



ETEREA

ACCADEMIA DI COUNSELING VIBRAZIONALE

LA LUCE, GUARIGIONE FISICA E SPIRITUALE

Relatore : Sabrina VAIANI

Candidata: Giusy MARRA



Ente di Formazione per Counselor Olistici Iscritto

Siaf Italia

Codici SC 119/12 e SC 120/12

## INDICE

PREMESSA	.....	2
INTRODUZIONE	.....	4
RINGRAZIAMENTI	.....	6
<b>1. LUCE , TRA RELIGIONE E MISTICISMO</b>	.....	7
1.2 MIKAEL OMRAAM AIVANHOV	.....	16
1.3 SANT'ILDEGARDA DI BINGEN	.....	20
<b>2. LUCE, TRA FILOSOFIA E FISICA</b>	.....	24
2.1 Fotoni	.....	29
2.2 Biofotoni	.....	31
<b>3. ANATOMIA SOTTILE</b>	.....	33
3.1 Corpi Sottili	.....	35
3.2 Canali	.....	45
3.3 Campi	.....	53
<b>4.TECNICHE ENERGETICHE</b>	.....	64
4.1 Crystal Mind	.....	69
4.2 Cristalloterapia	.....	77
<b>5. IL FUOCO – Simbolo di Luce</b>	.....	83
5.1 Prometeo e Chirone	.....	84
<b>6. LUCE E OMBRA – Opposti Apparenti</b>	.....	88
6.1 Il Viaggio nell'Ombra – Vassilissa	.....	92
<b>CONCLUSIONE</b>	.....	95

## PREMESSA

Spiegare perché abbia scelto di “impelagarmi” in un argomento tanto affascinante quanto illimitato come la Luce, nella consapevolezza di non poter in alcun modo riuscire a trattarlo nelle sue molteplici manifestazioni, è per me difficile da tradurre in parole, la stessa difficoltà che incontro a verbalizzare cosa abbia significato per me frequentare l’Accademia Eterea e diversi Seminari con gli insegnanti ( e non solo tali ) Sabrina, Marco e Loredana .....

Mi si perdonerà l’esempio atipico, che vado a fare, per cercare di rendere quanto detto sopra : sarebbe come dover riportare in tavola un cibo di una squisitezza rara ,nonché ricco di ogni nutriente, dopo averlo assaporato, incluso e assimilato a livello fisico ed energetico.

Questo paragone per cercare di far comprendere che non è stato solo un processo di crescita e di allineamento sul piano fisico, mentale ed emozionale ma una vera Trasformazione.

Grazie al Nutrimento giunto, dopo tanto cercare, mi sono permessa di entrare in contatto con la mia parte spirituale, in maniera libera e decondizionata, questo ha prodotto molto di più di un miglioramento sui tre citati piani, donandomi, innanzitutto, una vera trasmutazione della percezione di me, che è poi naturalmente divenuta la percezione del mondo esterno .

Sicuramente il contesto in cui stiamo vivendo da ormai un anno e mezzo, così potente e trasformativo a livello globale, ha avuto il suo importante peso specifico, poichè è proprio durante questo tempo, nel quale si sono sommati i problemi personali a quelli del collettivo a seguito della pandemia, che mi sono scoperta a pensare e visualizzare spesso la Luce come uno Scudo, un’oasi di benessere dell’Anima. e di conseguenza della mente e del corpo, nella quale

rifugiarmi e ricaricarmi, e da inviare, sotto forma di pensiero luminoso, a chi amavo, per includerlo e sentirlo vicino.

Senza darle nome o sembianze ma sentendola vibrare ogni giorno di più dentro di me ho iniziato così un bellissimo Viaggio, a ritroso potrei dire, che mi ha spesso fatto riempire di gioia il Cuore, constatando che le sensazioni che provavo non erano solo mie percezioni, ma risuonavano sia con i saperi dagli albori dei tempi che con le recenti e continue scoperte scientifiche.

## INTRODUZIONE

Pienamente consapevole della mia pochezza davanti all' infinita grandezza dell'argomento che desideravo discutere, ho cercato di mettermi semplicemente in cammino e, proprio come una viandante, mi sono fatta guidare dalla *Luce* stessa che mi ha fatto sostare, mossa dal piacere della conoscenza, più a lungo in determinati argomenti o che mi ha illuminato attraverso frasi o immagini che arrivavano per caso , facendomi spaziare in tematiche diverse che inizialmente non avrei pensato di affrontare.

E il compito più arduo è stato proprio quello di riuscire ad incastrare, come in un puzzle, quello che non pensavo dovesse poi divenire il presente lavoro: le letture , i seminari, gli appunti o gli spunti scritti su fogli volanti o nei posti più disparati in questi ultimi anni e tutto ciò che era già stato introiettato.

Ho cercato di riunire e creare un collegamento tra i vari capitoli, che vedono ovviamente sempre la Luce protagonista, in relazione via via ai vari argomenti trattati, che ho avuto il piacere di esplorare ponendomi senza pregiudizio e che mi hanno affascinato.

Ho usato anche dei miti e dei racconti, che mi appassionano da quando ero bambina, e ho cercato di trasporli nella nostra realtà, poiché mi piace pensare che quello che accade oggi è già stato narrato un tempo e che, imbevuti come sono di archetipi, andando oltre la semplice lettura analitica e sconfinando in quello che la mente razionale rifiuta come non catalogabile, si aprano nuovi scenari , come del resto è accaduto con la scoperta della doppia natura di corpuscolo ed onda della Luce.

A conclusione, ma non in ultimo come mio interesse, mi sono soffermata sul tema dell'apparente dualismo Luce ed Ombra, che

ritengo invece essere un potente strumento di crescita all'interno di un intrapreso processo evolutivo, dove si troveranno delle intuizioni e dei riscontri personali nell'ambito del lavoro di integrazione di questi due apparenti Opposti.

## RINGRAZIAMENTI

Prima di iniziare *la lettura* del presente lavoro mi sgorga spontaneo dal Cuore un immenso Grazie per il supporto, sia animico che materiale, a mio fratello Emanuele, senza il quale questo mio percorso non sarebbe stato possibile : mi hai fatto un Dono meraviglioso .

Ringrazio anche tutta la mia famiglia, perché, come prima di sei figli, è stata e continua ad essere una fantastica scuola di Vita che, grazie ai miei genitori, si fonda sui valori dell' Amore e del rispetto reciproco.

Un grazie anche a ogni Anima che ho incontrato sul mio Cammino, che mi ha permesso di entrare in contatto con la mia Essenza, al di là dell'esperienza vissuta con ognuna di loro , che sia stata fonte di gioia o dolore,

E ai miei figli Simone e Davide, grazie perché attraverso voi ho conosciuto l'Amore Incondizionato.



## **1. LUCE e RELIGIONE**

*“...L’ingresso della luce segna l’incipit assoluto del creato nel suo essere ed esistere.....Un evento sonoro divino, una sorta di Big bang trascendente, genera un’epifania luminosa: si squarcia, così, il silenzio e la tenebra del nulla per far sbocciare la Creazione....” ( Card. Gianfranco RAVASI - In occasione della cerimonia d’apertura, Anno Internazionale della Luce, UNESCO 19 gennaio 2015 )*

E’ evidente come l’Uomo, dalla sua comparsa sulla Terra, abbia riconosciuto alla Luce il ruolo di archetipo simbolico della Divinità, nella sua qualità di Creatrice e Fecondatrice della Materia, fino ai nostri giorni, dove, grazie alla fisica quantistica, si è arrivati alla comprensione scientifica di quello che originariamente veniva intuito nel profondo del Cuore: la Materia che noi percepiamo come tale altro non è che Energia di Luce condensata .

Senz'altro il Sole, essendo la rappresentazione primaria a livello percettivo dell'emanazione della Luce, sin dalla preistoria, ha svolto il ruolo fondamentale di archetipo della stessa, nelle sue manifestazioni visibili o della Divinità che ne esprimeva le qualità intrinseche nella trasposizione antropomorfa.

Se attraverso le incisioni rupestri di quasi 20.000 anni fa rinvenute nelle caverne, risalenti al Paleolitico, possiamo comprendere come questi antri fossero, oltre che un rifugio, anche una sorta di primi templi, dove venivano omaggiate le divinità che avevano la forma della Natura, sia per rendere grazie per il sostentamento che per allontanarne i pericoli, dal Neolitico, segnato dal passaggio alle prime costruzioni abitative, tramite l'uso del legno prima per le palafitte e delle pietre poi, ci giungono le tracce di vere costruzioni di templi e altari dedicati al culto del Sole.

Generalmente si trovavano vicino a sorgenti o corsi d'Acqua, altro elemento di rappresentazione della Vita, a testimonianza che già dagli albori, e senz'altro meglio che nei nostri tempi, gli uomini erano in grado di connettersi con le Energie della Natura e di comprendere dove queste si manifestassero in maniera più risonante.

Erano formati da enormi pietre messe in circolo, e sono stati denominati a seconda della forma:

Menhir , dal bretone “pietra lunga”, appunto lunghi parallelepipedi monoliti fissati verticalmente nel terreno, che sembra ormai certo che fossero legati al culto del Sole e della fertilità che esso rappresentava, per la caratteristica posizione delle facciate più ampie che risultano orientate verso l'est e l'ovest, alba e tramonto, in seguito utilizzati come segnali di demarcazione del territorio;

Dolmen , sempre dal bretone “tavola di pietra”, costituiti in genere da tre lastre di pietra conficcate nel suolo che avevano lo scopo di sorreggerne una quarta posta in orizzontale, quindi più vicini alla

rappresentazione di altari, destinati, presumibilmente, a riti sacrificali e a monumenti funebri.

Ipotesi avvalorate dal fatto che i Dolmen venivano posti in luoghi lontani dal paese, dove venivano svolte le ceremonie al tramonto, per propiziare il ritorno del Dio Sole considerato la Fonte della Vita . alla presenza del solo sacerdote che officiava e dei suoi assistenti;

Cromlech, dal gallese pietra e curvo “ *monumento megalitico della preistoria europea, formato da grosse pietre disposte a cerchio intorno a un'elevazione del terreno o intorno a un dolmen* ” ( Dizionario Garzanti )

Il Cromlech di Stonhenge, letteralmente *pietra sospesa da stone, pietra e henge, derivante da hang, suspendere*, risalente a circa 4.600 anni fa, è quello più famoso giunto fino ai nostri giorni e suscita le stesse perplessità di altri enigmi architettonici come la Piramide di Giza in Egitto o alcune costruzioni delle antiche civiltà mesoamericane, sia per l’ ingegneria architettonica che per le conoscenze scientifiche, che possiamo dedurre possedessero gli ideatori ,rispetto al periodo storico di appartenenza.

Ha le caratteristiche di un piccolo osservatorio astronomico e attira ancora oggi migliaia di turisti, per assistere alla nascita del Sole sulla cosiddetta Pietra del Tallone del Frate, nel giorno del Solstizio d’Estate.

Anche Isaac Newton si occupò del suo mistero, sostenendo che la disposizione delle pietre di Stonehenge rievocava la configurazione eliocentrica del nostro sistema solare e identificava i costruttori del sito negli eredi dei patriarchi biblici, depositari di un’antica conoscenza scientifica andata perduta.

I riferimenti storici al sito potrebbero risalire al I secolo a.C., e precisamente allo scrittore greco Diodoro Siculo, che ne farebbe riferimento nella sua opera Bibliotheca historica raccontando di

“ una magnifica zona sacra ad Apollo come tempio notevole adornato con molte offerte votive di forma sferica”, collocato oltre la terra dei Galli nell’isola chiamata “Hyperborea”( Stonehenge: le origini antiche dei misteriosi megaliti – National Geographic del 23 febbraio 2021 ).

Per gli storici quest’isola è la Gran Bretagna, mentre c’è discordanza sul tempio a forma sferica che per alcuni indica appunto il sito di Stonehenge, seppure trasfigurato nella religiosità classica con il riferimento al dio Apollo in luogo del culto del Sole, per altri invece la descrizione è più coerente con i “campi vespasiani”, una fortezza dell’età del ferro, distante poco meno di 3 km dal sito.

E’ interessante il ritrovamento nel Kansas di una costruzione simile, fatta però con robusti pali di legno, motivo per cui ha ricevuto l’appellativo di Woodhenge, appunto da wood= bosco, e datata intorno all’anno 1000 a.C.

Quella zona delle Americhe era abitata all’epoca dagli Hopewell, una delle tribù autoctone indiane, i quali avevano una visione panteistica del Mondo, con un Grande Spirito, appellato come Manitou, il Creatore della Vita, che si incarnava in ogni cosa, con cui ci si metteva in contatto tramite i sogni, le visioni e i rituali dello Sciamano, per cui sembrerebbe che il sito sia piuttosto una traccia dell’incontro degli stessi con le popolazioni mesoamericane, appartenenti alla definita area compresa tra l’America Centrale e Latina.

Ritroviamo infatti il culto del Sole in tutte le civiltà antiche, a testimonianza dell’invisibile filo che lega gli uomini nella ricerca metafisica, a dispetto della distanza fisica allora non ancora superabile.

Prendendo in considerazione le civiltà più rappresentative troviamo ad esempio che nell’antico Egitto sono presenti diverse teorie cosmogoniche, sorte con le varie tribù originarie, e in una di esse,

contenuta nel cosiddetto Testo Sacro delle Piramidi, al centro della Creazione è posto il dio solare Atum, che per primo sorse dalle acque primordiali e diede poi origine al Cielo e alla Terra.

Successivamente, con l'estendersi e l'unificarsi delle tribù in un unico regno, troviamo il culto di Horus, che affonda le sue radici nella preistoria africana, raffigurato con il corpo di uomo e la testa di falco e rappresentato in Terra dallo stesso Faraone.

Il Falco viene scelto a rappresentare il Sole sia per la sua maestosità nel volo che per il significato del suo nome “ il Distante”, per sottolineare appunto la distanza dell'astro dalla Terra.

A riprova della preminenza del Sole nel politeismo egizio, si ritrovano varie altre divinità associate ad Horus tra cui il culto di Ra, che lo sostituirà successivamente come massima divinità solare, in grado di viaggiare tra il mondo dei vivi e quello dei morti, mentre Horus diverrà il dio del Cielo, il cui occhio destro rappresenterà il Sole e quello sinistro la Luna.

Anche nell'antica Grecia il culto del dio Sole, Helios, viene successivamente affiancato e sostituito da quello di Apollo, che alla guida del suo cocchio si spostava da Oriente ad Occidente, trasportando appunto l'astro solare.

Così se Helios rappresentava proprio il Sole, ed era quindi visto lontano e irraggiungibile, ad Apollo potevano essere attribuite le qualità e le capacità derivanti dall'Illuminazione dell'intelletto, come protettore delle scienze nonché di tutte le forme d'arte che fanno risplendere la Bellezza.

Anche per i Maya il Sole era generatore della Vita che rappresentava con il suo ciclo giornaliero, quindi fonte di ordine e bene quando sorgeva e splendeva nel cielo, esattamente il contrario al tramonto, quando scompariva.

Tale Ciclo Nascita/Morte continuo è in relazione con la loro visione del mondo che, spiegato in maniera semplicistica, era composto da tre Regni: quello del Cielo, il Mondo mediano, che era abitato dagli uomini, e le acque scure del Mondo sotterraneo, tutti in continua interconnessione.

Anche per i Maya, oltre ad avere una propria rappresentazione iconografica, il Sole era associato spesso a forme animali che ne rappresentavano le qualità e ancora oggi, così come per l'egiziano occhio di Horus o di Ra, troviamo traccia del suo passato culto in oggetti rappresentanti l'Ara, ritenuto il volatile nel quale il Sole si incarnava per scendere sulla Terra a raccogliere le offerte degli uomini.

Spostandoci in Oriente, nel Giappone di più di 2000 anni fa, dove era presente l'autoctona animista religione shintoista, letteralmente la Via degli Dei, troviamo il culto del Sole ma, contrariamente all'Occidente, rappresentato da una figura femminile, la dea Amaterasu, che letteralmente significa proprio "la grande dea che splende nei cieli".

Amaterasu era considerata la dea da cui discendono tutte le cose nonchè, come nell'antico Egitto per il Faraone, la stessa famiglia imperiale, e questo fino alla fine della seconda guerra mondiale, svolgendo quindi, oltre che quello religioso, anche un ruolo politico per legittimarne l'autorità.

Tutt'oggi Amaterasu è protagonista di Manga e videogiochi, dove si esaltano i suoi poteri luminosi.

Rimanendo in Oriente troviamo la connessione tra suono e luce come principio cosmogonico nelle radici dell'induismo "l'arcaica teologia indiana dei Rig-Veda considerava la divinità creatrice Prajapati come un suono primordiale che esplodeva in una miriade di luci, di creature, di armonie" ( Card. Ravasi )

Nel buddismo, una delle religioni più antiche che ancora sopravvive ai nostri giorni, già nell' appellativo Buddha dato a Siddharta Gautama, ossia l'Illuminato, è racchiusa la fondamentale presenza della Luce dove assume però un significato più legato ad una evoluzione della Coscienza.

E' il Cammino della Liberazione che deve portare dall' Atman, la coscienza individuale, alla Chiara Luce, l'Illuminazione, dove Tutto è nel Vuoto di Tutto, perché è nel Vuoto che ci si riconnette con lo Spirito, che è Innato, cioè facente parte della natura umana, alla quale aggrega con il concepimento, e non ha né inizio né fine.

