



# prendi in mano il tuo DESTINO

*«Impara a conoscere te stessa, chi sei davvero, da dove vieni. Mantieni aperta la mente, pronta a cogliere nuove possibilità, e lima il tuo Ego, fonte di negatività». Sono i consigli di Marco Cesati Cassin, ex manager con una vocazione alla spiritualità. Che ci esorta a realizzare il nostro Karma accettando gioie e dolori, pensando positivo, captando le vibrazioni e le energie dell'universo*

DI CARLOTTA VISSANI

**V**i siete mai chieste perché vi siete imbattute in una persona speciale proprio quando avevate deciso di non guardarvi più intorno? Ricordate il momento in cui avete preso la vita di petto, vi siete licenziate perché insoddisfatta, con tutta la fatica psicologica del caso, e vi siete poi trovate su sentieri più in linea con le vostre aspirazioni e capacità? E che cosa dire dei sopravvissuti a piccole o grandi tragedie che, nel momento del disastro, si trovavano altrove quando avrebbero dovuto essere lì dove tanti hanno perso la vita? Si tratta di destino o casualità? Probabilmente tutte ricordano il film *Sliding Doors*, con protagonista una giovane Gwyneth Paltrow. Nella pellicola di Peter Howitt si narrano due destini differenti per una stessa persona, cioè una ragazza che in un caso prende la metropolitana e nell'altro la perde per un soffio. Una frazione di secondo, una porta chiusa o aperta determinano il corso del futuro, roseo nel primo caso, funesto nel secondo. Diventa allora impossibile non chiedersi se quello che ci accade faccia parte di un progetto più grande di noi, di ►

cui siamo un minuscolo tassello, o se il libero arbitrio possa fare la differenza. Che cosa fare per cogliere quello che la vita ha in serbo per noi? Possiamo essere parte attiva della costruzione del nostro destino? Lo abbiamo chiesto a Marco Cesati Cassin, da oltre vent'anni ricercatore e studioso di fenomeni legati a coincidenze e sfera spirituale, autore di *Conosci il tuo destino. Interpreta, capisci e disegna la linea della tua vita* (Sperling&Kupfer, 16 euro).

## LA NOSTRA VITA È UN LIBRO GIÀ SCRITTO

**Comunemente quando parliamo di destino pensiamo a qualcosa di ineluttabile a cui non è possibile opporsi. Lei che visione ne ha?**

«La durata della nostra esistenza in questo mondo, proprio come i dolori e le gioie, so-

no elementi pre-esistenti. Non come già decisi o organizzati, ma come somma delle cause e degli effetti di tutto ciò che è accaduto prima, durante e dopo la nostra nascita. Personalmente credo nella reincarnazione e sono convinto che l'anima scelga dove venire al mondo in funzione delle sue necessità di evoluzione. Il destino di una persona, che abbia in sorte una vita lunga, piena e felice o, al contrario, un cammino irto di spine, è già contemplato dall'anima stessa. Ecco perché dovremmo fare pace col tempo, non permettere che il suo scorrere ci angosci. Non ha senso, il tempo che ci è concesso è già stabilito, tanto vale viverlo anziché piangere sulla rapidità con cui fugge».

## L'IMPORTANTE È PENSARE SEMPRE POSITIVO

**Lei affronta sia il tema del destino sia il tema del libero arbitrio. Generalmente chi crede al destino non crede al libero arbitrio e viceversa, come se una cosa escludesse l'altra.**

«Non si escludono, ma bisogna tenere presente che noi non siamo mai completamente liberi. Tiziano Terzani scrisse che il libero arbitrio esiste ma non per cambiare il destino, la direzione, perché quella è già decisa e resterà identica a se stessa, esiste per rallentare o imboccare strade secondarie. La maggior parte dell'umanità crede di muoversi liberamente ma di fatto vive condizionata da regole, leggi, usanze, obblighi morali dettati dalla società, dalla religione, dall'apparire nei confronti degli altri secondo certi codici.

**Il suo libro è permeato da un consiglio ripetuto più volte: coltivate l'amore e lasciate da parte l'Ego, fonte di negatività. Come rischiamo di compromettere il nostro destino se non investiamo energie per il bene del prossimo e del mondo che ci ospita?**

«Noi siamo composti da due figure interconnesse: l'Ego e l'Individuo. Il primo ci trascina verso la materia e le esigenze mentali e corporali della vita, il secondo ci eleva verso la spiritualità, l'essenza delle cose, la luce. Bisogna saper mantenere l'equilibrio tra le due parti. Il destino comunque non si compromette perché è già determinato, indipendentemente dalle nostre azioni che, però, sono fondamentali: sono prove, esperienze. Quante volte succede di chiudere una porta pensando di avere sbagliato? E invece grazie a quello sbaglio se ne sono aperte altre dietro le quali c'era un grande tesoro. Occorre avere pazienza e coltivare il pensiero positivo».

