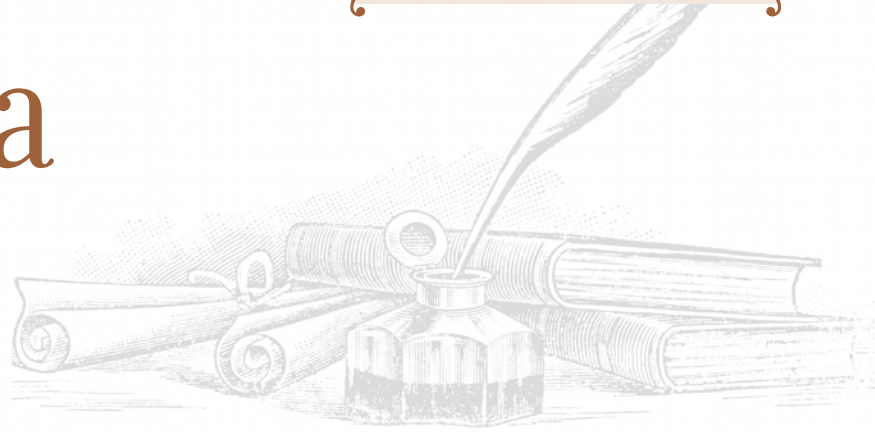


massimo DI nocera



LA MUSICA È LUCE

Sono venuto al mondo sano e pacifico, ma credo di aver capito molto presto che su questo pianeta tirava una brutta aria. Crescere nello spazio della provincia di Napoli è stata una bella prova: dura e crudele, ma anche poetica e viscerale. Svegliarsi al mattino, affacciarsi alla finestra e guardare il Vesuvio era qualcosa di incredibile, come lo era passeggiare sul bel lungo mare di Castellammare ricoperto di stupida immondizia e avere la certezza che il Paradiso era lì, ma inconsapevolmente lo deturpavano. A scuola era tutto uno schivare i figli dei camorristi che facevano pratica del mestiere dei padri nelle classi destinate a ben altra cultura. Ma tanto si marinavano le lezioni, e andare a zonzo tutta la mattina negli scavi di Pompei o a Sorrento era una formazione di gran lunga migliore.

Ho amato la musica da subito, tanto da renderla il centro della mia vita, iniziando a studiare la chitarra da ragazzino e associandomi a chi come me seguiva la stessa passione, formando i primi gruppi e avventurandomi nei primi concerti. Finito lo strazio della scuola superiore, arrivando al diploma per inerzia, mi sono ritrovato a dover affrontare un anno di militare nella Marina. Quei mesi persi a fare niente, in cui per la prima volta ero stato allontanato da casa e dagli amici, mi spinsero a guardarmi più in profondità. Cercai di spiegarmi la vita, tuffandomi nella lettura di testi religiosi e frequentando chi poteva condividere con me l'argomento. Iniziai acquistando un libro sul buddhismo che leggevo durante le guardie, ma era presto per quel tipo di linguaggio; così lessi il secondo Testamento, allora il Cuore si riprese un po'. Incontrai gli Hare Krishna e mi tuffai per un periodo nel loro mondo, ma l'idea di circolo chiuso mi disgustava.

Fortunatamente le canzoni e la scrittura raccoglievano come in un archivio i successi e le frustrazioni incontrate, celebrando le nuove visioni e salvandomi dalla disperazione e dalla follia. Più tardi conobbi la meditazione: un'amica mi prestò un libro di Osho, *La Bibbia di Rajaneesh*, poi ne lessi un altro e un altro ancora, e venni a conoscenza di un centro a Roma dove praticavano le sue tecniche e vi andai. Iniziai a sperimentare con la stessa passione con cui mi ero lanciato nella musica. Avvicinavo chi poteva insegnarmi e guidarmi in questo percorso e quello che trovai fu un caleidoscopio

