso sul bordo dell'abisso, e di conseguenza la sua identità si basa sulla distruzione dell'altro, sul rovinare il mondo, sul fare del male a ciò che è fuori di sé, sulla cancellazione del diverso, sull'appropriazione violenta della vita degli altri.

4. Egli o ella utilizza la strategia del denigrare, mimetizzandolo sotto forme di umorismo all'inizio, poi sempre più direttamente e apertamente. Mette in dubbio le qualità, le competenze, la personalità degli altri: critica fingendo indifferenza, svalorizza e giudica.

Egli o ella convince gli altri che devono essere perfetti, che essi non possono mai cambiare opinione, che devono sapere tutto e rispondere immediatamente alle sue esigenze e alle sue domande.

Egli critica e denigra chi non la pensa come lui, o peggio ancora osa contrastarlo, di un uomo (uno dei tanti) che lo aveva cacciato perché insidiava sua moglie disse che “ ha problemi psichici, soffre di gravi traumi, ed è posseduto da fantasmi”. Questo modo di fare ricorda la prassi sovietica, dove i dissidenti venivano rinchiusi negli ospedali psichiatrici...”chi non è d'accordo con noi può essere solo un malato, un pazzo”.

5. Egli o ella è indifferente ai desideri dell'altro. Non tiene assolutamente conto

dei diritti, dei bisogni e delle esigenze degli altri. È efficace nel raggiungere i propri scopi, ma è a scapito degli altri.

Di fatto, per lui l'altro non esiste, è solamente degno di disprezzo e odio.

6. Egli o ella cerca in tutti i modi di isolare la propria preda.
Semina zizania, crea sospetti, divide per meglio regnare e può provocare la rottura di una copia, di una amicizia.

“ Ha delle pretese, mi rimprovera, mi propone di passare molti week-ends insieme a lui quando sa che sono legata sentimentalmente a qualcuno, vuole dividermi dalle persone che amo e che tengono a me”. Tratto dalla testimonianza di un'altra donna.

7. Egli o ella dà prova di un egocentrismo forsennato. Non sopporta le critiche e nega ogni evidenza. È geloso. Scommette sull'ignoranza degli altri e fa credere alla propria superiorità.

Il suo narcisismo è estremo, amare se stessi è una cosa buona, qui siamo ad una forma di autismo, qualcuno parla del caso del perverso narcisista come di “psicosi bianca”. Ovvero una psicosi senza sintomi apparenti.

In un processo in cui è accusato di pedofilia e violenza carnale su una minorenne Orlando Treffen si difende così: "Ho usato tecniche kinesiologiche nel toccare la ragazza, io sono superiore e ho il diritto di fare ciò che sento, sono un grande taumaturgo!". Il giudice non crede alla sua prosa e il Treffen viene condannato ed incarcerato.

8. Egli o ella è maestro/a nell'arte di colpevolizzare il prossimo.
Utilizza i principi morali degli altri per soddisfare i propri bisogni, fa leva sui valori di umanità, carità, generosità degli altri per fotterli meglio.

Dopo aver aggredito l'altro/a, quando questo/a si ribella la si fa sentire in colpa per questo. Con donne altruiste, materne e generose, questo funziona benissimo. “Sono io la cattiva, sono arrabbiata con me stessa”.

9. Egli o ella è incapace di rimettersi in causa, di porsi in discussione o di chiedere perdono (a meno che non stia mettendo in atto una tattica di mindfucking).

Come il Tartuffo di Molière, una delle caratteristiche madri di Orlando Treffen è l'ipocrisia, il falso devoto, lo psicologo deviato, l'Azzecagarbugli.

10. Egli o ella vive in uno stato di negazione della realtà. Il perverso narcisista predica il falso per sapere il vero, distorce la realtà e interpreta gli eventi secondo i propri capricci. Il suo discorso sembra logico e coerente mentre i suoi atteggiamenti, i suoi atti o il suo modo di vita rispondo ad uno schema opposto.