Contrariamente all' accezione occidentale, questo Spirito eterno non è un Dio Esterno, non è Creatore, ma può essere contattato unicamente in forma individuale nella Coscienza, ripulita dagli attaccamenti e dai desideri che sono al servizio della Mente, e fanno sprofondare l'Essere Umano nell'Illusione.

Non è presente la concezione di Salvezza del Sé, giacchè il Sé non esiste, ma la conquista ultima è la Compassione, ossia l'Amore per tutto e tutti, la Chiara Luce è dunque il Bene Universale.

Anche nell'Islam ritroviamo il simbolo della Luce, soprattutto nel XXIV Sura del Corano intitolato proprio La Luce , dove al versetto 35 viene definito Allah .. *“Luce dei Cieli e della Terra”* .... E ancora *“Luce su Luce”* ... versetto particolarmente trattato e interpretato dal Sufismo, la corrente esoterica dell' Islamismo.

Anche nella Kabbalah ebraica la Luce è all'origine della creazione :  
“*..l'Universo fu originato dal nulla, da un unico punto di Luce..*” e la Bibbia inizia e finisce con la Luce , aprendosi con il racconto della creazione:

*“Sia luce! E luce fu. Dio vide che la luce era buona; e Dio separò la luce dalle tenebre. Dio chiamò la luce «giorno» e le tenebre «notte». Fu sera, poi mattina: primo giorno”* (Ge 1:3-5) e chiudendosi , nella descrizione

dell'Apocalisse, con la nuova creazione, che avrà Dio stesso come Luce, Sole che non tramonterà:

*“Non ci sarà più notte; non avranno bisogno di luce di lampada, né di luce di sole, perché il Signore Dio l'illuminerà e regneranno nei secoli dei secoli” (Ap 22:5).*

Anche la scelta del Natale , per celebrare la nascita di Gesù, in coincidenza e sostituzione del rito pagano al dio Sole in occasione del Solstizio d'Inverno, introdotto dall'imperatore romano Aureliano nel 274 d.C., a scopi politici, proprio perché il culto del “Sol Invictus” accomunava i diversi popoli che formavano il vasto Impero romano, riporta all' attribuzione della qualità della Luce, incarnata dal Bambino, di illuminare l'oscurità delle menti e dei cuori degli uomini.

E sarà nel prologo del Vangelo di Giovanni, che il rapporto creativo tra la parola, la vita e la luce viene esplicitato :

*“..In principio era il Verbo, e il Verbo era presso Dio e il Verbo era Dio. Egli era, in principio, presso Dio: tutto è stato fatto per mezzo di lui e senza di lui nulla è stato fatto di ciò che esiste.*

*In lui era la vita e la vita era la luce degli uomini. (Giovanni 1, 1-4)*

E la Vita del Cristo sarà poi il riverbero della Luce che lui stesso dichiara di essere

*“...Io sono la Luce del Mondo ..chi mi segue non camminerà più nelle tenebre, ma avrà la luce della Vita...” ( Gv 8,12 )*

Sempre nel Vangelo, nella parabola delle dieci vergini che attendono lo sposo, ritroviamo il simbolismo della Luce nella lampada e nell'olio che non deve mai mancare per tenerla accesa, due simboli molto presenti nel linguaggio biblico, che ricordano l'invito di Gesù a essere luce del mondo, a non sprecare la vita, anzi ad essere gioia e luce per aiutare gli altri a ritrovare la direzione.

Attraverso i suoi insegnamenti il Cristo, come nel celebre “discorso della Montagna” invita a comprendere come la Luce sia parte integrante di ogni uomo”: «*Voi siete la luce del mondo ... Così risplenda la vostra luce davanti agli uomini*» (Matteo 5,14.16).

L'invito è quindi ad incarnare il Divino nell'umano nel cammino terreno, attraverso la cosiddetta Via Cristica, che simboleggia appunto il percorso che ogni Anima deve compiere passando dall'accettazione delle prove , ...” *Dio mio Dio mio, perché mi hai abbandonato ?*...,, alla resa, che non è arresa ma affidarsi ad una Volontà Superiore “...*Sia fatta la tua Volontà ....*” per ritornare alla Fonte di Luce originaria,

I mistici cristiani successivamente parleranno tutti di Luce, non nell'accezione di Luce Fisica creata il quarto giorno come descritto nella Genesi, bensì la Luce attraverso la quale il Mondo è stato creato.

Da San Francesco d'Assisi nel Cantico delle Creature, mirabile unione di spiritualità e poesia, dove si celebra l'immagine luminosa, potente, irradiante dell'Onnipotente con i versi :....”*Laudato sie, mi' Signore, cum tucte le Tue creature, spetialmente messor lo frate Sole...*  
*Et ellu è bellu e radiante cum grande splendore: de Te, Altissimo, porta significatione. ...”* a Sant' Agostino che nella sua Teoria dell'Illuminazione, similmente all' Innatismo di Platone, dichiara che nell'uomo sono già presenti verità che non sono soggette alla mutevolezza del mondo sensoriale, ma mentre per il filosofo greco tali verità derivano dal mondo delle idee, per Sant' Agostino le stesse vengono appunto rese comprensibili direttamente dalla Luce che Dio infonde nelle menti per consentire di apprendere.

Mi soffermerò ora sul pensiero di due figure che sono rappresentative in questo lavoro di ricerca sulla Luce come strumento di guarigione spirituale e fisica : Omraam Mikael Aivanhov e Sant'ildegarda di Bingen



## 1.1 OMRAAM MIKAEL AIVANHOV

Il filosofo e pedagogo bulgaro Omraam Mikael Aivanhov nasce nel 1900 e già dalla prima adolescenza manifesta un particolare interesse sia per i Vangeli e la figura del Cristo che per il buddismo, appassionandosi in seguito alla Scienza Iniziatica

A sedici anni vive la sua prima esperienza mistica che racconterà così "Tutto cantava... le stelle, le piante, le pietre, gli alberi, tutto cantava in un'armonia così grandiosa, così sublime che il mio essere si dilatava a tal punto che ho avuto paura di morire. Auguro a tutti voi di sentire, anche solo per qualche secondo, ciò che io stesso ho sentito, perché possiate avere una misura, un'idea di cosa è la vera musica..." (Conferenza del 19 aprile 1945).

Esperienza mistica che ricorda Pitagora che, secondo la tradizione, aveva il dono di sentire realmente la musica delle sfere celesti , la cosiddetta Armonia delle sfere, data dal suono prodotto dal moto dei pianeti e dalle stelle .

L'anno dopo arriva l'incontro con quello che diverrà il suo Maestro, Peter Denouy, medico e teologo, fondatore della Fratellanza Bianca, gruppo religioso esoterico, dove si fondono i principi del cristianesimo a quelli delle dottrine orientali.

Su invito del suo Maestro, che gli affida il compito di portare lì " la fiaccola" del suo insegnamento, si trasferisce in Francia, qualche anno prima dello scoppio della seconda guerra mondiale, dove subirà, nel 1948, una prigionia di due anni a causa di un complotto nei suoi confronti, smascherato dieci anni dopo.

Nel 1959 parte per un viaggio in India dove incontra i maggiori esponenti dello spiritualismo orientale, che riconoscendogli lo stesso livello evolutivo, gli tributano l'appellativo di Omraam, unione delle due potenti parole sanscrite Om e Ram.

Lo stesso Aivanhov spiegherà poi tale appellativo:

*"Il mio nuovo nome è Omraam Mikhaël. "Om": questo suono disgrega tutto ciò che è negativo; corrisponde al "Solve" della Scienza iniziatica. "Solve" rimanda le cose alla sorgente trasformandole in luce. Il suono "Raam" con le sue vibrazioni ha il potere di condensare, di coagulare le cose divine e renderle palpabili: è il "Coagula". Dunque in questo nome si trovano riuniti i due processi "Solve e Coagula".*

Tornato in Francia sarà chiamato spontaneamente Maestro dai suoi Fratelli e inizierà a tenere Conferenze gratuite in gran parte del Mondo, per diffondere la Luce dell'Insegnamento che illumina le menti e risveglia le Coscienze, fino al suo trapasso avvenuto il giorno di Natale del 1986.

Numerosi sono i libri che trattano dei suoi insegnamenti, editi dalla casa editrice Prosveta dagli anni settanta, tutti tratti dalle trascrizioni delle sue conferenze.

Nel pensiero di Aivanhov l'amore disinteressato, non egoistico, rappresentazione di tutte le qualità e virtù, è sempre presente ed ha la sua forma di espressione nel Sole e nella sua Luce.

Non si tratta certo del culto del Sole come visto precedentemente, poiché come lui stesso afferma :

*”...Fermarsi al Sole fisico, come fosse un idolo, significa ritornare alla mentalità dei primitivi, che adoravano le forze della Natura...”*(  
Pensieri quotidiani, 19 maggio 2008, Prosveta edizioni )

E troviamo più esplicito il suo pensiero nel libro Nuova Luce sui Vangeli ,Prosveta edizioni, dove si legge :

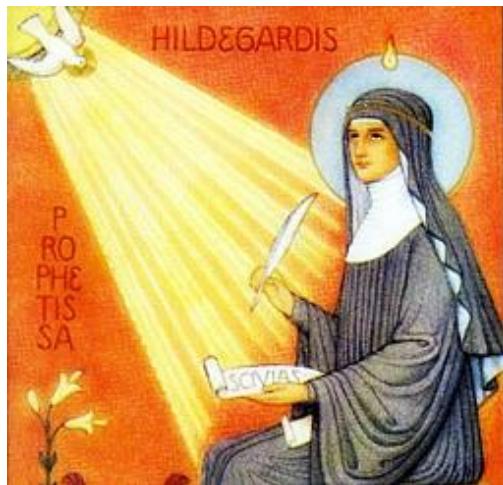
*“.....Il primo giorno Dio creò la Luce ..[ ], il quarto giorno creò il Sole, la Luna e gli astri. Dato che per noi la Luce viene dal Sole e dagli astri ci si chiede come abbia potuto crearli dopo la Luce. Ebbene, significa semplicemente che la Luce che egli ha creato il primo giorno non è affatto la Luce visibile che viene dai corpi celesti..”*

Per comprendere meglio questa affermazione fa l'esempio della lingua bulgara nella quale si usano due termini distinti per indicare la Luce : Svetlina, la manifestazione fisica, ossia la luce del quarto giorno e Videlina, la Luce Spirituale, ovvero la Luce del primo giorno Svetlina è quindi la manifestazione fisica della Luce sottile, cioè di Videlina, che si palesa e giunge a noi attraverso il Sole, che non è visto quindi solo come una palla di fuoco.

Aivanhov invita a lavorare con il Sole in quest'ottica, ricercando in esso la miglior rappresentazione di Dio, cogliendone, oltre che gli indiscutibili benefici fisici, quali calore, sintesi di vitamine, ecc.., anche e soprattutto i benefici interiori che, attraverso la sua contemplazione, fanno risvegliare per risonanza il Sole Interiore che vibra e palpita in ogni uomo, l'unico Luogo dove è possibile contattare la Divinità, la nostra natura solare, il nostro sé Superiore. Tutto il pensiero e gli insegnamenti di Aivanhov sono incentrati sulla Via Luminosa, attraverso la quale

*“.....anche se siete uno sconosciuto nella vita, voi potete diventare sublimi. E' l' idea, la direzione della vita, che può renderti inestimabile..”*

Possiamo quindi svolgere un lavoro ritenuto modesto o avere una vita insignificante agli occhi terreni ma, orientando la nostra energia verso un ideale, un fine spirituale, contattando e accendendo il Sole interiore, possiamo, in scala ridotta, diventare come il Sole, agendo in maniera disinteressata e impersonale, portando calore e conforto ai cuori di chi abbiamo vicino, aiutando a portare chiarezza e stimolando l'attività costruttiva.



## 1.2 SANT' ILDEGARDA DI BINGEN

Se, come abbiamo appena visto, Aivanhov ci invita all'uso della Luce principalmente per progredire nel percorso individuale di crescita e conoscenza di Sè per elevarsi spiritualmente, non trascurando i benefici che questo procedere apporta anche al corpo fisico, sempre considerato come non separato dall'Anima, attraverso i pensieri e gli insegnamenti di Ildegarda di Bingen, quest'Energia di Luce che pervade e anima ogni cosa, che lei chiamava Viriditas, diviene quella forza naturale, quel principio vitale che proviene dall'Alto e che mantiene la coesione tra anima e corpo, poichè guarire il Corpo e mantenerlo in uno stato di buona salute rientra in un processo di connessione con il Divino.

Ildegarda di Bingen ( 1098- 1179 ) entra in convento all'età di otto anni, e nonostante , come lei stessa afferma, non abbia ricevuto particolare istruzione, viene considerata "dotta" già dai suoi contemporanei, appellativo rinnovato e confermato nel 2012 da Papa Benedetto XVI che l'ha nominata Dottore della Chiesa.

La sua figura affascina ancora oggi oltre che come mistica, dotata del grande Dono delle canalizzazioni e della Visione, soprattutto come figura femminile che nel suo tempo , il XII secolo, spicca come donna

poliedrica e potente in molteplici aspetti: è badessa, teologa, medico, musicista e anche consigliera di papi e sovrani, un'anima decisamente evoluta al di là del personaggio storico che pure mantiene la sua rilevanza.

La sua è una scrittura visuale e potente esposta, per l'appunto, sotto forma di visioni che le provenivano, come lei stessa dichiara, da rivelazioni inviate dalla Voce o dalla Luce e la sua esperienza mistica, avvenuta all'età di *quarantadue anni e sette mesi* è descritta nel Liber Scivias, letteralmente "sci vias lucis" "conosci le vie della luce" dove scrive:

*"Si manifestò una Luce Ignea abbagliante che, venendo dal cielo che si era aperto, infiammò completamente il mio cervello e, come una fiamma che non brucia ma riscalda, dette fuoco completamente al mio cuore e al mio petto...E immediatamente diventai sapiente nell'interpretazione dei libri sacri..."*

Per Ildegarda, come per tutti i mistici, la Luce è l'essenza ultima di cui è fatto l'intero Universo, e nel suo pensiero prende il nome appunto di Viriditas,,il Principio Vitale, che possiamo ricondurre al Prana e Qi orientale, al *pneuma* , il soffio vitale che anima le forme dei presocratici greci, e che si esprime attraverso le Subtilitas, tradotte come "sottigliezze" che ne sono gli attributi.

Le Sottigliezze indicano quindi le specifiche proprietà, la codificazione in una forma precisa non solo dell'Uomo ma di ogni pietra, pianta, animale.

E proprio sull'uso delle Subtilitas si basa il suo concetto circolare di cura, che passa dall' utilizzo delle erbe e dei cristalli alla cura dell'alimentazione, all'ascolto attivo della musica, per giungere alla preghiera vista come punto di riunione con il Divino, perchè tutto il percorso di cura altro non è che tornare al punto iniziale, all'UNO.

Mi piace pensarla, e di fatto lo è, come una delle prime terapiste olistiche dell'occidente, poichè nel suo concetto di cura Corpo, Mente, Anima, Natura e Spirito non sono entità distinte ma semplicemente manifestazioni vibrazionali di diversi stati di coscienza, concetto molto "moderno" in base alle recenti scoperte della fisica quantistica.

La Luce, attraverso le sottigliezze, diventa il punto d'unione, il continuum tra dentro e fuori, tra Cielo e Terra, Uomo e Natura, che se mantenuti appunto in coerenza e armonia, portano alla guarigione, allo stato di salute

Come facilmente intuibile questa sua visione della cura ha molto in comune con la MTC e l'Ayurveda nonchè, per rimanere nell'Occidente dove la sua opera si compie, nel modello proposto da Ippocrate, che intende l'Uomo come un riflesso del macrocosmo nel microcosmo, pensiero che sarà condiviso e sviluppato da Paracelso, medico, alchimista e astrologo , nel XVI secolo.

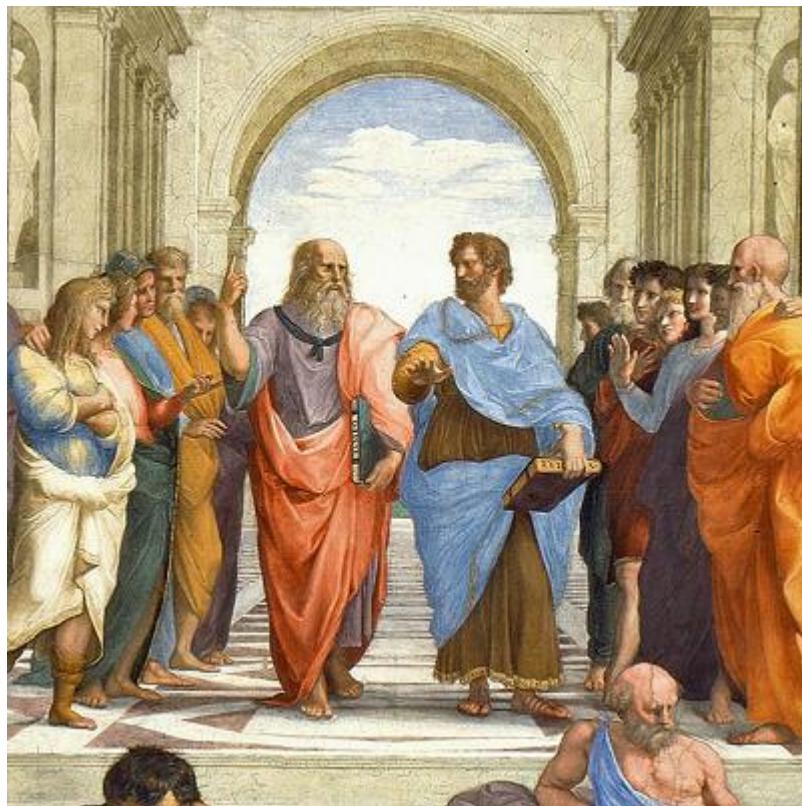
La cura proposta da Ildegarda possiamo definirla una cura "femminile" , infatti si pone con un approccio analogico, fatto di collegamenti, unioni tra dentro e fuori, intuizioni tra materia e spirito, al contrario dell'approccio tipicamente occidentale, "maschile", che prevede un intervento più razionale, quasi sempre esterno, una sorta di sostituzione all'intelligenza presente e innata in ogni organismo vivente , che non viene percepito come Unità , ma frammentato, e che tende all'annullamento del sintomo invece che alla sua comprensione che porti alla risoluzione del conflitto.