## OGNI GIORNO È PREZIOSO COME FOSSE L'ULTIMO

**Spesso si tende a confondere il destino con il fato. Qual è la differenza?**

«Destino e fato sono facce della stessa medaglia. Se il destino è dettato dalla conoscenza dei fatti, il fato lo è dall'ignoranza, dalla non conoscenza. Se sono un insegnante di paracadutismo so che svolgo un mestiere pericoloso quindi, se un giorno il mio paracadute non si aprirà, non potrò pensare che è una fatalità. Se uscendo da un edificio mi cade una tegola in testa è fatalità, non posso prevederlo anche se conosco il mio destino. È un esempio che ci insegna il senso del Qui e Ora, cioè alzarsi ogni mattina sapendo che ogni giorno è prezioso e potrebbe essere l'ultimo. Come scrisse il ►

poeta Fernando Pessoa: "Nasciamo senza saper parlare e moriamo senza aver saputo dire". Io chiedo spesso alla gente: "Hai detto a tua figlia, tua moglie, tua mamma, quello che hai nel cuore e che ti preme dire da

tempo o hai ancora posticipato?».

**Lei scrive che "è importante ricordare quotidianamente che siamo solamente di passaggio sulla Terra, non abbiamo stabile dimora e ogni condizione è provvisoria. Solo così il nostro destino potrà tingersi di serenità".**

«Per far sì che accada bisogna seguire il concetto di *panta rei*, tutto scorre. Non fermarsi, non portare inutili fardelli del passato. Vivere la vita come se fossimo in un film, perché è un film, goderla in ogni aspetto e momento della giornata. Alzarsi e ringraziare di esistere e di essere in salute perché troppo spesso diamo per scontate cose che non lo sono affatto. Vivere sapendo di essere di passaggio ci allontanerà dalle cose materiali, rendendoci più leggeri».

## IL DESTINO DEL BAMBINO LO PLASMA LA MADRE

**Dice anche che "spesso si va incontro al destino proprio sulla via che si era intrapresa per evitarlo". Cosa intende?**

«Se, per esempio, diventate consapevoli che l'uomo che avete sposato è quello sbagliato allora qualcosa, cioè l'Universo, interverrà affinché sia possibile cambiare strada. In questo modo crederete di essere finite sulla strada che volevate evitare, cioè lasciare vostro marito, ma è semplicemente ciò che doveva accadere. Bisogna saper ascoltare, mettendo a tacere l'Ego che blocca e impedisce di evolversi e lasciando che l'Individuo urla, invitandoci a darci una mossa. Soltanto a quel punto il nostro destino cambierà».

**C'è una parte del libro dedicata alla gestazione in cui si spiega quanto gli stati emotivi della madre possano influenzare il destino del nascituro. Credevo che se ne potesse influenzare solamente il temperamento...**

«Le cellule che compongono il feto sono generate dalla madre e hanno la memoria delle emozioni che lei stessa vive. Se una madre è infelice o in ansia, trasmetterà alla creatura in grembo le medesime sensa-

zioni proprio nel delicato momento della creazione degli organi vitali. In questo modo potrebbe alterare la loro funzionalità. Madre e figlio sono un tutt'uno e vivranno le medesime esperienze. La scienza afferma che i nostri geni si muovono a seconda del nostro stato emotivo. Lo scienziato Kazuo Murakami ha scoperto l'esistenza di un gene che si attiva dentro di noi e blocca una forma aggressiva di diabete, attraverso la risata. Pensare positivo aiuta a vivere sani, a cominciare dal feto».

## FELICITÀ È ACCETTARE GIOIE E DOLORI

**Lei punta anche sui condizionamenti della società, sul sistema che ci vorrebbe omologati. Come si lega il destino al contesto che abitiamo? E come fare, in buona sostanza, per far sì che il destino sia dalla nostra parte?**

«Lei parla di destino dalla nostra parte lasciando intendere così un destino fortunato. Ma noi raccogliamo le vittorie e le sconfitte delle nostre vite precedenti e di questa attuale, continuamente. Si chiama Karma. Il segreto sta nell'accettare ogni evento perché nessuno è immune da gioie e disgrazie. Se vi rendete conto che nella vostra vita qualcosa non va e vi sentite fuori posto bisogna cambiare linea, altrimenti resterete ingabbiati in quell'esistenza. Se proprio non ci riuscite significa che la vostra anima doveva fare quel tipo di esperienza. Nulla accade per caso. Una soluzione ce la dà sempre il pensiero. La capacità di pensare sempre allo stesso modo, per esempio decidere irrevocabilmente che si vuole cambiare città, metterà in moto una serie di avvenimenti che porteranno l'occasione di cambiare davvero città. È un concetto di vibrazioni ed energie che stanno dentro e intorno a noi ma di cui non avvertiamo l'esistenza. L'importante è non cambiare mai quella forma pensiero lanciata nell'Universo, così attirerà altri pensieri che vibrano in ugual modo e tutto muterà come abbiamo richiesto».