Negare sempre e comunque qualsiasi tipo di responsabilità significa togliere ogni legittimità alla realtà oggettiva, e dare valore solo al proprio mondo interiore (illusorio e fatto di proiezioni, ma adatto a giustificare la violenza su ciò che non è se stesso.)

O ancora è lo psicologo che in pubblico parla di empatia, umanità e terapia e poi stupra le clienti nel proprio studio.

11. Egli o ella fa il doppio gioco: il perverso narcisista si mostra carino, brillante, seduttore – o addirittura altruista – per la facciata sociale; tirannico, scuro e distruttore in privato. Quando gli risulta utile fa complimenti per compiacere la propria vittima, fa piccoli regali, o diventa improvvisamente disponibile.

Una persona, vittima di stalking da parte di Orlando Treffen, fa un sogno rivelatore. “Un bellissimo castello settecentesco, con domestici in livrea, al piano di sopra, ed un inferno di violenza sotto, in caverne e miniere, dove uomini inferociti, demoni e orchi premono minacciosamente sui cancelli per invadere tutto e scatenare un'orgia di violenza collettiva. L'unica soluzione è andarsene per sempre da questo luogo di follia distruttrice. Uscire dal castello e da tutta la realtà che rappresenta”. È un esempio di sogno lucido, in cui il perverso narcisista viene smascherato dal Sé profondo della sua vittima. L'istrione persecutore si presenta bello e buono, ma il subconscio dell'interlocutrice percepisce l'orrore e l'inganno dietro la facciata perbenista.

12. Egli o ella è ossessionato dall'immagine sociale.

È la sua maschera, Dottor Jekyll e Mister Hyde. Usa la psicologia per ingannare e manipolare, la kinesiologia per abusare fisicamente di donne e minorenni, la cultura

per gettare fumo negli occhi degli altri.

13. Egli o ella usa con grande abilità la retorica: il dialogo per risolvere il conflitto (da lui innescato) gira a vuoto.

Il perverso narcisista usa altre tattiche per ingannare il prossimo, rendendo ardua la decodifica delle proprie mistificazioni. Egli o ella non comunica chiaramente i propri bisogni, sentimenti, idee e richieste.

Cambia le proprie opinioni, comportamenti, stati d'animo a seconda delle persone o delle situazioni.

Invoca ragioni logiche per mascherare le proprie mire. Minaccia in maniera subdola o ricatta apertamente.

Gesù fustiga e condanna l'ipocrisia, la sapienza falsa, la devozione solo esteriore e formalistica dei farisei.

14. Egli o ella alterna il caldo e il freddo, padroneggia l'arte di saper fin dove andare, fin dove spingersi. Utilizza sovente l'ultimo momento per chiedere, comandare o fare agire gli altri.

Una donna che ha conosciuto Orlando Treffen lo definisce così:

“Lui è calcolatore, logico, vuoto, sistematico ed usa il vittimismo per ottenere ciò che vuole”.

15. Egli o ella è psicorigido.

Abbiamo già visto che questo soggetto presenta una struttura caratteriale e muscolare rigida, autoritaria, “ghiacciata”.

16. Egli o ella soffre di ansia profonda, non sopporta il benessere, la felicità del proprio partner, o della sua vittima del momento.

Di fronte alla decisione di una donna di non vederlo più, per poter vivere felicemente e serenamente il proprio rapporto sentimentale, egli le scrive: “Hai torto, sei una vigliacca, hai paura di restare sola”.

In realtà lasciare un perverso narcisista come lui è la scelta più sana che una persona possa fare!

17. Egli o ella risente il bisogno compulsivo di rovinare ogni gioia attorno a lui.

Criticare, umiliare, aggredire, disprezzare, violentare,... in un seminario di kinesiologia applicata da lui tenuto, il personaggio ha talmente *abusato* delle persone

e si è comportato in modo violento che solo una è rimasta fino alla fine del corso.