Nonostante la sua matrice cristiana possiamo accostare il suo concetto di cura, oltre che alle medicine orientali, come accennato, addirittura allo Sciamanesimo per due motivazioni: la capacità di entrare in uno stato alterato di Coscienza che le permetteva di stabilire un contatto tra Divino e Natura, per comprendere il

cammino verso la guarigione, e l'innata conoscenza profonda della Natura stessa e delle sue leggi in relazione all'uomo.

Quest'energia, questa Luce, questa Viriditas, insita non solo nell'uomo ma in ogni specie vivente e anche in quella materia che noi definiamo inanimata, come le pietre e i minerali, che sono largamente usati da Ildegarda come rimedi, la possiamo assimilare alla successiva e recente scoperta dei biofotoni, dal cui stato di coerenza, sembra ormai chiaro, derivi lo stato di salute.

Questa connessione tra pensiero filosofico, intuizioni mistiche e fisica sarà appunto l'argomento del prossimo capitolo



## 2. LUCE TRA FILOSOFIA E FISICA

*“Per trovare qualcosa che corrisponde alla lezione offertaci dalla teoria atomica dobbiamo rivolgerci a quel tipo di problemi epistemologici che già pensatori come Buddha e Lao-Tzu hanno affrontato nel tentativo di armonizzare la nostra posizione di spettatori e attori a un tempo del grande dramma dell’esistenza ( N.Boh- Atomic Physic and Human Knowledge, apg.20, trad.ita. Teoria dell’uomo e conoscenze umane – Torino, 1961 )”*

Sono sempre più numerose e riscontrabili le analogie tra il misticismo orientale, e non solo, e la fisica moderna che viene fatta convenzionalmente coincidere con la celebre formula  $E= mc^2$  al quadrato, ovvero l’Energia è uguale alla massa moltiplicata per il quadrato della luce, con la quale Einstein ci ha svelato che, veicolata dalla luce, l’energia si può trasformare in massa e la massa di conseguenza in energia, confermando tra l’altro quanto già affermato

secoli prima con Eraclito nel suo “panta rei”, tutto scorre, niente è immutabile, “nulla si crea, nulla si distrugge, tutto si trasforma”.

La Luce non rappresenta solo l'unico dato certo di questa equazione a livello matematico, ma si manifesta come l'assoluto che rende relativo tutto il resto, compreso Spazio e Tempo in quanto, a prescindere dall'osservatore, si muove sempre alla stessa velocità, ed è quindi l'unico elemento immutabile.

Superando la frattura tra pensiero razionale e verità mistica emerge una visione coerente del mondo, che si trova in armonia soprattutto con l'antica saggezza orientale, ma anche in quella dei primi pensatori greci, nel Sufismo così come negli insegnamenti toltechi. Ci concentreremo in questa sede sul pensiero orientale e occidentale, che più ci coinvolgono come radici culturali, che si differenziarono e allontanarono progressivamente quando in Occidente si cominciò ad affermare sempre più il pensiero razionale, mentre in Oriente le scuole mistiche continueranno a sostenere il filone principale del pensiero filosofico-religioso.

Come detto le recenti e continue scoperte della fisica quantistica ci stanno riportando ad una concezione del mondo sostanzialmente mistica, basandosi questa volta non su “intuizioni” ma su basi scientifiche, che appassionano senz'altro di più il nostro pensiero occidentale.

Anticamente scienza, filosofia e religione non erano separate in quanto il fine di tutte era scoprire la natura delle cose e il termine fisica, derivante dal greco, stava ad indicare appunto “lo sforzo di scoprire la natura essenziale delle cose”

Tale intento era perseguito nella scuola di Mileto, molto vicina alle filosofie antiche indiane e cinesi, i cui adepti erano per l'appunto definiti “coloro che pensano che la materia sia animata”, al punto di

non avere addirittura un termine per indicare la materia inerte, in quanto tutto veniva considerato dotato di vita e spiritualità.

Successivamente Talete sostenne che le cose sono piene di dei, mentre Anassimandro concepì l'Universo come un grande organismo alimentato da uno Pneuma ( respiro cosmico ), parimenti al corpo che è alimentato dall'aria.

Anche in Eraclito ritroviamo forte la visione “organicistica”, l'Eterno divenire, rappresentato dal Fuoco, dalla sua Luce, dal suo Calore, visto come il Principio Universale, vitale, divino a cui dette il nome di Logos, simbolo del continuo scorrere e trasformarsi, il Panta Rei già citato.

Il dualismo corpo-anima., mente-materia, porta alla formulazione del concetto di atomo, letteralmente *indivisibile* in greco, presente nella filosofia di Leucippo e del suo discepolo Democrito che tracciarono una ancora più netta separazione tra Spirito e Materia, immaginando quest'ultima passiva e inerte, se non animata da una forza esterna, e costituita da atomi sferici di natura ignea in movimento incessante, una prima visione meccanicistica dove viene esclusa qualunque finalità interna o esterna alla Natura.

Va detto che già nelle scritture induiste, più o meno contemporaneamente, nel 500 a.C., si fa riferimento agli atomi. Paramahansa Yogananda, nell' Autobiografia di uno Yogi, illustra la teoria atomica dell'esistenza di matrice induista, che definisce gli atomi come forme cieche insieme agli elettroni, con i quali formano i cosiddetti Vitatrioni, che sono animati dal Prana, ossia la forza creatrice vitatronica, l'intelligenza intrinseca asserendo che “*la Luce è proprio dietro la danza degli atomi del mondo fisico* “.

In Oriente, grazie alla citata cultura induista, una delle più antiche e complete nella storia dell'umanità, si proseguirà quindi sulle basi già poste , ossia la capacità di associare la radice scientifica e quella

spirituale caratterizzata dalla comune ricerca della verità universale e dell'Essenza Divina, attraverso l'integrazione delle discipline, senza rivendicare l'esclusività né del metodo né del percorso intrapreso, ma finalizzandosi allo scopo comune.

Nell'Occidente invece si comincia a delineare la separazione tra Spirito e Materia, che arriverà a concepire un Principio Divino al di sopra degli dei e degli uomini che sarà successivamente rappresentato, con l'avvento delle religioni monoteistiche, da un Dio personificato che sta al di là, al di sopra del mondo e che lo governa.

Si comincia a scindere, perciò, il pensiero unico di ricerca che aveva animato i primi filosofi fino ad arrivare al paradigma aristotelico, che divenne la base della concezione occidentale dell'universo da lì ai duemila anni successivi, fino più o meno a tutto il Medioevo, grazie alla condivisione dello stesso da parte della Chiesa Cristiana, soprattutto a scopo politico per legittimarne il potere temporale.

Aristotele infatti asseriva che i problemi riguardanti l'anima umana e la contemplazione del divino fossero più importanti delle indagini del mondo della materia e che quest'ultima poteva essere spiegata solo attraverso la teologia, che assurgeva quindi a unica fonte di verità, anche davanti all'evidenza empirica.

Solo nel Rinascimento ci si inizierà a liberare dall'influenza di Aristotele e della Chiesa e a riportare l'interesse verso la materia fino ad arrivare all'estremo opposto, come spesso accade, cioè al modello meccanicistico newtoniano, che dominerà il pensiero scientifico occidentale, riassumibile nella celebre frase di Cartesio “*cogito ergo sum*”, nuova netta separazione quindi, ma stavolta a favore del pensiero razionale.

Mente divisa dal corpo, conflitto tra volontà e istinto, nonché ulteriori suddivisioni in base a capacità, opinioni, stato sociale, hanno frammentato sempre più interiormente l'uomo e la sua

concezione del mondo esterno, che viene vissuto come una serie di oggetti ed eventi separati, anche la Natura diviene un elemento da sfruttare e la stessa umanità divisa in razze, gruppi religiosi, politici, tutto classificato e classificabile.

Così la separazione meccanicistica del mondo e la filosofia cartesiana, se da un lato hanno apportato benefici per lo sviluppo della fisica classica e della tecnologia, dall'altra hanno arrecato danni alla crescita della civiltà da un punto di vista prettamente umano e di perdita di contatto con il Sacro, il Divino.

La scienza del XX secolo, con l'introduzione della quantistica, inizia a superare la frammentazione e a recuperare l'idea di unità espressa nella prima filosofia greca e in quella orientale, per le quali tutto è interconnesso, tutto ciò che è percepito dai sensi, tutti gli eventi sono manifestazioni ultime della stessa realtà.

E questa riscoperta Unità va a combaciare con il fine ultimo delle varie scuole del misticismo orientale che è proprio diventare consapevoli pienamente dell'unità e dell'interconnessione di tutte le cose, come possiamo leggere già nell' Avatamsaka Sutra induistae precisamente nella parabola della Rete di Indra, scritta secoli fa, dove si narra che Indra, divinità protettrice delle Forze naturali della Vita, avesse esteso una rete senza inizio e senza fine sull'Universo, appendendo ad ogni nodo un gioiello a rappresentazione di un essere vivente.

Tutti i gioielli brillano e vibrano all'unisono, riflettendo la luce riflessa dagli altri e riflettendola a loro volta fino ai più lontani, quindi ognuno è diverso ma contemporaneamente interconnesso a tutti e tutti possono percepire la loro molteplicità nell'UNO.

*“Quando la mente è turbata si produce il molteplice, ma il molteplice scompare quando la mente si acquieta” ( Asvaghoṣa , monaco,poeta e filosofo indiano)*



## 2.1 FOTONI

Attraverso le scoperte scientifiche, soprattutto quelle della fisica quantistica si è arrivati anche alla “convalida” di quella che, come abbiamo visto finora, si è sempre intuito essere l’importanza della Luce, oltre che come riferimento spirituale, anche come elemento naturale, al pari dell’Aria e dell’Acqua, un vero e proprio potente strumento di guarigione fisica, e la scoperta dei biofotoni è in questa sede senz’altro quella che più ci interessa e coinvolge.

Comprendere scientificamente la natura della Luce è stata una sfida che ha dovuto necessariamente portare a uscire dalla visione meccanicistica, dalla forma mentale che non concede spazio all’esistenza di realtà diverse da quelle che non possiamo vedere, toccare, misurare.

Fu Max Plank, considerato il padre della meccanica quantistica, nel 1901, il primo a teorizzare i cosiddetti pacchetti di energia mediante i quali gli atomi emettono radiazioni, perfezionando l’intuizione di Maxwell che alla fine dell’800 aveva ipotizzato che la Luce fosse anche un’onda elettromagnetica e che, come tale, fosse in grado di interagire con la materia, capace quindi di estendersi in un’ampia

regione di spazio come onda o essere confinata in un volume molto piccolo come particella.

La teoria dei pacchetti di energia di Plank , cioè quantità di energia finita e discreta mediante i quali gli atomi assorbono ed emettono radiazioni in forma discontinua, proporzionalmente alla loro frequenza d'oscillazione, secondo una costante universale e non in forma continua, come sosteneva la teoria elettromagnetica classica. non fu accolta con clamore anche perché lui stesso la considerava più un'ipotesi, per spiegare determinati fenomeni, che una legge.

Fu Einstein nel 1905 a renderla scientificamente evidente, facendo capire allo stesso Planck che aveva compreso qualcosa che andava molto al di là della semplice occasionale applicazione a determinati fenomeni, dando il nome di quanti ai pacchetti di energia ed estendendo la formulazione della doppia natura della Luce a tutte le forme di radiazioni elettromagnetiche.

Questi quanti di luce, che dettero poi il nome alla branca della fisica detta quantistica, che non andrà a sostituire ma ad integrare la fisica classica, sono stati in seguito accettati come vere e proprie particelle di Luce alle quali è stato dato il nome di fotoni .

Il fotone è quindi l'unità di luce minima, la cui osservazione è possibile solo una volta poiché, nello stesso momento in cui viene osservato si annulla, se ne deduce che non è possibile *vedere* la luce, ma la *stessa luce è il vedere*



## 2.2 BIOFOTONI

La loro scoperta origina dalle ricerche scientifiche compiute da Alexander Gavrilovich Gurwitsch , che, nel corso di esperimenti con le radici delle cipolle, nel 1923, riuscì sia a fotografare la luce che esse emettevano, alla quale diede il nome di Campo Morfogenetico, giacchè le circondava assumendone la forma , sia a riscontrare che c'era stato un passaggio di informazioni cellulari tra le radici della cipolla trasmittente e quelle della ricevente.

Il biofisico Albert Popp, circa cinquant'anni dopo, confermò e approfondì le sue teorie, ampliandole grazie alla sopravvenuta scoperta del DNA, asserendo che ogni singola cellula che compone un organismo vivente emette, tramite il DNA, uno specifico segnale energetico che è paragonabile ad un'antenna elettromagnetica, questo segnale è appunto il Biofotone.

Il DNA, acido deossiribonucleico, contiene nella sua caratteristica forma a spirale formata da circa 10 miliardi di molecole, i cromosomi, ossia le informazioni genetiche necessarie per la sintesi delle proteine, che sono gli elementi costitutivi della base dell'identità degli esseri viventi, azione svolta più o meno dal 5% delle molecole

componenti, mentre il 95%, considerato inutile, è stato definito DNA spazzatura fino a poco tempo fa.

Nuove ricerche e studi hanno invece conferito a questa porzione trascurata un ruolo biologico fondamentale nel funzionamento dei sistemi viventi, che sarebbe proprio quello di ricevere e trasmettere i biofotoni, una sorta quindi di stazione ricetrasmettente dei messaggi guidati dalla Luce in tutti i processi cellulari.

Solo nel 2001 viene dimostrato che sono le leggi della fisica quantistica, invece che le leggi newtoniane, a controllare i movimenti generatori di vita della molecola, e che i modelli del DNA, trasmessi attraverso i geni, non sono fissati alla nascita come sostenuto dalla genetica classica, ma l'ambiente in cui viviamo, quello che mangiamo, lo stress o le emozioni più significative a cui siamo sottoposti, possono non solo modificare il modello base, ma, come scoperto dall'*epigenetica*, che letteralmente significa *controllo del patrimonio genetico*, possono essere trasmesse alle generazioni future, esattamente come i modelli di DNA, attraverso la doppia elica.

In ambito di un percorso di guarigione concepito in approccio olistico queste validazioni scientifiche non fanno altro che convalidare la bontà di pratiche usate da millenni o più recenti, considerate magari quasi magiche, che vanno a lavorare, invece, a interagire con i campi elettromagnetici.



### **3. ANATOMIA SOTTILE**

Come abbiamo appena visto ogni organismo vivente, intendendo anche quelli appartenenti al regno minerale definiti erroneamente materia inerte, emanano un campo energetico, una vibrazione che è portatrice di informazioni all'esterno e che da questo può riceverle, siamo quindi interconnessi con tutto quello che ci circonda, in un continuo e costante flusso.

Sembra allora ancora più evidente come l' Anatomia Energetica Sottile, giunta fino a noi dal sapere passato e perciò sempre intuita dall'uomo, acquisti una reale dimensione, al pari di quella fisica, e siano anzi le due interconnesse e cooperanti a livello di scambio di flussi energetici.

Anche in passato ci sono stati studi scientifici in grado di osservare e misurare attraverso i segnali elettrici e magnetici, e quindi documentare, l'esistenza delle varie strutture energetiche, e si sono anche costruiti macchinari che permettevano di interagire, soprattutto al livello di magnetismo, per correggere e riequilibrare le distorsioni che avevano portato all'alterazione dello stato di salute,

ma gli stessi sono stati ignorati o più spesso osteggiati, per motivi vari che non sono oggetto di interesse in questa sede,

Del resto può sembrare adesso banale come affermazione perché sono passati centinaia di anni dall'invenzione del microscopio, ma anche prima della sua costruzione il fatto che virus e batteri non si conoscessero perché non rivelabili ad occhio umano, non vuol dire che non esistessero e soprattutto se ne poteva intuire l'esistenza attraverso gli effetti che producevano.

Infatti il confine tra energia fisica e sottile, tra materia e luce, si fa sempre più labile in relazione alle sempre nuove ricerche scientifiche che dimostrano che tutto ciò che è energetico contiene informazioni e vibra.

La differenza tra organi fisici ed organi energetici sottili risiede quindi nel tipo di energia che viene elaborata, solo fisica o grossolana, cosiddetta non consci, i primi, anche energia sottile, consci, i secondi.