di umana varietà, con i pregi e i difetti di sempre, ma anche con prospettive illuminanti. Ricevetti iniziazioni al Reiki e partecipai a trance dance, teatro-zen e meditazioni guidate in piccole e medie comunità in varie parti d'Italia. Quello che veniva insegnato spesso era filtrato da qualcuno che alla Luce aggiungeva le proprie ombre: mi ci volle un po' a imparare a trattenere quel che mi serviva e a lasciare andare il resto. Nel frattempo si altalenavano lavori di ogni sorta, volantinaggio, cameriere, operatore per un sito web, collaboratore in una casa famiglia e poi tanti gruppi musicali, frequentando locali, suonando nelle piazze, ai matrimoni, in associazioni culturali e piccoli teatri, e naturalmente amori ed esperienze... per dirla in breve: Vita. E la Vita mi portò in Sicilia, dove ho avuto una figlia di nome Vera e da lì, grazie anche all'incontro con le tradizioni del sud America, partecipando a ritiri sciamanici con un Carioca del Brasile, ho potuto rinnovarmi in una sorta di processo che continua a farmi evolvere.

La mia pratica spirituale è quella della Consapevolezza, del qui e ora.

Ci sono tecniche di trasformazione di cui continuo a servirmi, come le meditazioni attive di Osho, il Reiki, ma anche il canto e la danza nelle loro forme più catartiche.

La Natura è il mio grande Maestro.



Massimo Di Nocera è nato a Castellammare di Stabia (NA) il 3 ottobre 1974 e vive in provincia di Firenze. Dal 2009 insegna chitarra alla scuola Waldorf-Steiner della Romola, San Casciano (FI). Dal 2012 è docente a Prima Materia, scuola di musica

di San Quirico-Montespertoli (FI), dove impartisce lezioni di chitarra moderna e conduce un gruppo di musica d'insieme di approfondimento al pop e al rock. Da qualche anno pubblica liberamente le sue opere musicali e narrative sul web. // coda-della-luna.blogspot.com //

LA FORMICA CHE CREDEVA DI ESSERE DIO

di Massimo Di Nocera

Nel laboratorio di ricerca della Facoltà di Biologia c'era un puzzo di scaffali impolverati misto a quello degli studenti impregnati dagli umori delle loro camere doppie. La routine era quella solita, con il via vai di persone in cerca di un ruolo esistenziale da colmare con un dottorato o un buon voto all'esame. Si era fatto pomeriggio inoltrato e oramai la giornata andava scemando verso gli aperitivi nei bar della zona universitaria. Solo nel piccolo stanzino dedicato allo studio degli insetti era ancora al lavoro Marco, un ricercatore con contratto triennale a mille e cento euro al mese. Il giovane dottore si applicava allo studio del movimento delle formiche e a tale scopo si era costruito, con la collaborazione di un suo amico ingegnere aerospaziale, una tavolozza ad alta sensibilità sensoriale, una specie di touchpad estremamente suscettibile al tocco, capace, appunto, di tracciare persino il percorso di un insetto.

Utilizzando un formicaio artificiale posto ai margini della sua sensibile lavagna, Marco era intento a studiare le varie direzioni percorse dagli insetti in caso di ostacoli, presenza di cibo o pericoli. Una per volta le formiche venivano posizionate e lasciate libere di dirigersi dove volevano, mentre il novello scienziato prendeva appunti e studiava il tracciato che appariva proiettato sullo schermo del suo computer.

La sera era calata e la stanchezza si iniziava a percepire fin nelle ossa, ma restavano solo altri due campioni da analizzare per concludere la prima fase del lavoro, così Marco si decise a procedere a quello che doveva essere lo sprint finale di un esperimento che oramai andava avanti da sei mesi. Con cautela rimise al suo posto nel formicaio l'ultimo piccolo insetto testato, accuratamente isolato da due vetrini che formavano un corridoio a porte scorrevoli; poi lasciò uno spiraglio fra il primo e il secondo per permettere l'entrata di una nuova avventuriera a sei zampe. Fino ad allora era stato necessario eseguire questa operazione con molta velocità per evitare che un gran numero di formiche si riversasse fra i vetrini, ma questa volta solo una si era intrufolata e lo aveva fatto lentamente, mentre le altre rimanevano stranamente immobili. Questo era già insolito, ma lo fu ancor di più quando l'insetto si posizionò al centro dello schermo dal quale guardava stupito il ricercatore. Passò qualche minuto prima che la formica si muovesse di nuovo e quando lo fece il piccolo stanzino del laboratorio fu come proiettato nello spazio, in un'immensità senza confini.