18. Egli o ella inverte i ruoli e si fa passare per la vittima.

Qui siamo nel paradosso. Il pedofilo si dice vittima della reazione e delle denunce degli esseri che ha violato. E lo stalker è sorpreso se qualcuno osa dirgli di smettere di tormentare ed aggredire gli altri, lui diventa la vittima delle maldicenze di cattivi soggetti.

Egli scarica la propria responsabilità sugli altri, non riconosce le proprie colpe, è la banalità del male descritta da Hannah Arendt. Il carnefice si sente normale.

19. Egli o ella utilizza ingiunzioni paradossali e contraddittorie: la vittima perde i propri punti di riferimento, il suo spirito diviene confuso, anche quando è dei più brillanti. Possiamo parlare di un vero e proprio "dirottamento dell'intelligenza".

Il perverso narcisista mente.

“È insopportabile, litigo sempre con lui, vivo con lui un rapporto vischioso, insano.”

Però questa persona continua a vederlo. È la sindrome di Stoccolma?

Con l'espressione Sindrome di Stoccolma si fa riferimento ad uno stato psicologico particolare che si manifesta in seguito ad un episodio violento o traumatico subito da qualcuno, ad esempio un sequestro di persona o un abuso ripetuto. Il soggetto affetto da questa sindrome durante l'abuso o la prigionia, prova un sentimento positivo, fino all'amore, nei confronti del proprio carnefice. Si crea una sorta di alleanza e solidarietà tra la vittima e il suo aguzzino.

20. Egli o ella prova un sollievo meschino e morboso quando l'altro è schiacciato dal dolore, dall'umiliazione della sconfitta.

Egli o ella produce uno stato di malessere o un sentimento di non-libertà, una sensazione di essere in trappola.

Fare del male agli altri è una necessità “fisiologica”, psicoenergetica per ogni perverso narcisista, pena la depressione o altre forme di disperazione.

21. Egli o ella trasmette i propri messaggi tramite altri o attraverso intermediari.

Orlando Treffen ha usato la moglie per farsi ospitare due giorni da una famiglia, sapendo che alla moglie non sarebbe stato opposto un rifiuto.

22. Egli o ella fa fare agli altri delle cose che molto probabilmente non avrebbero mai fatto spontaneamente, di propria iniziativa.

Ecco alcune frasi tratte dalla testimonianza di una donna che si è liberata dal mindfucking di Orlando Treffen:

“Con la scusa di suoi dolori immaginari egli mi vuole spingere a tradire la parola data (di non vederlo più).

Il delirio, la follia è che è uno psicologo!

Dorme spesso da me, arriva a tutte le ore, è pieno di pretese e ricatti. Mi controlla, mi pedina e mi minaccia.

Ho paura che sia lui al telefono. Ha manomesso il mio computer.

È ossessivo e possessivo, mi bombarda di mail, telefonate, sms...sono comportamenti da stalker. Mi costringe a fare un trekking con una storta alla caviglia.

Sono obbligata a fare delle cose contro la mia volontà.”

La storia di un'altra giovane donna è esemplare: "Una ragazza è costretta a giocare una partita di pallavolo con un ginocchio malandato, che poi si è spezzato ...e il Treffen senza il minimo rimorso ad inveire contro la giovane sportiva: "è colpa tua,non hai volontà, non hai applicato bene e con convinzione i miei programmi....!!!!!!".

Insomma l'unica cosa in cui è maestro Orlando Treffen è lo stalking.

Il termine *stalking*, e quindi di *stalker*, deriva dal verbo *to stalk* nel significato di "camminare con circospezione", "camminare furtivamente", "colui che cammina in modo furtivo", indicante anche il "cacciatore in agguato".

Qui, nel caso del Treffen però il termine assume significato negativo.

Stalking è un termine inglese qui inteso per indicare una serie di atteggiamenti tenuti da un individuo che affligge e tormenta un'altra persona, perseguitandola e generandole stati di ansia, angoscia e paura, che possono arrivare a comprometterne il normale svolgimento della vita quotidiana.