I centri energetici presenti nel nostro organismo hanno quindi la capacità di trasmutare i due tipi di energia citati e presiedono, ognuno nel proprio ambito anatomico energetico, al collegamento delle varie parti del corpo, a quello del corpo con il cosmo, nonché dei vari aspetti dell'essere , fisico, emozionale , mentale e spirituale

L' Anatomia Sottile è costituita da tre strutture fondamentali che sono: i campi , i canali e i corpi



### 3.1 CORPI SOTTILI

Alla base di questo sistema anatomico- energetico troviamo i Chakra, in sanscrito “ruota di luce”, i corpi energetici sottili più conosciuti, che sovraintendono a questo scambio di energie fisiche e sottili, attraverso un continuo processo di trasformazione.

Come abbiamo precedentemente visto l’Energia può essere assimilata come “informazione in movimento”, in relazione alla frequenza vibratoria ci saranno informazioni percepite dai centri energetici sottili ed altre ricevute a livello sensoriale e impattanti sulla realtà fisica.

Il sistema strutturale energetico dei chakra sembrerebbe risalire all’India di quattromila anni fa e, a seconda delle culture e delle tradizioni che lo hanno accolto e sviluppato, troviamo differenze nel loro numero, nel colore o nei suoni ad essi associati.

Nella concezione moderna quasi tutti concordano nel numero di sette principali disposti lungo il canale midollare della colonna vertebrale, dal coccige alla sommità della testa.

Ogni chakra vibra dall’interno del corpo fisico diffondendo informazioni verso l’esterno e da qui le trae elaborandole per essere

recepite, dette vibrazioni sono più lente nei chakra inferiori e diventano sempre più veloci salendo .

Variando quindi le frequenze di luce che emettono, nell'ambito dello spettro luminoso, assumono diverse colorazioni che vanno dalla porzione di infrarosso dei più bassi a quella degli ultravioletti dei più alti.

Non possiamo vedere i colori dei chakra perchè le onde del nostro cervello oscillano normalmente tra 0 e 100 Hz, mentre la banda di vibrazione dei chakra va dai 100 ai 1600 Hz, possono farlo i chiaroveggenti , che hanno sviluppato il dono di vedere l'Energia.

Ad ogni Chakra sono associati, per corrispondenza, simboli, suoni, pianeti, pietre, organi del corpo umano che influenzano, emozioni , ed ognuno ha il proprio corretto, quando in equilibrio, senso di rotazione, orario o antiorario, che è diametralmente opposto nella donna e nell'uomo, ponendo le basi per l'interazione e la fusione del maschile e del femminile.

Ad ogni Chakra è associato anche un Corpo Sottile, che tratterò dopo nello specifico, così come l'associazione con le pietre in relazione alla Cristalloterapia.

Partendo dal basso troviamo :

**Il I Chakra o Chakra della Radice ( Muladhara ),** situato nella zona del perineo, è di colore rosso, ha come simbolo geometrico il quadrato simboleggiante la Terra, il suono mantra associato è Lam, il pianeta è Saturno e la sua rotazione è antioraria nella donna e oraria nell'uomo, è collegato alle ghiandole surrenali, agli arti inferiori, alla colonna vertebrale e al sistema nervoso centrale.

In questo primo chakra troviamo l'Istinto di sopravvivenza, l'Anima Selvaggia, i bisogni primordiali.

Si può associare questo chakra al personaggio psichico del Portiere, che simboleggia il Custode del Tempio, ossia la consapevolezza di ciò che facciamo entrare nel corpo attraverso il nutrimento sia fisico che emozionale.

La paura è l'emozione negativa che blocca, o meglio contrae, il primo chakra, paura in contrapposizione all'istinto di sopravvivenza, che si traduce non nella paura della morte, ma nell'incapacità di discernere ciò che è sano da ciò che ci avvelena, sempre in rapporto al nutrimento che prendiamo dall'esterno.

Se in buona armonia quindi ci sentiamo in buona relazione con la Natura, sia a livello fisico che mentale, e manifestiamo una sana vitalità e sessualità.

Se in eccesso ci sarà invece una ricerca ossessiva dei soddisfamenti materiali, una mancanza di fiducia nelle forze vitali, rabbia e aggressività.

Se carente si avrà la sensazione di mancanza di punti d'appoggio, legata al poco radicamento con Madre Terra, eccessiva preoccupazione anche per banalità, compromissione del rapporto con il cibo e la sessualità.

La contrazione del I Chakra si viene a creare già nell'infanzia, quando il bambino dipende dagli adulti per il soddisfacimento dei propri bisogni primari e un evento, anche insignificante, che venga percepito come mancanza materiale, si fissa come sensazione di carenza e porta al timore per la propria sopravvivenza.

**Il II Chakra o Chakra Sacrale ( Svadhisthana ),** situato nella zona al di sopra del pube e sotto l'ombelico, di colore arancione, ha come simbolo un Cerchio, il Pianeta associato è la Luna, l'elemento è l'Acqua, il suono mantra è Vam, la sua rotazione è oraria nella donna

e contraria nell'uomo, è associato alle ghiandole sessuali, ai reni, all'intestino, alla vescica, ai sistemi circolatori.

In questo chakra troviamo la capacità di provare emozioni primordiali non filtrate dalla mente, ha sede l'energia sessuale che se trasformata e fatta salire verso i chakra più alti diventa creatività, diventa Eros , cioè la benzina del motore della Vita, la fecondazione delle Idee.

Se in armonia è il chakra che perizia il processo di smaterializzazione dell'Energia, ci rende in grado di comprendere, attraverso l'intelligenza emotiva, le paure che ci paralizzano per poterle risolvere, di essere in uno stato di apertura dare/ricevere nei confronti della Vita.

Se in eccesso ci sarà una ricerca ossessiva del piacere, anche sessuale, fino all'aberrazione.

Se in debolezza si manifesta chiusura verso la vita, anche verso la sessualità, si anestetizza la capacità di provare gioia non intellettuale. L'emozione che blocca questo chakra è la Tristezza, quella del Bambino Interiore, la sensazione della mancanza d'Amore, di Unione, le ferite percepite nell' infanzia che ci hanno fatto sentire separati da quella che per noi rappresentava la Fonte della Vita, la figura materna.

**Il III Chakra o Potere della Volontà (Manipura )** si colloca anatomicamente all'altezza del plesso solare, è di colore giallo, ha come simbolo un triangolo, come elemento il Fuoco, il pianeta è Marte, il suono mantra è Ram, la sua rotazione è antioraria nella donna, oraria nell'uomo, è associato alla ghiandola pancreas, al fegato, allo stomaco, alla milza, alla parte alta dell'intestino, quindi a tutte le funzioni digestive e metaboliche.

Come detto rappresenta il potere della Volontà, siamo infatti continuamente nella condizione di dover prendere decisioni, davanti ad ogni evento che la Vita ci propone.

Se accettiamo l'evento con l'emozione di cui è foriero, senza giudicarlo, attiviamo la Volontà della Resa, del dialogo, della Fede, chiedendo cioè aiuto al Divino per essere all'altezza se non siamo in grado di affrontarlo, usando invece solo il Potere della mente dualistica, razionale, attiveremo il controllo, il bisogno di definire l'evento, catalogarlo in una presunta normalità, ponendo così una distanza da esso e soprattutto dall'emozione che porta con sè, sia essa di gioia o di dolore.

Il Potere della Volontà deve essere usato con consapevolezza per prendere decisioni che siano in coerenza con l'Amore e non con il Potere, prendere quindi risoluzioni senza essere governati dalla Paura, che ha invece il bisogno di controllare e che crea divisioni, ed è in questo chakra infatti che si definisce anche il rapporto emotivo con il mondo esterno.

Se è in armonia quindi porta alla realizzazione personale, intesa come sopra descritto, non quindi a quella uniformata, conforme all'esterno, ma la realizzazione del proprio desiderio di vita, della propria vocazione, generando ed esternando al contempo forze emotive positive .

Se in eccesso si manifesta un desiderio sfrenato di potere personale, attraverso la manipolazione, lo stravolgimento della realtà a proprio favore, sarà presente un apparente iperattivismo, che maschera il senso di inadeguatezza nel non poter raggiungere il potere assoluto che si vorrebbe esercitare, e sarà tutto proteso verso il soddisfacimento dei bisogni materiali a discapito dei sentimenti, considerati inutili e fastidiosi.

Se in debolezza o disarmonia si può arrivare all'annichilimento di sé, all'uso di droghe, all'alcolismo, al gioco d'azzardo, alla negazione di

sè per uniformarsi ai desideri altrui, per sentirsi supportati, ma contemporaneamente, per nascondere la pochezza interiore di cui ci si sente vittime, si potranno alternare momenti di vera e propria paralisi energetica, come forti stati depressivi, ad altri di aggressività rivolta in prevalenza verso i propri componenti familiari.

Il vuoto emozionale che blocca questo chakra è quindi l'autonegazione, l'incapacità di darsi, di riconoscersi un valore intrinseco che non debba essere commisurato all'accettazione o alla valutazione esterna.

La misura della mancanza di riconoscimento che ci diamo da adulti è l'espressione della misura dell'approvazione che da bambini abbiamo ottenuto, da quanto ci è sembrato che per ricevere Amore fosse necessario uniformarsi ai desideri dei genitori o di chi si prendeva cura di noi, sopprimendo la personale espressione e spontaneità e dividendo le nostre qualità, la nostra luce, dai difetti che abbiamo trasformato in ombre, secondo il giudizio altrui.

Il **IV Chakra o Chakra del Cuore** ( Anahata ), situato nella zona all'altezza dello sterno, di colore verde, ha come simbolo un doppio triangolo incrociato, il Pianeta è Venere, l'elemento è l'Aria, il suono mantra è Yam, la sua rotazione è oraria nella donna e contraria nell'uomo, è associato alla ghiandola timo, al cuore, ai polmoni, agli arti superiori, alla circolazione e al sistema linfatico.

Esotericamente parlando si riconoscono al quarto chakra 3 livelli :

- 1) Capacità di innamoramento, non inteso. o meglio non solo, in senso romantico, ma verso ogni cosa che non deve essere vista come da possedere ma da includere, che porta a una trasformazione anche della percezione fisica, dei sensi, con cui ci approcciamo alle forme

2) Potere della Creatività, nel senso di Amare anche quello che ancora non si conosce, il Mistero, non usando solo la mente che si relaziona solo con il conosciuto

3) Nel Terzo livello risiede Il Maestro del Cuore, l'Essere Psichico che indica il Cammino Spirituale che porta alla dissoluzione dei confini dell'Io, che è il processo del Sacro, del darsi, dell'Amore

Il IV Chakra possiamo definirlo il Centro di smistamento energetico dell'intero Sistema, la Porta della Conoscenza, poichè mette in collegamento i tre chakra inferiori, fisici ed emotivi, con i tre chakra superiori, mentali e spirituali, quindi connette le Energie della Terra a quelle del Cielo.

Se in armonia il IV Chakra porta ad entrare in relazione con tutto quello che ci circonda, a coglierne la Bellezza, a sviluppare l'Amore Puro e Incondizionato, la capacità di trasformazione e guarigione di sè e degli altri.

Se in eccesso si tende ad amare solo ciò o chi ci dà in cambio riconoscimento e gratitudine.

Quando è ipofunzionante invece si tenderanno ad esprimere sentimenti di odio, rancore, freddezza, indifferenza, insensibilità.

Il vuoto emozionale che blocca questo chakra è la Solitudine, superabile attraverso la consapevolezza che l'Amore non va ricercato al di fuori, ma è già presente dentro di noi, va solo contattato e allora ci si renderà conto che non siamo soli perchè non siamo amati, ma perchè non amiamo, in primis noi stessi.

**Il V Chakra o della Purificazione** ( Vishudda ) situato nel punto di mezzo tra la mandibola e la base della gola, di colore blu, ha come simbolo il triangolo equilatero con inscritto un cerchio, l'elemento è l' Etere, il pianeta Mercurio, il suono mantra è Ham, la sua rotazione

è antioraria nella donna e oraria nell'uomo, associato alla ghiandola tiroide, alla gola, alle orecchie, alla trachea, ai bronchi.

Questo chakra racchiude la possibilità di creare in senso sottile, la capacità di mettere in comunicazione il Mondo Visibile e quello Invisibile e Mercurio, nell'accezione del pianeta ad esso associato, ne è la rappresentazione, essendo lo psicopompo che accompagna in questo dialogo tra la mappa mentale e le Energie invisibili che animano le nostre azioni.

Se in armonia sperimentiamo la leggerezza nella capacità di comunicare, il potere dell'assertività, che consente di riconoscere e esprimere i propri bisogni, contattati dopo essere entrati nel nostro spazio interiore e averli liberati dal dominio delle emozioni e delle sensazioni fisiche .

Se in eccesso si avrà un accanimento, un condizionamento verso una meta che non è affine al nostro percorso, che impedisce di cogliere altre possibilità, magari più consone in quel momento .

Quando è in debolezza si avrà l'incapacità di comunicare, esprimersi non solo con gli altri ma anche con sè stessi.

Il tono e il timbro della voce possono indicarne lo stato di armonia o disarmonia .

Possiamo considerarlo legato alla responsabilità della propria vita, l'uso corretto della comunicazione è infatti una delle basi per potersi approcciare con l'ambiente circostante, ma anche alla responsabilità di realizzare la comunicazione tra il corpo e la mente, per questo le malattie psicosomatiche possono essere ricondotte allo stato di equilibrio di questo chakra

Il **VI Chakra o Terzo Occhio** ( Ajina ) situato tra le sopracciglia, di colore indaco, ha come simbolo e suono la lettera OM, sintesi di tutti

i mantra, il pianeta è Giove, la sua rotazione è oraria nella donna, antioraria nell'uomo, collegato alla ghiandola ipofisi, al cervelletto e al sistema ormonale.

Il nome in sanscrito di questo chakra vuol dire conoscere, percepire, ed è infatti correlato alla percezione di Sé a livello energetico, alle facoltà mentali elevate quali l' intuizione, all'accesso alle conoscenze oltre il tangibile, alla chiaroveggenza e alle più elevate facoltà mentali e, quando in congiunzione con il chakra del Cuore, dona la possibilità di inviare energia guaritrice sia da vicino che da lontano.

Quando in Armonia avremo quindi un buon equilibrio psico-spirituale, energia intuitiva e sensitiva rispetto alla percezione di Sé, al di là del solo livello mentale.

Se in disarmonia si possono avere patologie psichiche anche gravi, come ad esempio la schizofrenia

Il suo Vuoto emozionale è il Fanatismo, ossia l'uso smodato e non posto al servizio delle facoltà e delle qualità a cui l'apertura di questo chakra fa accedere.

**Il VII Chakra o Chakra della Corona**, è situato sulla sommità del cranio, nella zona della fontanella, di colore bianco o viola, è rappresentato dal cosiddetto loto a mille petali, sui quali sono riportate tutte le lettere dell'alfabeto sanscrito, al cui interno è inscritto un loto più piccolo contenente un triangolo, il pianeta associato è il Sole, la ghiandola è la pineale , la sua influenza agisce su tutte le funzioni e i tessuti dell'organismo.

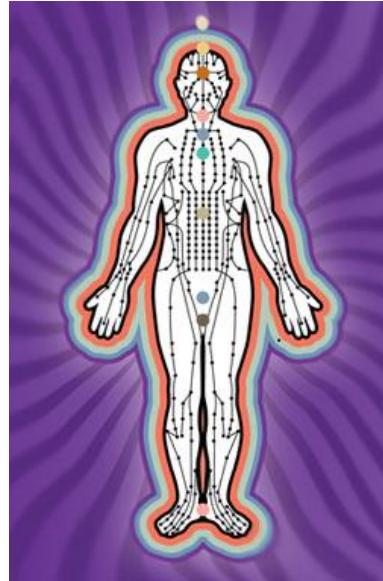
E' considerato una Porta, un'apertura verso la libertà dalle credenze, dalle certezze, un ponte tra la coscienza individuale a quella cosmica, universale.

Un ruolo importante viene svolto dalla ghiandola associata a questo Chakra, la Pineale, che viene anche legata al risveglio della kundalini, che la tradizione induista descrive come un serpente avvolto alla base della colonna vertebrale, rappresentante Shakti, l'energia femminile, che salendo a raggiungere Shiva, l'energia maschile, che ha sede nel VII chakra, attraverso le tre nadi, canali energetici di luce, produce l'Illuminazione.

Non esiste un VII Chakra bloccato, può essere solo più o meno sviluppato, poiché qui siamo nella sfera dell'Essere nelle sue forme non manifeste, infatti al contrario degli altri chakra non è influenzabile intenzionalmente ma possiamo agire solo mettendoci nella condizione di accettazione, aprendoci al mistero, al Sacro.

Si pensa che attraverso questo chakra lo Spirito Divino faccia il suo ingresso alla Nascita, quando inizia il Cammino della Vita, e da esso, al momento della Morte, fuoriesca per far ritorno alla Fonte Originaria,

Il VII e il VI Chakra sono denominati anche i primi due Chakra Sovrimentali, poiché ce ne sono anche altri che si estendono oltre i limiti del Corpo Fisico, che noi percepiamo erroneamente come confini.



### 3.2 I CANALI

Oltre ai campi e ai corpi sottili sono stati percepiti sempre anche i *canali*, visualizzati come veri e propri fiumi di luce che trasportano l'energia in tutto il corpo, e che corrispondono in MTC ai Meridiani nei quali scorre l'Energia Vitale, la Qi.