Gli occhi di Marco erano fissi sul monitor quando dal tracciato poté leggere le parole:

IO SONO DIO

Ho fuso si disse, era tempo di andare a casa o a ubriacarsi, ovunque, ma doveva uscire da lì. Lasciò tutto com'era, il computer, le apparecchiature, la luce, si tirò dietro la porta e si tuffò di corsa per le scale, poi fuori dal cancello di ingresso e via per strada. Trovò qualche amico, era un po' sconvolto e glielo fecero notare, si rilassò bevendo una birra e chiacchierando di tutto e niente. Rincasò presto, doveva dormire, a stento si lavò i denti e crollò sul materasso. Il mattino arrivò presto, Marco aveva dormito male e qualcosa lo disturbava. Fece comunque colazione al bar sotto l'università, salutandoli tutti, ma era altrove con la testa; poi salì in laboratorio e anche lì i soliti convenevoli con i colleghi.

Si quietò solo quando riuscì a rientrare nel suo stanzino e vide tutto acceso come lo aveva lasciato la sera prima, con lo schermo del computer pieno di scarabocchi. Una formica solitaria passeggiava sul suo touchpad. Fu tentato di rimettere l'insetto fra gli altri, ma qualcosa lo fermò; allora liberò in fretta una scatola per le puntine da disegno e la sistemò lì. Si infilò la scatolina in tasca e uscì.

Passò la giornata al fiume, mangiando un panino e osservando la piccola amica formica gettarsi sulle briciole che gli faceva cadere intorno. Gli sembrava normale a guardarla, era tutto un avanti e indietro a zig zag: si poteva diventar matti sul serio a seguire quel ritmo frenetico. Si fece l'ora del tramonto e per un po' il giovane dottore rimase a osservare l'astro che calava dietro la collina. Poi si decise a tornare in laboratorio, ripetere l'esperimento e togliersi ogni dubbio. Era stato un brutto scherzo dello stress, si diceva, e ora bisognava andare avanti con la vita reale.

Arrivò quando per i corridoi dell'istituto c'erano solo gli addetti alle pulizie. Varcata la soglia del suo studio si chiuse a chiave dall'interno. Annotò tutto come da prassi, posizionò quello che doveva posizionare, controllò che tutto funzionasse regolarmente e infine, facendo un bel respiro, tirò fuori dalla scatola l'insetto.

Ebbe inizio l'esperimento. Questa volta Marco non aveva gli occhi fissi sullo schermo ma li spostava dal monitor al touchpad in attesa della normalità o dell'assurdo. E dopo pochi secondi l'assurdo lo distrusse, tutta la sua vita era ora a un punto di non ritorno, oltre la scoperta per puro prestigio accademico, oltre la struttura sociale della quale era parte, della filosofia, della biologia, oltre tutto il conosciuto. La formica aveva disegnato con il suo percorso un cerchio perfetto e ora stava immobile come a fissarlo. Allora l'uomo pianse, per un tempo lunghissimo, fino a

perdersi in un vuoto silenzioso, in una notte che era già una nuova vita.

Poi ripresosi si alzò dalla sedia nella quale era sprofondato, rimise l'insetto nella scatolina, se la infilò in tasca e uscì.

Alla fermata del bus lo sguardo scivolò su un adesivo religioso appiccicato a un lampione che proclamava: TUTTO È DIO. Era l'alba quando arrivò a casa dei suoi genitori. Si fece prestare la macchina dal padre per andare qualche giorno nella vecchia casa di campagna lasciatagli dal nonno. Un'ora dopo era già fra gli ulivi e le vigne in cui aveva giocato da piccolo nelle estati dell'infanzia, quando tutto il mondo era gioco.