Il termine *stalking*, suggerito dalla letteratura scientifica specializzata anglofona in tema di molestie assillanti, intende indicare quindi un insieme di comportamenti molesti, ripetuti e continui, costituiti da ininterrotti appostamenti nei pressi del domicilio o degli ambienti comunemente frequentati dalla vittima, ulteriormente reiterati da intrusioni nella sua vita privata alla ricerca di un contatto personale per mezzo di pedinamenti, telefonate ossessive, oscene o indesiderate, invio di sms, fax o altri messaggi.

Come difendersi dal mindfucking

Le strategie



Qui di seguito vengono proposte alcune tecniche di difesa dal mindfucking.

1) Informazione preventiva.

Conoscere le tecniche e gli approcci della manipolazione e i loro meccanismi.

Questa conoscenza porta più autocontrollo nella vita, e permette alla persona di portare il locus of control all'interno del proprio Cerchio di Vita, invece che lasciarlo all'esterno.

Nelle scienze psicologiche, il termine di derivazione anglosassone Locus of control (luogo di controllo), indica la modalità con cui un individuo ritiene che gli eventi della sua vita siano prodotti da suoi comportamenti o azioni, oppure da cause esterne indipendenti dalla sua volontà.

Sono state individuate due tipologie di locus of control:

- **Interno:** che è posseduto da quegli individui che credono nella propria capacità di controllare gli eventi. Questi soggetti attribuiscono i loro successi o insuccessi a fattori direttamente collegati all'esercizio delle proprie abilità, volontà e capacità.

- **Esterno:** posseduto da parte di coloro che credono che gli eventi della vita, come premi o punizioni, non sono il risultato dell'esercizio diretto di capacità personali, quanto piuttosto il frutto di fattori esterni imprevedibili quali il caso, la fortuna o il destino.

Buone pratiche per aumentare il proprio potere personale e una sana autodeterminazione sono l'approccio umanistica di Carl Rogers, lo sciamanismo urbano, la meditazione, la bioenergetica, il viaggio estatico alla ricerca della guida interiore spirituale, la danza degli Orishas, la ricerca di visione nella wilderness.

2) Consapevolezza. Sviluppare la Mente del Buddha.

In ogni processo di Mindfucking la vittima è, ad un qualsiasi livello, consenziente. Ora, uno dei meccanismi più insidiosi è che nel tempo le persone tendono ad identificarsi in ciò che vivono e nell'immagine di se stessi che la routine rimanda loro. Così la donna maltrattata si identifica nel suo ruolo e non ne esce più. Essa potrà sapere tutto di psicologia familiare o di terapia di gruppo, ma finché non si renderà conto di essere lei stessa a mantenere stabile la sua situazione, non potrà in alcun modo modificare il suo disagio, né migliorare la propria qualità di vita.

Rammentando le dissonanze cognitive, si vede che le persone preferiscono modificare alcuni dati di realtà piuttosto che affrontare conclusioni che non gradiscono.

È essenziale la capacità di osservarsi con distacco analitico, di mantenere vigile la consapevolezza e di evitare, almeno con se stessi, di nascondere o modificare i dati di fatto che ci circondano.

Attenzione ai veleni mentali! Odio, ignoranza, paura, orgoglio e avidità.

Ricorda: essere intelligenti non aiuta ad evitare il mindfucking.

Intelligenza non è uguale a consapevolezza.

La consapevolezza è osservazione critica di se stessi ed individuazione dei meccanismi che ci portano a compiere determinate scelte di valori e mettere in campo i relativi comportamenti.

Se vogliamo, possiamo esprimere il Buddha che vive dentro di noi come un seme in attesa di germogliare.

Ma come possiamo definire – sia pure approssimativamente – l'Illuminazione del Buddha?