Numerosi e sempre aggiornati studi sui meridiani hanno e stanno dimostrando che gli stessi, nonostante non siano visibili ad occhio nudo, siano in realtà dei percorsi nei quali scorre sia energia fisica che sottile e che, come tutti i fluidi del corpo, creano circuiti di energie bipolari.

I meridiani principali, giacchè in realtà sono innumerevoli, sono generalmente riconosciuti in numero di 12, a cui si aggiungono i numeri 13 e 14, Maestro del Cuore e Triplice Riscaldatore, due tra i meridiani secondari più rilevanti.

Dei dodici meridiani principali sei sono yin e sei sono yang e ognuno influenza un organo interno, uno di senso e i fluidi corporei, sono tutti collegati tra di loro perché dove finisce uno inizia l'altro.

Va considerato che nella tradizione cinese Yin e Yang sono sì principi opposti ma complementari e indivisibili. che compongono il tutto.

I meridiani Yang originano dai visceri, si trovano più in superficie. iniziano il proprio moto dall'alto verso il basso ed esprimono l'energia maschile, il giorno, il caldo, l'aperto, la crescita.

I meridiani Yin originano dagli organi, e seguono il percorso opposto, cioè dai piedi alla testa, sono più interni rispetto agli altri e rappresentano l'energia femminile, la notte, il freddo, il chiuso e il calo.

Ho scelto di non indugiare nella descrizione anatomica dei loro percorsi sia per la vastità dell'argomento ma soprattutto perché più funzionale al loro trattamento, con l'agopuntura, moxa o digitopressione, che richiedono ovviamente specifici ed accurati studi, mi soffermerò invece sulla loro relazione, in caso di armonia , eccesso o carenza di yin e yang, con l'aspetto fisico, emozionale e mentale, dalla quale si può invece comprendere, anche per propria autonoma deduzione, quale meridiano e quindi quale area collegata avrà necessità di essere riequilibrata.

I meridiani Yin sono i seguenti :

**Il Meridiano del Polmone** è collegato al meridiano dell'intestino crasso, a cui è associato nella funzione di scambio ed eliminazione. Grazie alla respirazione aria ed energia dall'esterno entrano nei nostri polmoni, quindi se questo processo funziona bene anche gli organi e l'energia che circola nel nostro organismo sono in equilibrio.

Questo meridiano regola la chiusura e l'apertura dei pori sulla pelle, influenzando sia la temperatura corporea che fornendo un primo scudo protettivo verso le invasioni di patogeni dall'esterno, perciò, in relazione al suo stato più o meno armonico, porta nel corpo una forte energia difensiva, la quale ci rende più resistenti verso le malattie, ma in contrapposizione anche la stanchezza.

A livello psicologico, coordinando la relazione con il mondo esterno, depressione e tristezza possono essere manifestazioni del suo squilibrio

**Il Meridiano della Milza** trasporta i nutrienti che assimiliamo dal cibo e li distribuisce in maniera costante ed uniforme a tutto l'organismo, per cui, quando è in armonia, produce molta energia fisica e mentale, controlla la qualità del sangue e distrugge i globuli rossi difettosi.

A livello psicologico, poiché non solo il cibo ma anche i fatti vanno digeriti, quando c'è uno squilibrio si ha la tendenza a pensare e a preoccuparsi troppo, il cosiddetto rimurginò, così come si potrà avere un alterazione del senso di sazietà ed avere sempre fame.

**Il Meridiano del Cuore**, essendo considerato in MTC il Cuore l'Imperatore degli organi, se in armonia permette la regolarità di tutte le funzioni, mentre come competenza a livello fisico regola il flusso del sangue e il sistema vascolare in genere.

Secondo la filosofia Taoista qui alberga lo spirito che ci permette di provare amore e gioia, è associato alla coscienza, all'intelligenza, alla passione, alla vivacità, come pure alla violenza.

Nel **Meridiano del Rene** viene immagazzinata l'energia che se è in abbondanza permette di vivere pienamente la vita.

Regola la fase finale della trasformazione delle energie, in quanto le urine sono i liquidi impuri carichi di tossine e di scorie del corpo.

Parallelamente a livello psicologico aiuta a gestire ed eliminare i “vecchi ricordi”, i vecchi schemi profondi che portiamo in noi e che sono alla base di paure anche inconsce .

Il **Meridiano del Fegato** è associato all'organo che è fondamentale per il nostro corpo visto che esegue oltre 500 funzioni, di conseguenza anche lo stesso meridiano ne svolge diverse tra cui le tre principali :

Favorisce lo stoccaggio degli elementi nutritivi e regola così l'energia necessaria all'attività generale

Determina la capacità di resistenza alla malattia sbloccando l'energia necessaria ai meccanismi di difesa

Partecipa al processo della elaborazione del cibo, nell'alimentazione, nella decomposizione e nella disintossicazione del sangue.

Parallelamente a livello psicologico armonizza le emozioni, predispone a un modo di fare ragionevole e offre coraggio e sintonia con ciò che ci circonda.

Il **Meridiano di Maestro del Cuore** i Taoisti lo chiamano anche “Primo Ministro”, poiché il suo ruolo è quello di trasmettere a tutto il corpo i comandi del Cuore, l' Imperatore, di cui è il portavoce.

Può inibire o stimolare il funzionamento di tutti gli organi, ma è principalmente connesso ai vasi sanguigni , al miocardio e

al pericardio, come pure al cervello per la sua importante azione sullo psichismo e la qualità delle strutture mentali.

In tal modo una buona energia di questo meridiano permette di superare ogni sfida, stabilire la tranquillità e coltivare le amicizie, si occupa infatti di far circolare, di diffondere le cose, sul piano fisico attraverso la circolazione sanguigna e sul piano psicologico tramite la circolazione delle idee e la fluidità del ragionamento.

I meridiani Yang sono :

**Il Meridiano della Vescicola Biliare o Cistifellea**, che lavora in stretta collaborazione con quello del Fegato , coordina le secrezioni delle ghiandole del tubo digerente come la saliva, la bile, i succhi gastrico, pancreatico, enterico e duodenale e rilascia la bile nel piccolo intestino al momento della digestione.

E' inoltre associata, sul piano fisiologico, così come il fegato, agli occhi, ai muscoli e alle unghie.

Partecipa alla tendenza generale delle strutture mentali e degli organi sul piano del "morale", fornendo la spinta per la giusta azione da compiere.

Secondo il pensiero cinese, infatti, se l'energia scorre libera in questo meridiano si genereranno coraggio e capacità d'azione, in contrapposizione alla paura che immobilizza nelle scelte e nelle azioni, concetto molto importante per la salute perché come si sa spesso la paura influisce sulla produzione degli anticorpi e predisponde alle malattie

-**Il Meridiano dell'Intestino Tenue** lavora con quello del Cuore e viene denominato il suo Consigliere.

Presiede all'assimilazione degli alimenti controllando la separazione tra quelli puri e quelli impuri, dirigendo i primi verso la Milza-Pancreas, e i secondi ai visceri che si occupano dell'eliminazione, l'Intestino Crasso e la Vescica, operando quindi una distinzione del puro dall'impuro.

Detta separazione avviene parallelamente sul piano psicologico, dove si avrà la capacità di distinguere ciò che serve da ciò che non fa per noi, gli amici dai nemici, ecc...

-**Il Meridiano dell'Intestino Crasso** ha la funzione di mantenere la purezza energetica del corpo, regolando le sostanze di rifiuto, assorbendo i liquidi dai materiali scartati ed espellendo le scorie, garantendo così buona parte di un ottimale livello di energia .

Lavoro che svolge anche sul piano psicologico dove infatti sono riscontrabili patologie come colon irritabile o stitichezza dovuti ad ansia e preoccupazioni causate dallo stress, quando non si è in grado di provvedere allo scarto di pensieri ed emozioni vecchi e tossici.

**Il Meridiano dello Stomaco** è associato a quello della Milza e rappresenta la capacità di digerire e trasformare sia sul piano fisico che su quello psicologico, permettendoci di appropriarci della materia che abbiamo ingerito.

La sua doppia funzione fisica-psicologica la ritroviamo nell' aspetto dell'alimentazione che ha un rapporto molto importante con questo meridiano che presiede infatti anche alla produzione del latte materno, al funzionamento delle ghiandole sessuali e al flusso mestruale, poiché controlla quella che riceviamo, sia esso cibo o informazioni e quello che offriamo o che trasmettiamo.

**Il Meridiano della Vescica Urinaria**, connesso a quello del Rene con cui regola i fluidi di scarto attraverso le urine, è fisiologicamente collegato oltre che all'apparato urinario, all'ipofisi e al sistema nervoso centrale.

E' il meridiano più lungo del corpo e scorrendo ai lati dell'intera colonna vertebrale, viene denominato anche il "grande mediatore" poiché permette da lì il fluire dell'energia attraverso tutti i punti della schiena, garantendo scioltezza e flessibilità.

Da un punto di vista psicologico, sovraintendendo ai liquidi, garantisce lo scambio e "l'irrigazione" anche in campo mentale ed emozionale

**Il Triplice Riscaldatore** viene ritenuto un viscere, sostiene anche lui il Meridiano del Cuore ma a livello più sottile, di linfa e capillari.

Come si evidenzia dalla denominazione ha rilevanza con la temperatura interna del corpo che regola attraverso i cosiddetti tre centri di calore situati nel petto e nel medio e basso addome, collegando e armonizzando quello che proviene da fuori con l'interno.

Questi tre centri vengono anche associati ai tre Tan Tien, i tre centri di Energia presenti nell'anatomia e nella fisiologia taoista, detti anche Campo di Cinabro, il nome che gli antichi alchimisti davano al Solfuro di mercurio, l' elemento indispensabile per i processi trasformativi tra sale e zolfo.

Dal punto di vista psicologico svolge un'importante funzione per quello che concerne la concettualizzazione rispetto ai fatti provenienti dall'esterno, permettendoci di acquisire eventuali nuove convinzioni o punti di riferimento

Le **NADI sono anch'esse** canali di luce, tra le varie tre sono le principali e più conosciute : Sushumna, Ida e Pingali, che possono essere considerate rispettivamente forza spirituale, forza mentale e forza pranica

Partono dal primo chakra, dalla zona pelvica, tutte e tre , poi Sushumna prosegue nel canale midollare le altre due sempre all'interno della parte ossea della colonna, ma ai lati.

Ida viene chiamata il Sole e Pingala la Luna, a testimonianza della loro natura energetica maschile e femminile e generalmente funzionano alternativamente , quando si raggiunge uno stato energetico che ne consente il funzionamento simultaneo si potrà accedere all' allineamento degli emisferi cerebrali e a tutti i processi cognitivi ad esso conseguenti , evento che può avvenire solo se la Kundalini, sorgente di energia alla base del primo chakra, è stata risvegliata e fatta salire attraverso Sushumna.



### 3.3. I CAMPI

Viene definito in Fisica Campo una zona nella quale una forza esercita un influsso in ogni punto .

Come tutte le strutture energetiche produce vibrazioni di energia e può essere portatore di informazioni che possono essere recepite e al contempo ricevute, da un Campo a un altro .

Recenti scoperte hanno dimostrato che queste informazioni a volte viaggiano a una velocità addirittura superiore a quella della luce, quindi più che istantanea, che si definisce psichica : facendo un paragone, sarebbe come se il destinatario di un nostro messaggio , tramite email o cellulare, leggesse il testo dello stesso prima ancora che noi schiacciassimo il tasto dell' invio.

Un Campo può essere : Misurabile o Sottile, Umano, Naturale o creato artificialmente,

I **Campi Misurabili**, detti anche **Autentici**, sono di natura fisica, perchè per l'appunto riscontrabili oggettivamente, e comprendono le forze sonore ed elettromagnetiche, come può essere la luce

visibile, il fenomeno del magnetismo, i raggi degli spettri elettromagnetici, ecc..

I **Campi Sottili o Biocampi**, vibrando a velocità più alte, non sono invece misurabili ma possono essere percepiti attraverso gli effetti che producono, ad esempio, attraverso i meridiani, le nadi e i chakra si manifesta l'energia vitale, il Chi o il Prana, che viene convertita dalla rapida frequenza a quella più lenta perché possa essere utilizzata, nel corpo umano

Il **Campo Energetico Umano** è composto da diversi corpi sottili d'energia che circondano e compenetranano il corpo fisico esteriore, nel loro complesso sono chiamati Corpo di Luce o Campo Aurico , nella letteratura esoterica sono anche chiamati Veicoli di coscienza.

Anche la scienza moderna ha verificato che gli esseri umani non sono solamente un corpo fisico ma, come ogni altra cosa in questo universo manifesto, sono energia in movimento, quindi ogni essere umano è un essere energetico multidimensionale con il proprio unico Corpo di Luce sottile che controlla, governa e condiziona il corpo fisico esterno.

Il Corpo di Luce è una complessa combinazione di diversi modelli energetici formali sovrapposti, risonanti ognuno su una determinata frequenza o livello di coscienza.

Ogni singolo componente del Corpo di Luce apporta la sua informazione alla coscienza multidimensionale umana e nel complesso ci definiscono su tutti i piani, da quello fisico allo spirituale, passando dal mentale e dall'emozionale.

Il Corpo di Luce o Aurico, comunemente indicato come Aura, è noto in tutte le culture ad iniziare da quelle antiche ed in ognuna di esse ha trovato una diversa denominazione; è stato anch'esso oggetto di studi susseguitesi già dai primi dell'800, con i quali si è giunti alla conclusione che ha uno stato fluido e fluente, vibra a vari livelli di

frequenza e intensità ed esprime la forza vitale della persona attraverso diversi colori, che è compenetrante, che le sue sembianze cambiano secondo lo stato di salute e le emozioni provante e che, sempre in base a questo, può estendersi o contrarsi intorno al corpo fisico, in genere in una distanza dai 5 ai 10 metri .

E' quindi un riflesso diretto del nostro vero Sè interiore e del nostro sviluppo spirituale nonché un registro karmico che contiene tutte le esperienze fisiche, mentale ed emozionali della nostra vita attuale e di quelle precedenti.

Si manifesta in forma ovoidale intorno al corpo fisico ed è formato da diversi strati, denominati corpi, nel senso immateriale del termine, essendo composti da energia elettromagnetica la quale ha delle vibrazioni a frequenze sempre più alte rispetto a quelle del corpo del livello immediatamente sottostante.

Sono descritti e denominati in vario numero, elencherò di seguito la struttura energetica a 7 corpi, generalmente più usata, che collega ogni corpo a un chakra, ossia a un vortice energetico corrispondente.

Il **CORPO ETERICO** è lo schema base della struttura fisica che circonda ed è legato al primo chakra, viene denominato anche Veicolo del Prana poiché assolve il compito di assorbire l'Energia dall'esterno e veicolarla nel corpo fisico, è quindi la fonte di tutte le nostre forze e sensazioni fisiche. funge inoltre da intermediario tra quest'ultimo e il Corpo successivo, quello Astrale Inferiore, trasmettendo al suddetto i segnali sensoriali fisici e al Corpo fisico, tramite il cervello e il sistema nervoso, la coscienza dei piani superiori.

Emana un guscio protettivo intorno al corpo fisico , che, se in buona armonia, ci protegge sia dall'invasione di patogeni esterni che potrebbero essere nocivi, come germi, virus, batteri, sia

dall'emanazione di pensieri ed emozioni con connotazioni negativa rispetto alla nostra risonanza, che derivino dall'interazione con altri campi aurici .

Al momento della morte chimica il Corpo eterico abbandona quello fisico entro tre/cinque giorni, tempo che occorre all'Anima per rivisitare il panorama dell'incarnazione vissuta, e torna nel serbatoio di energia universale.

Il **CORPO EMOZIONALE** , detto anche Astrale inferiore, si estende in ampiezza maggiore rispetto al corpo eterico ed è la sede delle nostre emozioni a livello più grossolano, è più mutevole rispetto alle vibrazioni e ai colori che emette, perché legato appunto alla mutevolezza degli stati emozionali, e compenetra il corpo eterico e quello fisico.

Trova corrispondenza nel secondo chakra, dove si trovano le nostre emozioni primordiali legate all'istintualità, alla dualità, tese al soddisfacimento dei propri bisogni individuali dove i livelli con cui si valuta ciò che è bene o male vengono riferiti solo ad una visione legata al piacere o al dolore personale, senza una visione d'ampiezza, d'insieme, elevata alla collettività

Bisogna per questo avere consapevolezza che pensare non è solo un processo mentale ma anche un processo emozionale, che insieme andranno poi a formare delle entità di pensiero, ossia delle forme di energia.

Il **CORPO ASTRALE** propriamente detto, legato al III Chakra, inizia invece ad interfacciarsi con l'idea di essere un' Anima che deve entrare in relazione con le altre Anime e di conseguenza con il Tutto per tornare all'UNO.

E' il veicolo con il quale ci spostiamo durante il sonno, staccandoci dal Corpo Fisico e fluttuando sopra di esso, rimanendo legati attraverso la cosiddetta Sutratma, la corda d'argento, che si spezza solo alla morte fisica.

Tramite il Corpo Astrale ci connettiamo quindi ai mondi sottili, dove sono contenute tutte le informazioni che non riusciamo a percepire con i soli sensi fisici, e, se è ben sviluppato, attraverso i cosiddetti sogni lucidi, si possono compiere dei veri e propri viaggi astrali in cui si vivono delle esperienze che ci consentono di acquisire anche conoscenze che nella vita fisica ci sarebbero state precluse o sarebbero state apprese in molti anni.