Entrò in casa, c'era odore di umido, spalancò le finestre e il sole tornò a splendere.

Cercò fogli di carta, giornali vecchi, libri e una forbice. Trovato quello che cercava si mise al lavoro. In pochi minuti aveva davanti un alfabeto completo in piccoli quadratini di carta. Lo posizionò per bene su un tavolo, poi prese la formica dalla scatolina e la mise di fronte alle lettere. Implorante Marco iniziò a fare domande sulla natura umana, il destino, la vita e la morte. Lentamente l'insetto si avvicinava a una sillaba, poi a una vocale, mentre il giovane attentissimo prendeva appunti. Dopo pochi minuti l'insetto si fermò e sul taccuino del dottore si potevano leggere le parole: CUCINA UN DOLCE.

Questa volta tutto era di una follia esilarante, non di quella che urla disperata, ma dei matti che ridono per niente, ovunque e comunque. La formica fece per scendere dal tavolo e lui si adoperò per richiuderla nella scatolina.

Fece un lungo giro per la campagna, era primavera inoltrata e la natura offriva uno spettacolo di colori meraviglioso, fatto di api in cerca di polline sui fiori, di uccelli canterini che volavano di albero in albero e di migliaia di formiche che *facevano le formiche*, almeno in apparenza. E poi una lepre, orme di cinghiali, lucertole, falchi, corvi, merli, passeri, pesci nel lago, farfalle, mosche, cani, gatti. Quanta vita c'era tutt'intorno.

Si direbbe al paese, nessuno lo salutava perché era cresciuto ed erano passati molti anni, ma lui si ricordava di molti di loro. Entrò in drogheria, anche lì c'erano gli stessi di un tempo, moglie e marito, solo più bianchi e grigi. Comprò quello che credeva fosse il necessario per preparare una torta e se ne tornò a casa. Ci mise molto impegno, mescolò gli ingredienti, versò il tutto in una teglia e accese il forno elettrico, ma il risultato fu un disco piatto e crudo. Forse però la formica avrebbe gradito lo stesso, così apparecchiò nuovamente sul tavolo l'alfabeto e la torta e fece scendere l'insetto dalla scatolina. I movimenti furono veloci e Marco dovette affrettarsi a prendere appunti sul taccuino, ma non c'erano dubbi, il messaggio era: RIFALLA.

Come cavarsela e poi perché?

Fece per allontanarsi ma si ricordò della formica, allora prese una scatola più grande, di quelle da scarpe, e la mise lì in compagnia di un pezzetto di mela.

Uscì di nuovo, questa volta diretto al supermarket a qualche chilometro dal paese. Comprò da mangiare, qualche birra e un preparato per dolci istantaneo con il quale non avrebbe fallito.

Era già pomeriggio quando tornò alla casa di campagna e si cucinò qualcosa di veloce che mangiò mentre leggeva le istruzioni sul retro del preparato per pasticceria.

Poi si mise all'opera, fece tutto come ordinava la ricetta, ciò nonostante il risultato era mediocre. Si sottopose lo stesso alla prova e questa volta si organizzò con due bigliettini sul tavolo con le scritte *SI* e *NO*. Liberò la formica inclinando la scatola e il verdetto fu negativo.

Marco non era certo meravigliato della risposta, lo sapeva, iniziava a capire.

Se ne andò a passeggiare ancora per i campi, uscendo dalla proprietà di suo nonno e avventurandosi per i sentieri che nel percorrerli tornava a ricordare. Allora si delineò un'idea: passò per la terra di Carlo che aveva le mucche e prese il latte, poi andò dalla signora Teresa che aveva le galline e le api e che gli dette uova, miele e buoni consigli per cucinare le torte.