L'illuminazione o risveglio è spesso descritta come un'esperienza nella quale si "vedono" le cose come sono realmente e non più come esse appaiono. Aver raggiunto l'illuminazione significa aver visto attraverso la fuorviante trama di illusione e ignoranza, e attraverso l'oscuro velo della comprensione abituale, la luce e la chiarezza della verità stessa. Il termine illuminazione solitamente traduce la parola sanscrita, pāli bodhi che significa "saggio, intelligente, pienamente conscio". Di conseguenza, bodhi sta anche a indicare una certa "luminosità" della coscienza individuale. E qui come non pensare alle aureole dei Santi? O alla bolla energetica dei mistici andini? È legittimo sostenere che il nucleo centrale di ogni iniziazione, conversione, illuminazione provenga dal Grande Spirito, che è uguale per tutti.



Buddha Ratnasambhava, nel mudra della generosità.

3) Due passi indietro. Il volo del Falco.

Osservo dall'alto la situazione che vivo. Faccio un passo indietro rispetto alla situazione emotiva che sperimento, e un ulteriore passo indietro rispetto alla spiegazione razionale data d'impulso.

Nella fase successiva osservo entrambe le mie percezioni (emozione più razionalizzazione).

Questa strategia è molto utile quando ci si trova di fronte ad attacchi di mindfucking in cui viene creato disorientamento e confusione (lavavetri agli incroci, predicatori religiosi, venditori d'assalto, politici...).

Il potere del Falco è un totem carico di responsabilità, poichè abbiamo una visione a 360°.

Il Falco aiuta ad osservare in modo più distaccato la propria vita, da una prospettiva più ampia, aprendo nuovi orizzonti.

Da questo vantaggioso punto di vista siamo in grado di discernere gli ostacoli che impediscono di volare libero.

Il Falco ha sguardo acuto e cuore audace, perchè vola vicino alla luce di Nonno Sole. Aho! Così è!

4) Sarcasmo e ironia. Elegguà in azione.

Qui abbiamo a disposizione la forza e l'illuminazione dell'heyoka, del Coyote, di Elegguà, di Loki, Mercurio, Hermes,...divinità ed archetipi che fanno del riso, dell'umorismo, della satira e dell'arte dell'agguato armi a disposizione contro i mindfuckers neri.

Alcune efficaci tecniche sono:

- Dissacrare personaggi e storie che temevamo.
- Disinnescare con l'ironia le paure, le pressioni sociali ed emotive.
- Trasformare in caricature le figure nemiche.
- Criticare con la satira salace i sepolcri imbiancati.
- Irridere con fare buffo il potere.

Ridere annienta aspetti della realtà visti come assoluti, superiori, irraggiungibili...e riportarli a misura d'uomo, rendendoli così battibili.



Ma chi è Elegguà?

È l'orisha del movimento, della comunicazione, degli scherzi, della creatività, della generatività, della sessualità.

Ama fare cagnara, è il signore delle strade, messaggero degli dei, corriere di Olofi, un monellaccio. Apre e chiude i cancelli della fortuna e del Destino. Possiede le chiavi della vita, della morte e conosce le vie del Grande Mistero.

È anticonformista, indipendente, libero, un Mister No con i fiocchi.

Elegguà è coraggioso, intrepido e invincibile. Ci porta, ci accompagna, ci protegge oltre i confini dell'abituale, dello scontato e del prevedibile.

È la guida per gli esploratori dell'Ignoto.

Laroié Meu Pai. Axé.

Un bel esempio di visione diretta che squarcia i veli delle menzogne del potere è costituito dal racconto "I vestiti nuovi dell'imperatore".



I vestiti nuovi dell'imperatore (o *Gli abiti nuovi dell'imperatore*) è una fiaba danese scritta da Hans Christian Andersen e pubblicata per la prima volta nel 1837 nel volume *Eventyr, Fortalte for Børn* ("Fiabe, raccontate per i bambini").

La fiaba parla di un imperatore vanitoso, completamente dedito alla cura del suo aspetto esteriore, e in particolare del suo abbigliamento. Un re di narcisismo. Un giorno due imbrogliatori giunti in città spargono la voce di essere tessitori e di avere a disposizione un nuovo e formidabile tessuto, sottile, leggero e meraviglioso, con la peculiarità di risultare invisibile agli stolti e agli indegni.