Le esperienze vengono trasferite alla memoria fisica del cervello e possiamo ricordarle, molti famosi scienziati o personaggi illustri ad esempio hanno dichiarato di aver ricevuto in sogno soluzioni o incipit ai loro lavori o creazioni.

Il **CORPO MENTALE** è quello successivo all'astrale, legato al quarto chakra, quello del Cuore, e, come definito dal nome, è strettamente correlato alla mente, essendo correlato al chakra del Cuore possiamo definirlo il veicolo attraverso il quale il Sé si manifesta sotto forma di Intelletto , al di là della mera razionalità.

Gli esoteristi hanno individuato tre tipi di mente indagando questo Corpo : la mente dogmatica., paragonabile a quella di un bambino che si fida ciecamente di quello che dicono i genitori, considerandoli i depositari della verità , quindi propria di chi si affida ciecamente delegando ogni responsabilità ad un'autorità superiore ; la mente scettica, che si affida invece alla logica e a quello che può vedere, toccare o misurare; la mente gnostica, che si viene a sviluppare spinti appunto dalla sete della conoscenza, ed è un'esperienza personale,

diretta che apre le porte al sapere animico del cosiddetto “sesto senso” .

*“La mente è come un paracadute, funziona solo se è aperta”* come citava Einstein.

Così come sulla Terra ci si tende a riunire naturalmente rispetto alla lingua parlata, nel mondo mentale vi sono delle localizzazioni nello spazio verso i quali i pensieri dello stesso tipo sono attratti dalla somiglianza delle loro vibrazioni, confermando quindi l’importanza dell’attenzione da porre alle proprie forme pensiero.

Il **CORPO CAUSALE**, collegato al quinto chakra, a differenza degli altri descritti, persiste per tutte le incarnazioni ed è relativamente immortale, in quanto si dissolverà quando, terminato il ciclo di reincarnazioni, l’Anima inizierà il cammino spirituale.

Ha vibrazioni molto più elevate e, in relazione allo stato di evoluzione dell’uomo, si estende dai cinque metri intorno al corpo fisico fino a molte miglia ; in questo Corpo possiamo affermare ci sia il cosiddetto karma, ossia la mappa, il disegno, il cammino che l’Anima ha scelto di compiere nella sua incarnazione per proseguire nella sua evoluzione .

Il **CORPO ANIMICO** , legato al VI Chakra, è la sede dell’Anima, quindi non facilmente descrivibile in quanto in pochi hanno avuto esperienza dello stesso, che essendo diretta e personale, non può essere descritta.

Si parla di un profondo stato di gioia frutto di integrazione tra la consapevolezza del sé, detta Buddhità, e l’Amore Incondizionato, il Cristo.

**Il CORPO SPIRITUALE**, collegato al chakra della Corona, ancor più di quello Animico sfugge alla possibilità di descrizione essendo esso il luogo dello Spirito, ossia della manifestazione del principio Divino, dell'ambito ritorno alla totale Unità, all'Uno, alla quale aspirare con il cammino dell'evoluzione che si percorre per recuperare le parti frammentate, iniziando il Risveglio .

**IL CAMPO del CUORE** merita un'attenzione particolare, soprattutto in relazione alla Luce.

Da sempre considerato il Centro Vitale del Corpo nonché la sede dell'Anima è forse proprio studiando quest'organo, e i campi elettrici e magnetici che emana, che le intuizioni antiche e il sapere scientifico moderno si incontrano.

Anche solo dal punto di vista anatomico il Cuore ci svela la sua meravigliosa potenzialità : a capo del sistema circolatorio governa 75 trilioni di cellule, di cui il 60/65 % neuronali, quindi uguali a quelle presenti nel cervello, è inoltre una delle ghiandole endocrine del corpo poiché secerne almeno cinque tipi di ormoni che vanno a impattare sulle funzioni sia fisiche che del cervello e rispetto a quest'ultimo produce un campo magnetico circa 5000 volte più forte e un campo elettrico all'incirca di sessanta volte più ampio.

Questa sua notevole attività è spiegata dal fatto che, essendo le cellule del cuore molto ravvicinate in termini di occupazione di uno spazio, e, come abbiamo visto, essendo sede ogni cellula di informazioni provenienti dall'energia che le costituisce, questa condizione permette l' oscillazione o la vibrazione di tutte allo stesso ritmo coordinato, consentendo la generazione e la condivisione di un segnale elettrico-magnetico molto più potente di qualunque altro organo, assumendo quindi inequivocabilmente il

ruolo di Imperatore, assegnatogli dalla MTC, all'interno del nostro corpo fisico , ma non solo come andiamo a vedere.

Erroneamente si pensa che i segnali provenienti dall'esterno, denominati rumori di sottofondo, siano percepiti in prima battuta dal cervello e che sia quindi questo organo a innescare la reazione rispetto all'evento, mentre è stato verificato che è proprio il cuore il primo a riceverne l'impatto.

Come verificato da diversi ricercatori studiando le piante che hanno la caratteristica dell' alta sincronizzazione cellulare come quella del nostro organo, grazie alla loro organizzazione in modo compatto, tale qualità consente di "discernere" nel citato "rumore di sottofondo" ciò che è interessante e vogliamo percepire, incrementando l'ampiezza in entrata dello specifico segnale.

Si spiegano così i moniti di tutte le discipline spirituali che invitano a connettersi al proprio Cuore, sincronizzandoci ad esempio sul segnale dell'Amore si farà entrare, operando il citato discernimento, solo ciò che con quello risuona, al contrario vibrando in sentimenti negativi saranno gli stessi ad essere attratti dall'esterno.

Ancora più meraviglioso è stato scoprire che il nostro Cuore è l'unico organo del Corpo capace di concepire la Luce, come simbolo più potente dell'Amore: facendo esperimenti nel 1997 in una Università della Germania su individui in stati di meditazione a livelli superiori, si è visto che il campo emanato dal loro Cuore era di circa centomila fotoni al secondo, contro i venti registrati nell'ambiente dove si trovavano.

Ecco quindi che possiamo affermare che è proprio il Cuore la sede del Sole Interno, Sottile a cui fa riferimento Aivanhov come abbiamo visto, ma non solo .

Anche i **CAMPI ENERGETICI NATURALI**, ossia quelli presenti in Natura, nel Sole, nel Cosmo, nella Terra e alla stessa correlati, per questo detti anche geopatici, possono essere misurabili o sottili, spesso entrambi simultaneamente, anche se esistono poi delle onde che non sono classificabili né nell'uno né negli altri, tra cui le più rilevanti sono le cosiddette Onde Scalari di Tesla, da lui scoperte nei primi del '900.

Si tratterebbe di onde che viaggiano a una velocità una volta e mezzo superiore a quella della Luce, sarebbero capaci di aprirsi un varco attraverso la materia e vengono considerate da alcuni scienziati il fondamento dei campi originari dell'Universo.

I **Campi Energetici Misurabili**, oltre alla già citata gamma di onde appartenente al gruppo elettromagnetico, sono :

le **Onde o Risonanza di Schumann**, onde elettromagnetiche naturali scoperte per la prima volta nel 1952, che oscillano tra la Terra e alcuni strati atmosferici più vicini, ad una frequenza molto bassa in genere intorno ai 7,83 Hz ma che negli ultimi anni ha subito un'ancora inspiegata accelerazione fino ad arrivare ai 17 Hz, variazione che è da verificare per l'impatto sull'uomo in quanto si era constatato che la frequenza più bassa mantenuta fino a poco fa era simile a quella prodotta dall'ippocampo e dall'ipotalamo umano e per questa considerata benefica.

Le **Onde Geomagnetiche**, ossia il complesso delle vibrazioni emesse dai circa 64 elementi che compongono la crosta terrestre.

Anche qui in risonanza Terra e Uomo si è visto che i suddetti elementi sono gli stessi costituenti dei nostri globuli rossi, per cui se ne è dedotta una influenza sul nostro sistema cardiovascolare

Le **Onde Solari**, emesse dall'astro del nostro Sistema Solare, fondamentali per la nostra salute, da ricevere in modo corretto e soprattutto nella giusta quantità, giacchè influiscono sul nostro

sistema endocrino e metabolico nonché sulla nostra interazione con le frequenze geomagnetiche.

Una carenza di esposizione alla luce solare può dare conseguenze sulla produzione ormonale della ghiandola pineale ed influire quindi sui ritmi biologici naturali del corpo, sulla risposta allo stress, favorendo la depressione

Infine le **Onde Sonore**, che hanno anch'esse come la Luce la doppia caratteristica di onde e particelle, ma rispetto alla luce, che viaggia intorno ai 300.000 km/s sono molto più lente, collocandosi intorno ai 1239 km/h.

Come esseri umani possiamo percepire i suoni che vanno da 20 a 20.000 Hz attraverso le orecchie, sotto forma di impulsi biochimici che vanno poi indirizzati al cervello, ma va considerato che le onde sonore possono essere percepite anche attraverso i pori della pelle e da lì condotte ai vari tessuti del corpo, incluso quello osseo.

Esistono svariati **Campi Naturali Sottili** collegati alla Terra, tra i più conosciuti senz'altro la **Rete di Hartmann** che prende il nome dal suo scopritore, un medico tedesco, una sorta di griglia elettromagnetica che attraversa tutta la Terra, formata da linee che distano tra loro dai 2 ai 3 metri con un'ampiezza di circa 30 cm e appaiano come radiazioni verticali che si alzano appunto in questa modalità dal suolo.

L'intensità delle radiazioni risulta più forte in prossimità di alcune costruzioni come le piramidi o alcune cattedrali e si intensifica anche in prossimità di terremoti e la loro ampiezza aumenta sotto l'influsso dell'attività delle macchie solari o della Luna .

Se si vive o si trascorre molto tempo in uno dei punti di intersezione delle linee di Hartmann si possono avere disturbi al proprio campo elettromagnetico individuale nonché al sistema nervoso, arrivando a una deficienza immunitaria e a un aumento del rischio di cancro .

Così come accade ai Campi Fisici e Sottili Umani, anche quelli Naturali sono infatti soggetti al cosiddetto inquinamento che produce effetti dannosi dalle radiazioni da essi emanate, definito stress geopolitico, che sta purtroppo notevolmente interessando la nostra attuale situazione da abitanti del pianeta Terra.

E' stato innanzitutto verificato che è diminuita l'intensità del campo magnetico terrestre, rispetto a qualche migliaio di anni fa, questo provoca, in ultima analisi, una riduzione della carica globale degli atomi , da cui tutti gli esseri viventi dipendono in relazione al trasporto dei nutrienti e delle informazioni attraverso i fluidi del corpo nel sistema nervoso centrale, ma sembra siano fondamentali anche al nostro sistema nervoso secondario, quello in sintesi che andrebbe ad interagire con le nadi e con i meridiani.

Se uniamo a questa, sembrerebbe fisiologica diminuzione, anche l'esposizione a tutte le radiazioni nocive prodotte artificialmente con cui stiamo bombardando il pianeta, si comprende come tutto questo possa influire negativamente sui campi e sui corpi sottili umani



#### 4. TERAPIE ENERGETICHE

*“Poiché ogni pensiero è impregnato della potenza di Dio che lo ha creato, è naturale che agisca. Sapendolo, ognuno di voi può diventare un benefattore dell’umanità: attraverso lo spazio, fino alle regioni più lontane, potete inviare i vostri pensieri come altrettanti messaggeri, come creature luminose alle quali affiderete il compito di aiutare gli esseri, di consolarli, illuminarli o guarirli..” (O.M. Aivanhov- Potenze del Pensiero – Edizioni Prosveta)*

Come visto precedentemente Popp, con i suoi studi , ha dimostrato che in ogni forma vivente il DNA si comporta come un risonatore elettromagnetico, in grado di emettere e assorbire radiazioni di frequenza , fasci di onde allineate in fase, cioè con la stessa frequenza e lunghezza, per cui l’informazione che portano, grazie al principio della coerenza, rimane specifica e fa sì che non si disperdano o si acquisiscano informazioni diverse durante il tragitto.

Questo stato di coerenza è fondamentale per l'omeostasi, in quanto sono proprio le informazioni fotoniche che, oltre a garantire il collegamento tra le varie strutture del corpo, formano una sorta di scudo informazionale da tutti i segnali incoerenti provenienti dall'organismo, quali possono essere allergie ai metalli pesanti, pesticidi, batteri, ecc, nonché dall'esterno, ad esempio le onde elettromagnetiche in cui l'uomo moderno è immerso.

L'emissione fototonica nell'uomo varia da 10 a 1000 fotoni al secondo e forma la cosiddetta radiazione fototonica ultradebole, ossia una sorta di campo vibrazionale, emesso non solo da noi ma da tutti gli organismi viventi, che sale d'intensità rispetto al naturale grado evolutivo.

Ed è proprio sul mantenimento dello stato di coerenza cellulare e delle vibrazioni emesse che si basano le terapie energetiche che tendono a riportare lo stato di equilibrio, laddove perduto, o a mantenerlo.

In un concetto ampio di processo di evoluzione, inteso come allineamento di Corpo, Mente e Spirito, ritengo diventato importante imparare infatti anche a riconoscere autonomamente eventuali disarmonie che allontanino dallo stato naturale.

Vista l'interconnessione tra corpo fisico e corpi sottili ci si può approcciare alla cura attraverso due metodi che, prendendo a prestito i termini della fisica, potremmo definire o atomico, solido, materiale, che si basa cioè sull'uso di rimedi che possono essere chimici o sintetizzati di vitamine, minerali, aminoacidi e altre sostanze di origine vegetale, che vanno a integrare il regime dietetico per consentire di trarre i maggiori benefici per la regolazione dell'organismo, oppure la cosiddetta via quantistica, sottile, energetica, quindi ondulatoria che si approccia con svariate discipline, dalle terapie energetiche alla pranoterapia, dall'uso dei

suoni a quello dei fiori, dalla cromoterapia alla meditazione, dall'uso delle pietre e dei cristalli all'omeopatia, solo per citarne alcuni.

In questa sede mi soffermerò sulla Cristaloterapia e sulla Tecnica del Crystal Mind, elaborata e messa a punto da Sabrina Vaiani, da lei integrata e arricchita continuamente in base alle nuove scoperte o alle sue personali intuizioni, che appartiene appunto alla categoria dei trattamenti energetici sopra descritti, grazie alla quale è possibile interagire direttamente con la persona tramite il tocco delle mani o operare un riequilibrio a distanza .

Anche queste due modalità sono state oggetto di studi che le hanno dimostrate: è infatti grazie alle citate teorie dei campi, che si può produrre una interconnessione energetica che sostenga e indirizzi la naturale capacità di guarigione del corpo sia attraverso il tocco che a distanza, senza limiti di misura kilometrica.

La guarigione a distanza è in realtà una pratica conosciuta da secoli, un esempio è nell'affermazione di Aivanhov riportata all'inizio di questo capitolo, e la preghiera ne è un altro, anch'essa usata per inviare pensieri positivi ed energie riequilibranti a persone non necessariamente in contatto fisico, e gli studi hanno appunto dimostrato che la distanza non influisce sugli effetti che si è intenzionati a produrre che sono simili a quando si lavora con il tocco delle mani in modo diretto sulla persona.

L'esistenza dei biocampi è stata confermata con varie metodiche tecnologiche, tra cui la più conosciuta è la fotografia Kirlian e, tramite l'uso di questa ed altre tecniche, si è potuto verificare come avvenga una interazione tra i biocampi, quindi come l'energia veicolata dall'intento dell'operatore energetico, che permeerà il suo campo, vada a sovrapporsi e interagire con il campo della persona trattata, testimoniando quindi che la "guarigione" passa attraverso i campi biomagnetici sottili.

Sono stati usati anche magnetometri per misurare questi campi emanati da professionisti di qi gong o yoga o da meditanti profondi, e si è verificato come fossero migliaia di volte più forti di qualunque campo energetico umano, tanto da allinearsi alla stessa gamma dei macchinari usati nei laboratori di ricerca per accelerare la guarigione biologica dei tessuti; parimenti si è dimostrato che dalle mani di professionisti del tocco terapeutico venivano emanati campi biomagnetici con una ampia frequenza di pulsazione.

Accertata tramite misurazione il verificarsi di queste condizioni si è cercato di capire come fosse possibile, da dove originassero queste capacità, sviluppando varie teorie, una delle quali si poggia sul concetto che essendo tutti gli esseri viventi interconnessi e avendo verificato, grazie alla fisica quantistica che, una volta entrate in contatto due particelle possono continuare ad influenzarsi al di là del tempo e dello spazio ( il cosiddetto fenomeno dell'Entanglement) sia possibile trasferire, sempre grazie all'intento che diventa un elemento fondamentale, le nostre informazioni istantaneamente ad un'altra persona tramite la connessione dei campi individuali.

Giacchè due persone che vibrano sulle stesse frequenze possono vicendevolmente influenzarsi, se ne deduce che debba esserci innanzitutto piena presenza e piena consapevolezza da parte dell'operatore e, contemporaneamente, da parte della persona che richiede il trattamento, il necessario e giusto approccio nel ricevere. Un'altra linea di studi ipotizza invece che vi sia una condivisione di intenzione e di energia al di là della gamma superiore del campo elettromagnetico, riallacciandosi anche qui allo studio condotto da Nikola Tesla, che ipotizzò che i raggi gamma presenti sulla Terra provenissero dal cosiddetto Campo di Punto Zero che, a dispetto del nome, non sarebbe vuoto ma oltremodo pieno, essendo come un serbatoio virtuale, una sorta di crocevia di particelle e campi virtuali,

ed è appunto da questo punto che si attingerebbe, sempre tramite l'Intento, per ottenere il risultato.