E poi su alla torretta dove macinavano ancora il grano a pietra, dove trovò Stefano, vecchio compagno di infanzia, che nel frattempo si era sposato e aveva avuto due figli. E così di posto in posto prima del tramonto fu di ritorno con le mani che reggevano un sacco carico di ben di Dio. Era felice, aveva una gioia e una purezza nel cuore come non gli capitava da quando era bambino.

Lieto si mise a preparare il suo dolce, ma questa volta accese il forno a legna. Il fuoco alimentato da fascine odorava di alloro. Finalmente era tutto pronto per infornare, l'attesa fu breve, le pietre erano ben calde, il profumo si sprigionò per tutta la casa, era pronto.

Rosso in volto di una vitalità ritrovata, Marco si sedette un po' in veranda a godersi le stelle e i suoni della campagna. Poi sereno se ne andò a dormire.

Il mattino venne dolce, la casa aveva ancora quel buon profumo della sera prima.

Il giovane fece colazione con due fette dell'ottima torta preparata, poi prese il restante e la scatola e si avviò per il campo.

Arrivato al pino sulla collina poggiò il dolce in terra e liberò la formica.

«Questo è per te» le disse, «grazie di tutto».

L'aria del mattino era fresca, la gioia gli riempiva il cuore e si sentiva di nuovo in pace con se stesso e col mondo. Lo sguardo ricadde sulla torta e una fragorosa risata gli salì dalla pancia, vedendo le centinaia di formiche che banchettavano col dolce ai suoi piedi. 🐜

ALCUNE CANZONI DI MASSIMO DI NOCERA

Rosa

Questo Fiore d'Amore
ci Risveglierà
nel profumo che muove
l'allegria che dà
ogni gesto dal Cuore
lei Rinascerà
per la Gioia della Vita
sempre Fiorirà
Rosa, Rosa
per un Mondo di Pace
non scordare mai
che una Rosa è una Rosa
e tu quel che sei
una Farfalla o una Viola
Vivi quel che hai
la Canzone più Vera
che ricorderai
Rosa, Rosa

Pink

Pink the trees in spring
Pink your toffee skin
Pink a sweet dream
Pink the Rainbow sings
Save the quite rose
Morning has broken
Color of a Flower
Pink Pink Pink

Canto Cuore

Dolce Canto Luce
è un suono che passa e si traduce
in Armonia
Canta che fa luce
è Amore che Cura
e ci procura
il Canto del Cuore
che fa luce
è un suono che passa e si traduce
in Armonia
Canta che fa luce
è Amore che Cura
e ci procura
il Canto del Cuore
Cuore Cuore

Su www.jamendo.com/it
cercando Massimo Di Nocera
è possibile ascoltare e scaricare
gratuitamente le sue canzoni.

Sì

Oggi c'è un bel cielo tutto azzurro
le aquile che volano lassù
siedo sotto un albero e respiro
canto quel che più mi piace qui
di sì, di sì, così, di sì
questo vento dolce è una carezza
sento sulla pelle amami
vedo dondolare i miei pensieri
non c'è fretta resto un poco qui
di sì, di sì, così, di sì
l'universo è come una vacanza
la natura canta pura gioia
camminare è come una danza
ritmo e armonia tutto qui
di sì, di sì, così, di sì
le campane suonano la vita
questo suono viene a prendermi
e la terra dona un caldo abbraccio
vuole che ci divertiamo qui
di sì, di sì, così, di sì...

VEGLIA DI CANTO E PREGHIERA

con Massimo Di Nocera

In molte tradizioni la veglia è considerata uno strumento di purificazione e centratura.

Ci accompagnamo in cerchio vestiti di bianco nelle ore notturne condividendo canti di diverse culture, ispirati alla Natura e all'Amore Divino. Il cuore della notte sarà dedicato al silenzio e all'ascolto di musica selezionata, ritrovandoci poi all'alba nuovamente a cantare e a celebrare la luce e la vita.

Chi volesse organizzare la veglia nella propria casa o centro, può contattare Massimo all'e-mail adultchild@gmail.com o al numero 329.4773983