I cortigiani inviati dal re non riescono a vederlo; ma per non essere giudicati male, riferiscono all'imperatore lodando la magnificenza del tessuto. L'imperatore, convinto, si fa preparare dagli imbrogliatori un abito. Quando questo gli viene consegnato, però, l'imperatore si rende conto di non essere neppure lui in grado di vedere alcunché; come i suoi cortigiani prima di lui, anch'egli decide di fingere e di mostrarsi estasiato per il lavoro dei tessitori.

Col nuovo vestito sfila per le vie della città di fronte a una folla di cittadini che applaudono e lodano a gran voce l'eleganza del sovrano. L'incantesimo è spezzato da

un bimbo che, sgranando gli occhi, grida: "ma non ha niente addosso!"; da questa storia deriverà la famosa frase:

« Il re è nudo! »

Ciononostante, il sovrano continua imperterrito a sfilare come se nulla fosse successo.

5) Avallo, approvazione, conferma.

Quando siamo sottoposti ad intenso stress, quando subiamo una pressione insopportabile, quando una figura che ha potere su di noi ci mette all'angolo, allora possiamo usare la carta dell'approvazione.

L'avallo crea un effetto paradossale di una confusione che poi, ad un certo momento, deve negare se stessa.

Il sarcasmo è ok. È molto efficace nello spezzare i doppi legami.

Il doppio legame (chiamato anche doppio vincolo, *double bind*) è un concetto psicologico elaborato dall'antropologo e filosofo Gregory Bateson, e ampiamente utilizzato in seguito da altri membri della scuola di Palo Alto e da moltissimi ricercatori delle etnoscienze.

Il doppio legame indica una situazione in cui la comunicazione tra due individui uniti da una relazione emotivamente rilevante, presenta una incongruenza tra il livello del discorso esplicito (verbale, quel che vien detto) e un altro livello, detto metacomunicativo (non verbale, gesti, atteggiamenti, tono di voce), e la situazione sia tale per cui il ricevente del messaggio non abbia la possibilità di decidere quale dei due livelli ritenere valido, visto che si contraddicono, e nemmeno di far notare l'incongruenza a livello esplicito. Come esempio Bateson riporta l'episodio della madre che dopo un lungo periodo rivede il figlio, ricoverato per disturbi mentali. Il figlio, in un gesto d'affetto, tenta di abbracciare la madre, la quale si irrigidisce; il figlio a questo punto si ritrae, al che la madre gli dice: "Non devi aver paura ad esprimere i tuoi sentimenti".

A livello di comunicazione implicita (il gesto di irrigidimento) la madre esprime rifiuto per il gesto d'affetto del figlio, invece a livello di comunicazione esplicita (la frase detta in seguito), la madre nega di essere la responsabile dell'allontanamento, alludendo al fatto che il figlio si sia ritratto non perché intimorito dall'irrigidimento della madre, ma perché bloccato dai suoi stessi sentimenti; il figlio, colpevolizzato, si trova impossibilitato a rispondere.

L'avallo della colpa ingiustamente imputata svolge un ruolo catartico per entrambe le parti coinvolte, sciogliendo il persecutore dall'obbligo di proseguire la sua inchiesta e dando respiro all'interrogato.

Esempio: una persona viene ingiustamente accusata di aver rubato alcune mele in un orto, ad un certo punto ella esclama "Si avete ragione, ho portato via tre camion di

mele dal vostro orto!".

È una forma di Aikido, di judo mentale.

6) Rumore di fondo.

In inglese si dice *information flood* ("inondazione di informazioni").

Questa tecnica è stata utilizzata da alcuni partigiani catturati dalla Gestapo e viene usata abitualmente e spontaneamente dagli schizofrenici (l'insalata di parole), essa consiste *nel lasciare fluire emozioni e nozioni in ordine sparso per proteggere sia i propri sistemi di pensiero, sia eventuali informazioni che non si desidera rivelare. Viene creata una nebbia di parole e racconti.*

A fronte della pressante richiesta di informazioni specifiche vengono date tantissime notizie, false e veritiere, utili ed inutili...creando così una cortina fumogena.