L'ultima teoria che vado a trattare è quella più affascinante rispetto al presente lavoro e si basa sulle intuizioni di due scienziati russi che hanno proposto un parallelismo tra i cosiddetti campi di torsione dove, semplificando al massimo, sarebbe presente un' energia non elettromagnetica che viaggia a una velocità miliardi di volte più veloce della luce, la cui onda forma un percorso a spirale, detta appunto di torsione, e il viaggio che i fotoni, che plasmano la Luce, compiono, con lo stesso movimento a spirale, lungo la molecola del DNA.

Questa Luce particolare, con il suo percorso di onda a torsione, è per alcuni fisici una luce diversa dalla radiazione elettromagnetica e sarebbe una sorta di luce intelligente emanata da dimensioni superiori poiché alla base della crescita del DNA , per altri ricercatori è la consapevolezza stessa, intesa come materia prima dell'anima , che fa da precursore appunto del DNA .

Come abbiamo visto precedentemente non va sottovalutata nemmeno l'importanza del campo energetico del cuore, che è un altro dei mezzi con cui un operatore può entrare in connessione positiva con la persona, sempre a condizione ovviamente che lui stesso coltivi sentimenti di positività ed Amore, e quindi si viene a ribadire l'importanza del lavoro personale , che diventa cruciale nonché indispensabile se ci si vuole porre al servizio degli altri per aiutare e supportare.

Ci si può approcciare al processo di supporto e riequilibrio energetico anche attraverso l'intuizione, uno dei doni della psiche, giacchè tutti nasciamo con determinate abilità che possono essere sviluppate e utilizzate, per ognuno rispetto alla sua specifica qualità, che va solo ricercata e coltiva



#### **4.1 CRYSTAL MIND**

Con grande piacere mi accingo a trattare in questo lavoro della tecnica energetica denominata Crystal Mind, ideata da Sabrina Vaiani , perché mi dà l'occasione di poterne parlare in maniera esperenziale.

Come risulta chiaro anche dal nome, la tecnica nasce dall' intuizione che, come visto, il nostro corpo emette luce, suono, calore e produce un proprio campo elettromagnetico, che ha sì la sua maggiore potenza in quello emesso dal cuore, ma anche quello emesso dal cervello e dal liquido cerebrospinale risulta comunque dotato di caratteristiche non meno interessanti, risultando ampio e pulsante.

Tale caratteristica è fatta risalire al fatto che nella nostra scatola cranica si trova una sorta di centralina poiché hanno sede, oltre al cervello, due tra le più importanti ghiandole endocrine sia a livello fisico che sottile: la pituaria o ipofisi e la pineale o epifisi.

L'ipofisi, alla quale si dette il nome di "corpo pituario" perché si pensava secernesse il fluido, dal latino "pituita", che lubrificava la gola, è considerata una delle ghiandole veterane, nel senso che risale

alla forma più primitiva dell'essere umano, è situata quasi al centro della testa, nella cosiddetta sella turcica vicino alla radice del naso in una depressione dell'osso, il seno etmoidale , avvolta in un tessuto fibroso detto "dura madre".

Immagazzina ormoni e lavora insieme all'ipotalamo nell'innesto di numerose azioni fisiche, inoltre, aspetto che interessa rispetto alla presente spiegazione, è stato scoperto che contiene cristalli di magnetite, più precisamente sono stati rilevati nell'agglomerato di nervi posto tra essa e il seno etmoidale

Questo agglomerato di magnetite, un composto di ferro e ossigeno appunto magneticamente sensibile, che è stato accertato essere presente anche in tutte le forme animali dai batteri ai mammiferi, sfruttato soprattutto dagli uccelli migratori e dai piccioni viaggiatori per orientarsi, spiegherebbe la presenza del campo reticolato magnetico che si rileva intorno alla nostra testa e pare che sia sempre attraverso esso che possiamo connetterci ed essere sensibili ai campi magnetici emanati dal Cielo, dalla Terra e dagli altri esseri viventi .

La Ghiandola pineale, così denominata per la sua forma caratteristica simile a una pigna, o epifisi, ha di sua natura un'importanza notevole essendo considerata una specie di sensore elettromagnetico che regola ogni genere di stato, da quello circadiano a quello sonno-veglia con la produzione della melatonina, da quelli umorali con la serotonina a quelli delle percezioni extrasensoriali con la produzione di DMT.

E' situata in una piccola cavità più in alto rispetto all'ipofisi, si compone in parte di cellule nervose che hanno un pigmento simile a quello della retina, da questo potrebbe derivare la sua associazione, in alcune culture , con il terzo occhio corrispondente al sesto chakra. Questa spiegazione per fare da premessa alla procedura di attivazione dell'operatore che va ad utilizzare il trattamento energetico tramite la tecnica Crystal Mind , procedura che viene

ovviamente trasmessa sia con la spiegazione teorica che, soprattutto, attraverso il praticantato durante la Scuola, e insegna a connettersi alla forma di Luce- Energia Superiore, la Fonte Primaria visualizzabile come Oro liquido, che andrà in primo luogo a ripulire ed energizzare l'operatore, attivando la connessione tra il radicamento alla Terra e il collegamento con le sfere superiori, fino al riempimento del cosiddetto Corpo Cristallino, il nucleo energetico che circonda il corpo fisico, visualizzabile come un Dodecaedro, uno dei cinque solidi platonici, associato nella Geometria Sacra al Cosmo, mentre le altre associazioni con i quattro elementi sono il Tetraedo al Fuoco, il Cubo alla Terra, l'Ottaedro all'Aria e l'Icosaedro all'Acqua.

L'operatore, connesso con la Fonte e allineato con le Forze Celesti e Terrestri, sarà così in grado di essere semplicemente un canale che, attraverso l'intento, trasferisce le informazioni che necessitano alla persona che dovrà trattare in presenza o a distanza.

Partendo dall'attivazione dell'operatore, che è sempre uguale, esistono diversi tipi di trattamenti che si possono proporre alla persona, il cui nucleo energetico, in fase di attivazione, si immagina incluso in quello dell'operatore per favorire appunto lo scambio delle informazioni.

Si potrà lavorare su tutti i piani , fisico, emozionale, mentale e spirituale, andando a sciogliere eventuali blocchi energetici che provochino disequilibri su uno o più dei citati piani o semplicemente a lavorare sul mantenimento dell'equilibrio se già presente .

Nel trattamento **Crystal Mind di base** si lavora attraverso le informazioni trasmesse dall' energia dei quattro elementi, Terra, Acqua, Fuoco e Aria più l'Etere, è somministrabile a distanza o tramite il rocco delle mani , su specifici punti del corpo, dalle quali si visualizza la fuoriuscita dell'energia, che assume via via i colori corrispondenti agli stessi elementi, quindi marrone, blu, rosso,

celeste e bianco, terminando con l'infusione di Oro che li racchiude tutti.

Un deficit dell'elemento Terra comporta una mancanza di radicamento, una scarsa sintonia con il proprio corpo, riequilibrandolo si andrà a lavorare sulle radici, immaginando l'energia della Terra che salendo percorre e riallinea la colonna vertebrale agendo quindi anche sulla stabilità a livello muscoloscheletrica.

Lavorando con l'elemento Acqua andremo invece a immaginare di sciogliere quelle memorie ancestrali contenute nel corpo, fatto come sappiamo per quasi il 70% di questo elemento, che abbiano intorbidito e reso stagnanti i fluidi corporei, favorendo quindi il naturale scorrere degli stessi e, disciolte le impurità, si acuirà la capacità di percezione delle informazioni, dello scambio sia a livello cellulare che a livello emozionale.

Con il Fuoco e il suo calore purificante si andranno invece a bruciare le tossine emotive, le scorie rappresentanti i pensieri limitanti, a livello fisico si rafforza il sistema immunitario e a livello sottile il corpo astrale, andando ad accendere il Sole interiore dell'Amore Incondizionato e la Luce dell'Intelletto che sarà orientata verso lo Spirito.

Con l'Aria, elemento che incarna il respiro vitale, lo spazio intangibile nel quale viaggia l'Energia , il Chi taoista o il Prana induista, che in sanscrito sta ad indicare la forza-luce, andremo a dare appunto respiro e leggerezza al cuore, appesantito dalle preoccupazioni e dalle paure, e di conseguenza all'Anima.

Si passa quindi al quinto elemento, l'Etere, evocato attraverso le immagini degli astri nella loro bianca luminosità, che andrà a connettere con l'eterno divenire, con il ritmo, l'alternanza, lo Yin e lo Yang, il maschile e il femminile.

A conclusione si immaginerà la persona riempita d’Oro dai piedi alla fontanella, dalla quale zampillerà riempiendo il Corpo Cristallino, a quel punto l’operatore ritirerà il proprio che sarà anch’esso vibrante della stessa Luce.

Questo Trattamento , come altri che andrò a descrivere, possono essere anche auto-trattamenti e personalmente, avendone fatto largo uso, posso testimoniarne il potere trasformativo, sempre se ovviamente accompagnato dalla volontà di cambiamento e di rottura dei fissi schemi mentali.

Un altro dei trattamenti che ho potuto verificare risulta molto gradito è la **Colonna Vibrazionale**, che non può essere somministrato però né a distanza né come autotrattamento, poiché necessita di determinati movimenti esercitati con le mani sulla colonna vertebrale della persona, che vanno dal coccige fino alla cervicale, andando a liberare ogni vertebra dalle memorie emotive trattenute, basandosi sulle interpretazioni che vedono appunto la colonna sia come uno schema dove sono registrate tutte le fasi dal pre-concepimento al post nascita dell’individuo , sia una sorta di mappa dove possiamo leggere, in relazione al tratto interessato, le diverse situazioni emozionali che stiamo somatizzando.

Convenzionalmente la colonna si immagina divisa in cinque zone:

- Zona Cervicale, il ponte tra il tronco e la testa, che rappresenta quindi anche il luogo di passaggio tra le idee e l’azione, la capacità di guardare una situazione da diversi punti di vista, attraverso la roteazione del capo, nonché quella di dare prova di umiltà, attraverso l’abbassamento dello stesso;
- Zona Toracica o Dorsale, che comprende dodici vertebre e si prolunga nella gabbia toracica che sostiene e protegge gli organi interni, è la zona dell’affettività e del sostegno non inteso in senso materiale; i dolori in questa zona andranno ad indicare situazioni di

eccessivi carichi emotivi o fisici per sentirsi ricompensati a livello affettivo, riconosciuti e apprezzati;

- Zona Lombare, situata all'altezza dei reni, è legata a un senso di svalutazione, all'impotenza di fronte alle difficoltà questa volta sul piano materiale della vita;

- Zona del Sacro, all'altezza del bacino, tra il pube e l'ombelico, protegge gli organi della riproduzione, è una delle zone dove si concentra il maggior accumulo di energia, e i disturbi che la colpiscono sono collegati appunto alla sfera sessuale, a una svalutazione in quel campo;

- Zona del Coccige , l'ultimo tratto della colonna, rappresenta i nostri bisogni fondamentali legati alla sopravvivenza, avere disturbi in questa zona rappresenta la nostra paura di non poter far fronte a necessità primarie come mangiare, avere una casa, ecc...

Oltre a lavorare direttamente sulla colonna, e quindi intervenendo sui vari blocchi sopra descritti, con questo trattamento si lavora anche sui meridiani della Vescica Urinaria che scorrono ai suoi lati, e che, come abbiamo visto, lavorando con i fluidi, aiutano in questo caso il trasporto delle tossine rilasciate dai blocchi energetici che saremo andati a sciogliere.

Ci sono poi due trattamenti che sono molto potenti e più evolutivi, da autosomministrarsi o somministrare alla persona che abbia già intrapreso un percorso personale di consapevolezza attraverso un periodo di trattamenti base, come quelli sopra descritti, o che giunga già da noi in uno stadio più evoluto pronta per fare un altro passo in avanti : il Trattamento dei Corpi Sottili e il Trattamento Genetico.

Il **Trattamento dei Corpi Sottili** si unisce a quello dei Tan Tien, secondo la suddivisione inferiore, mediana e superiore nei centri del corpo, usando anche il simbolismo della geometria sacra.

Come visto precedentemente parlando del Triplice Riscaldatore, i tre Tan Tien sono localizzati sotto l'ombelico quello inferiore, al centro

del petto quello mediano, tra le sopracciglia quello superiore, e sono zone ritenute importanti per il lavoro sulla propria cosiddetta alchimia interiore, l'armonizzazione cioè, all'interno di noi, dei principi opposti, maschile/femminile, Yang/Yin, Cielo e Terra, ecc... Scopo finale di questa armonizzazione è constatare che se gli opposti non si combattono a vicenda ma si integrano, si completano, si arriva a una forma di comprensione unitaria che trascende la dualità delle menti.

Lavorando sul Tan Tien Inferiore, a cui collegheremo il Corpo Fisico, quello Eterico e quello Emotivo, andiamo a ripulire questa zona dagli squilibri causati dai traumi infantili, dai comportamenti ripetitivi e stereotipati che mettiamo in atto per non affrontare le paure che da essi derivano.

Sul Tan Tien mediano, che collegheremo idealmente al Corpo Astrale e Mentale, ci spostiamo appunto nella zona delle emozioni, quelle che derivano dall'inconscio, collegato all'Astrale, e quelle che sono frutto di pensieri consci, collegati al Mentale, in relazione anche con il Mondo esterno, quindi le emozioni non integrate, le difese affettive. Infine nel Tan Tien Superiore, collegato ai Corpi Causale, Animico e Spiritale andremo a lavorare sulla mente per risveglierla dal "sonno" delle percezioni e dalla confusione.

Ci si può approcciare a questo trattamento partendo da uno squilibrio fisico, emotionale o mentale, in tutti i casi si procederà prima andando a dissolvere il sintomo sul primo Tan Tien, l'emozione che l'ha provocato sul secondo e la Causa originaria primaria nel terzo.

**Il Trattamento Genetico** pone le sue basi sulla considerazione che in tutti i saperi la conoscenza si è trasmessa attraverso linguaggi iniziatrici ritualistici o matematici che sono delle chiavi, disponibili per tutti e in ogni luogo, che aprono le porte del cammino verso l'evoluzione, e si lavora in questo caso con la simbologia numerica e

le forme della geometria sacra, che saranno “disegnate”, attraverso tocchi e movimenti con le mani, sulla persona, e che formeranno uno schema geometrico in cui la stessa sarà inscritta, che vibrerà delle informazioni ad esso associate .

Si lavora con questo trattamento liberando i nodi genetici, come indicato dal nome, per questo è necessario che la persona a cui viene somministrato sia già a un buon punto del suo cammino di conoscenza personale, perché possa essere in grado di accogliere le trasformazioni o le rivelazioni che via via emergeranno andando a sbloccare situazioni ataviche .

Con i numeri dispari, dall’ 1 al 7 si lavorerà sul passato, fungendo da porte legate alla memoria ancestrale e profonda, al karma e alla genetica, con i numeri pari, dal 2 a all’ 8, si andrà a recuperare l’Energia liberata dagli schemi del passato per poterla riutilizzare nel presente .

Tutti i trattamenti succitati possono essere eseguiti, come detto, sia con il tocco delle mani che a distanza ma anche con l’obelisco di cristallo di quarzo ialino, considerata proprio la pietra di guarigione che maggiormente lavora con le energie sottili , capace di amplificare anche quelle delle altre pietre.



#### 4.2 CRISTALLOTERAPIA

Le pietre sono da sempre state usate come strumento di guarigione, la stessa Ildegarda ne faceva ampio uso nei vari rimedi da lei concepiti, consigliandone il contatto sul corpo, o bevendo i liquidi in cui erano state immerse oppure tritandole e facendone dei rimedi topici, ed è molto interessante, da un punto di vista oltre che poetico anche simbolico, la descrizione che ne fa della loro origine :

*“ Le pietre preziose provengono dall’oriente e dalle regioni particolarmente calde. Ivi le montagne traggono dal Sole il calore e il fuoco ei fiumi sono sempre in ebollizione. Dove l’acqua lambisce le montagne che si innalzano infuocate, queste espellono una sorta di schiuma che poi si solidifica e si stacca. A secondo della temperatura raggiunta durante l’essicazione esse acquistano i loro colori e le loro proprietà ( ... )... Le pietre preziose derivano quindi dall’acqua e dal fuoco, e sono adatte in vari modi al bene, all’onestà e all’utilità ... ”*

E in effetti le pietre sono **minerali** formati attraverso i processi geologici e hanno una ben definita composizione chimico-fisica, con un particolare riferimento alla struttura atomica altamente ordinata che dà generalmente origine appunto ai cristalli.

Esistono diversi tipi di classificazione dei minerali, in base alla composizione chimica o al loro grado di durezza ad esempio, ma in questa sede mi soffermerò sulla loro suddivisione per colore, che va ad intrecciarsi con l'argomento trattato in questo lavoro, la luce appunto.