7) Attenzione selettiva.

È una naturale selezione dei messaggi che riceviamo, focalizzando la nostra attenzione soltanto su un numero limitato di cose e reagendo alle altre con comportamenti meccanici di difesa o di indifferenza.

Così vengono evitati stati di overload ("sovraccarico") mentale, come ad esempio lo "stress da management" o il "burnout".

8) Rifiuto di relazione. Adesso stop!

Comportamento efficace, blocca forme di pressione che non vogliamo subire. È l'atteggiamento adeguato nel risolvere i problemi relazionali con un perverso narcisista, in quanto la speranza di poterlo cambiare stando insieme a lui è una illusione.

Adottando questa strategia, *il soggetto rifiuta di identificarsi nel modello che gli viene attribuito nella interazione.*

Si può fare in modo pragmatico, materiale (me ne vado, spengo la tv...) o interiore (analizzando e rifiutando mentalmente il messaggio di identificazione che gli viene fornito).

Elemento fondamentale in questa azione è *non imbarcarsi nella dialettica comunicativa*, poichè anche solo entrarvi implica "riconoscere" l'interlocutore, dargli una qualche legittimazione.

Il rifiuto di relazione può essere parziale o totale.

Rifiuto parziale è ignorare selettivamente alcune manifestazioni di altri (singoli o gruppi). Può risultare vantaggioso quando una forma di relazione rimane necessaria, come ad esempio mantenere un lavoro.

Il rifiuto totale è la scelta consapevole di ignorare/evitare ogni tipo di interazione con altri (sette, partiti, psicopatici, perversi narcisisti...) per evitare di vivere esperienze di inutilità, perdita di tempo e dannosità nella propria vita.

9) Mutamento di registro, cambio di passo, trovare il ritmo.

Consiste nel modificare il tono della comunicazione, facendo sì che essa veicoli un messaggio differente rispetto a quello desiderato dal manipolatore.

I cambi di registro possono essere espliciti ("io non sono come dici e la relazione non è quella che stai sottintendendo") o "sotto traccia" (di fronte ad un medico o guru o terapeuta si usano forme di autonomia, sarcasmo o attacchi alla sua sfera personale, allora i ruoli possono essere rinegoziati).



Io anarchico, con il fucile imbracciato di fronte al vecchio proprietario del latifondo, pretendo "un mutamento nella relazione", "nella identificazione con l'immagine" di me stesso che il sistema e i suoi rappresentanti cercano di continuare a fornire.

10) L'Opossum o il guerrigliero folle o l'artista surrealista.

"Fare il matto" o dare risposte apparentemente folli è utile a squalificare la comunicazione qualora essa diventi inaccettabile.

Serve a reimpostare la relazione. È efficace socialmente.

"Non si capisce mai se sta scherzando o dice sul serio".

L'Opossum è attore, istrione e stratega, abilissimo nel creare diversivi.

L'Opossum ha sviluppato una recita degna di un grande commediante: secerne a suo piacimento l'odore muschiato della morte, e questo, insieme alla sua magistrale interpretazione, disperde i nemici lungo le molte piste della confusione.

L'Opossum aiuta ad usare la strategia nel risolvere una situazione.

Le armi migliori da usare sono il cervello, la teatralità e il fattore sorpresa, questa miscela ben dosata permette di vivere avventure straordinarie e di superare ostacoli ritenuti montagne. L'impossibile diventa possibile.



Quinto Ennio è stato un poeta, drammaturgo e scrittore romano. È considerato fra i padri della letteratura latina, introdusse la satira a Roma.

Tutto ciò che riguarda il personaggio di Orlando Treffen è un'opera di fantasia. Quanto narrato, nomi, personaggi, istituzioni, luoghi ed episodi sono nel campo dell'immaginario e non sono da considerarsi reali. Qualsiasi somiglianza o riferimento con fatti, scenari, organizzazioni o persone, viventi o defunte, veri o immaginari è puramente casuale.