Il colore è dovuto infatti al diverso assorbimento delle lunghezze d'onda che compongono lo spettro della luce, assorbimento che è comunque determinato dalle due precedenti strutture elencate, quella chimica e quella cristallina; quelli che risultano incolori saranno quindi quelli che assorbono tutto lo spettro, mentre gli altri assumeranno colori diversi in base alle radiazioni che respingono; i minerali caratterizzati da una sola colorazione si definiscono idiocromatici, e sono più rari, quelli che presentano varie colorazioni, detti allocromatici, devono la loro varietà a cause esterne, come microinclusioni o elementi chimici oppure a distorsioni strutturali che alterano l'assorbimento di determinate lunghezze d'onda .

Come già visto, anche in questo caso, la fisica ha spiegato che le pietre, oltre alla capacità di cedere e assorbire calore e luce, possiedono un campo energetico che è appunto alla base del loro utilizzo come strumento di terapia, capace di interagire con l'energia umana.

Ogni pietra, ogni cristallo ha le proprie caratteristiche specifiche e di conseguenza operative e tramite la Cristaloterapia, partendo dalla loro colorazione, sarà quindi possibile lavorare per armonizzare squilibri fisici, emozionali nonché energetici.

In questa sede vedremo l'associazione con i chakra di cui abbiamo parlato precedentemente, in relazione appunto alla diversa colorazione:

I **minerali neri**, così come quelli rossi che vedremo dopo, vengono usati per il riequilibrio del I chakra, nello specifico questi mettono in contatto con le proprie radici, comprese quelle degli antenati, aiutano ad eliminare l'eccesso di energia dovuto a blocchi o ristagni che possono causare agitazione psichica o infiammazione a livello fisico, compresa quella dovuta all' inquinamento tecnologico.

La loro colorazione, che evoca il buio, li rende utili per contattare le proprie paure, soprattutto quelle radicate dall'infanzia per illuminarle e consentirne l' integrazione.

Appartengono a questa categoria ad esempio la shunghite, l'ematite, la tormalina nera, l'onice nero, l'ossidiana nera, ovviamente , all'interno della stessa gamma di colori, ogni pietra avrà poi la sua qualità di particolare informazione

I **minerali rossi** sono riscaldanti ed energizzanti sia sul piano fisico che interiore , sono stimolanti in risonanza con la circolazione sanguigna, e , per estensione con il ciclo mestruale, la fertilità e la sessualità, aumentano l'ossigenazione e inoltre aiutano a migliorare l'assimilazione di sali e vitamine dal cibo.

Sono collegati, come detto, al primo chakra, e si usano quindi per favorire il radicamento e lo scarico di energie e pensieri densi, persone cardiopatiche o troppo irascibili dovrebbero però evitarne l'uso.

Qui tra le più conosciute troviamo il rubino, il granato, il diaspro e il calcedonio rossi

I **minerali arancioni**, quando usati per risonanza con il secondo chakra, sono potenti trasmettitori di energie riequilibranti per gli organi genitali e l'intestino.

Il loro colore trasmette però anche un tipo di energia che va ad impattare favorevolmente sul piano psichico , vengono infatti usate in caso di depressione, mentre a livello fisico stimolano il metabolismo e sono sintonizzati sulla muscolatura liscia.

Tra i minerali con questo colore la corniola , l' opale di fuoco o lo zaffiro arancione

I **minerali gialli**, in virtù della loro colorazione solare, infondono gioia di vivere nei momenti bui, similmente a dei raggi solari e favoriscono l'accesso alla propria luce interiore.

A livello fisico lavorano con gli organi dell'apparato digerente e di quello neurovegetativo e in risonanza con il III chakra risvegliano la volontà personale.

Nell'elenco delle pietre gialle, tra cui il topazio imperiale, la pirite oro e il quarzo, rutilato troviamo l'ambra che, anche non essendo un minerale ma una resina fossile, manifesta le stesse proprietà .

I **minerali verdi e rosa** risuonano con il chakra del cuore, aprendolo alla sensibilità e all'amore, stimolando i sentimenti puri, le emozioni e le vibrazioni armoniche, il quarzo rosa ad esempio aiuta a provare compassione verso se stessi, a sentirsi degni d'amore mentre le pietre verdi infondono serenità, il verde rappresenta ad esempio la Vita nella tradizione buddista.

A livello fisico i verdi risuonano con le frequenze del fegato e della cistifellea, i rosa con il sistema linfatico.

Oltre il quarzo rosa troviamo in questa categoria l'avventurina verde, la giada, la zoisite, la crisocolla, la malachite, l'olivina.

I **minerali blu**, in sintonia con il V chakra, stimolano l'espressione di se stessi, sono consigliati infatti ai flemmatici e ai pigri, favoriscono la comunicazione e il pensiero creativo anche con i piani superiori, sono indicati per conciliare il sonno.

A livello fisico agiscono sull'apparato respiratorio a livello della gola liberando le parole non dette, sui reni, sull'equilibrio acido-basico e su quello ormonale.

Tra le pietre di colorazione blu troviamo l'azzurrite, i lapislazzuli, l'acquamarina, il calcedonio blu, la labradorite

I **minerali viola**, in relazione al VI chakra sono legati anatomicamente alla ghiandola pituaria ed etericamente sono stimolatori delle qualità spirituali in virtù del collegamento con il 3° occhio, già dall'antichità questo colore simboleggiava i mondi immateriali nel passaggio Vita -Morte-Vita.

In caso di rabbia o tristezza favoriscono la riflessione, aiutano la concentrazione, hanno un'azione protettiva nei confronti delle influenze esterne, favoriscono la libertà di pensiero.

Tra le pietre troviamo la ialite, l'ametista , la lepidolite

I **minerali bianchi-argentei** , rafforzano le potenzialità delle altre pietre, legati al VII chakra aiutano a sviluppare i propri talenti e aumentano l'energia interiore, in risonanza con il lato lunare, femminile, favoriscono l'intuizione e la sensibilità.

Pietre bianche sono ad esempio l'howlite, il quarzo latteo, la pietra di luna, il cristallo di rocca.

I **minerali multicolori** stimolano tutti i centri energetici e risvegliano l'aspetto naturalmente gioioso e giocoso dell'infanzia.

La scelta delle pietre può essere proposta o dall'operatore dopo aver effettuato il trattamento energetico, per proseguire e amplificare la risonanza là dove se ne sia avvertito il bisogno, o in associazione ai colori dei chakra laddove si siano appurati disequilibri, oppure fatta direttamente dalla persona a livello istintuale, cioè con la parte più in contatto con noi, che sa cosa ci occorre veramente al di là delle sovrapposizioni mentali, quando non sappiamo cosa decidere.



## 5. IL FUOCO

... “Ogni pietra ha in sé fuoco e umidità. Il diavolo detesta le pietre preziose e le disprezza, perchè gli ricordano che il loro splendore si manifestò prima che egli decadesse dal posto d'onore conferitogli da Dio e, inoltre, perchè certe pietre scaturiscono dal fuoco, l'elemento in cui lui stesso sta scontando la pena..... (Sant' Ildegarda di Bingen )

Parallelamente a Lucifero, passato dallo stato di Angelo a quello di Diavolo, anche il simbolo del Fuoco ha subito la stessa sorte, passando da fonte di Illuminazione e di Vita, donando chiarore e calore, a sinonimo di malvagità e Morte, o più spesso alternandosi in queste opposizioni.

Se infatti, rimanendo come esempio nel Cristianesimo, troviamo il fuoco nelle fiamme dell'inferno, vero è che con una lingua di Fuoco si manifestò lo Spirito Santo nella sala dove erano riuniti i discepoli, tremanti e sperduti dopo che la Luce del Cristo si era

apparentemente spenta nel loro mondo terreno, portando in dono l’Illuminazione sia della mente che del cuore.

Il Fuoco rimane comunque l’elemento rappresentativo e tangibile riferito alla Luce più significativo, e, anche attraverso i miti e i racconti, è possibile seguirne la rilevanza che gli è stata da sempre riconosciuta.

Infatti, come scrive Clarissa Pinkola Estes nel suo meraviglioso libro Donne che corrono con i Lupi, le storie che giungono alle nostre orecchie possono essere ascoltate semplicemente a livello di conversazione, oppure tradotte in arte e sapere o, ancora, possono attivare il passaggio che dona all’Anima i segnali da inserire nella mappa per acquisire la conoscenza, che porta alla consapevolezza nel suo viaggio terreno.

### 5.1 PROMETEO E CHIRONE

Ed è in quest’ultima ottica che ho cercato di “sgranare” il mito di Prometeo e il Fuoco, simboleggiante calore e Illuminazione sia a livello fisico che morale, la cui narrazione mi ha portato spontaneamente al paragone con il racconto della cacciata dal Paradiso Terrestre di Adamo ed Eva, di cui si narra nella Genesi.

Ho ritrovato lo stesso simbolismo tra il Fuoco che Prometeo ruba dall’Olimpo per donarlo agli uomini e la Mela che il Serpente offre in tentazione ad Eva e poi da lei ad Adamo e, senza nessuna blasfemità, a seguire tra la figura del Cristo e quella di Chirone .

Il Fuoco e la Mela sono entrambi il simbolo della separazione dall’Uno, dal Sacro, segnano l’entrata nella dualità, se da un lato donano la Luce alla Mente, all’intelletto, dall’altra gettano nell’oscurità lo Spirito, la percezione di unità con il Divino viene

meno, si affievolisce sempre più nei secoli della storia umana, fino a diventare oblio.

La mela di Eva ed Adamo è il frutto dell’Albero della Conoscenza del Bene e del Male, della Luce e dell’Ombra, della dualità e dove c’è dualismo c’è possibilità di scelta, subentra allora il libero arbitrio, si viene a formare l’Io, la Personalità, ma rimane forte e inconsolabile il senso di separazione, la linea di frattura con il Sé Consapevole di essere parte di un unico disegno d’Amore.

Prima del dono del Fuoco agli uomini da parte del Titano Prometeo, come racconta Esiodo, c’era la cosiddetta Età dell’Oro nella quale, come nel Giardino dell’Eden, gli uomini vivevano in uno stato di continua consapevolezza, in assenza del senso dell’Io, e la morte era un semplice trasformarsi in Spiriti, un oltrepassare il sottile velo tra i Mondi.

In seguito, in quella dell’Argento, si narra che gli uomini non mangiassero carne ma sacrificassero l’intero animale ucciso, nel senso etimologico del termine ”sacrum facere”, cioè compissero l’azione di spostamento dal profano al divino, per mantenere il contatto, la continuità tra i due mondi, attraverso il rito dell’olocausto, che vuol dire appunto “bruciare per intero”.

Con la presa di possesso del Fuoco, potendone cuocere le carni, si compie l’inganno a Zeus, si offre la sola pelle dell’animale riempita con le ossa avvolte nel grasso, tra l’altro riproducendo lo stesso inganno che sua madre Rea aveva fatto per salvarlo dalle fauci del padre Crono, che inghiottiva tutti i figli che lei partoriva, nel timore di essere detronizzato, come aveva fatto lui stesso con suo padre Urano.

Si spezza anche qui, come nel giardino dell’Eden, il continuum Uomo-Divino, e si piomba nella dualità, nella continua alternanza degli opposti che non si riescono a trascendere per tornare all’Unità.

Adamò ed Eva sono quindi i progenitori di un'umanità scacciata dallo stato di gioia celestiale per aver disubbidito al Divino a cui il Cristo, con il suo personale sacrificio indicherà la Via Cristica, di cui abbiamo già parlato, che conduce al sacrificio dell'Io, della personalità, da percorrere per riconnettersi con il Sé connesso al Divino.

Nel mito di Prometeo sarà lui stesso ad essere personalmente punito a monito per tutta la razza umana, tramite l'incatenamento al Monte Atlante e il supplizio inflittogli dall'aquila che di giorno mangia il suo fegato che ogni notte ricresce, finchè Chirone, l'immortale centauro saggio e dotto, dotato di straordinaria "umanità" che pone al servizio tramite le sue straordinarie abilità di curatore, sofferente per la ferita inflittagli per sbaglio dalla freccia avvelenata di Eracle, senza alcuna possibilità di curare sé stesso, chiederà a Zeus di liberarlo, offrendo in cambio la sua immortalità.

Si attiva la Ferita primordiale, la Ferita che dà origine a tutte le altre, quella della Separazione dal Divino che erroneamente scambiamo per la ferita di separazione dalla madre, che è in realtà secondaria ad essa, e Chirone, rifiutato dal padre Crono già prima di nascere perché frutto di una relazione clandestina con Filira, e successivamente anche dalla madre, che non lo accetta nella sua doppia natura uomo-cavallino, ne diventa il simbolo.

Come Chirone siamo tutti portatori di questa ferita e, usandolo come archetipo, possiamo comprendere il processo che porta alla guarigione, un cammino personale che prevede la capacità di accettare il dolore e, attraverso il varco aperto dalla ferita, far sgorgare la Luce che ci permetta di vedere la nostra bellezza nella vulnerabilità, per intraprendere il cammino di compassione e amore, che è il percorso evolutivo che veniamo a fare incarnandoci, che

trascende il senso dell’Io inteso come manifestazione della mera personalità.

L’umanità da allora, da dopo il compimento dell’azione nefasta, vive nel senso di colpa che produce paura, la quale crea uno spasmo che chiude il contatto con i corpi sottili e impedisce l’accesso alla consapevolezza , ci si affida solo ai sensi fisici e si sprofonda nell’illusione che l’unica realtà sia quella di cui possiamo fare esperienza attraverso loro.

Ma anche la scienza ci ha confermato che possiamo “osservare tangibilmente” solo il 5% della materia, il 95% ci è oscuro, non visibile, ma questo non vuol dire che non esista, il che ci porta alla considerazione che non sia possibile parlare di Luce senza la sua controparte , l’Ombra e che Illuminarsi non vuol dire “immaginare” squarci di luce bensì far emergere, “dare luce” all’ Oscurità .



## 6. LUCE e OMBRA – OPPOSTI APPARENTI

Sulla Luce e sulla sua natura esiste, come abbiamo in minima parte visto, un materiale infinito sin dall’ alba dei tempi in ogni antica sapienza, dal taoismo all’induismo, dal Cristianesimo all’Alkimia, dalla Kaballah alla meditazione, solo per fare alcuni esempi, fino ai nostri tempi, dove le intuizioni sono state, e continuano ad esserlo, supportate anche dalle conoscenze scientifiche.

La Luce è sempre stata intesa come un attributo simbolico, riferito ora a un Dio ora a un uomo, oppure, nel periodo caratterizzato solo dal pensiero scientifico e razionale, a una fonte materiale che la produce, in ogni caso è sempre in relazione al rischiarare, al rendere visibile ciò che è nell’oscurità, infatti anche il buio può essere guardato ma senza che sia possibile vedere nulla, quindi la Luce è strettamente legata alla Conoscenza, diventando il veicolo dell’Informazione.

Una delle sette leggi universali, precisamente quella sulla polarità, che si attribuiscono a Ermete Trismegisto, che le avrebbe personalmente incise sulla Tavola Smeraldina, recita :

*“Tutto è duale; tutto è polare: per ogni cosa c’è la sua coppia di opposti. Come simile e dissimile sono uguali, gli opposti sono identici per natura e differiscono solo di grado. Così gli estremi si toccano; tutte le verità non sono che mezze verità e ogni paradosso può essere conciliato”*

Luce e Oscurità, come manifestazione della polarità sono anche una delle dieci coppie di opposti pitagorici, dove la Luce rappresenta “ciò che dà colore alle cose”, quindi ne determina i limiti, mentre l’oscurità li nega ed è quindi in corrispondenza con l’indeterminato. Le qualità associate alla luce erano considerate luminose, diurne, maschili, calde, solari e tendenti ad avere una forma, tendenti alla quiete, mentre quelle dell’oscurità erano notturne, femminili, fredde, lunari e illimitate, in moto continuo, e, considerato che l’Armonia si può raggiungere solo dall’equilibrio dei contrari, tutte le energie, al di là della considerazione di Bene o Male, sono considerate “salvifiche” come dirà anche Platone, in quanto concorrenti all’equilibrio e alla realizzazione anche della nostra interiorità .

Molto spesso però, come ben illustrato sempre da Platone nel mito della Caverna (Repubblica, Libro VII), tra la fonte della Conoscenza, rappresentata dalla Luce del Fuoco, e l’oscurità totale della caverna, ci si ritrova incatenati in una falsa idea, in un chiaroscuro, che è invece solo un riflesso del fuoco che arde fuori.

Ognuno di noi nel proprio angolo della caverna è convinto di vedere la Luce, di essere al posto giusto, nella giusta prospettiva, ma in realtà la vera fonte, simbolicamente rappresentata dal fuoco, si trova fuori dall’antro ed è raggiungibile solo muovendosi, contattando il coraggio, cioè ascoltando il cuore che sa pensare, come visto

precedentemente, e che, se ascoltato, ci comunica quando e dove si sente appunto “ a suo agio”, nella sua condizione vera e totale.

Diventa necessario allora comprendere che in Natura tutto è polarità, ritmo, quindi neutrale, siamo noi con il nostro atteggiamento a creare contrapposizioni, ponendoci scelte che prevedono “**o** questo **o** quello” invece di entrare nella coscienza unitaria dell ‘ “ **e** questo **e** quello”, la quale, liberandoci dalla schiavitù delle circostanze e del giudizio, principalmente verso noi stessi, ci permetta di smettere di combattere sempre “contro” qualcosa .

Quello che non ci piace all'esterno, quello che ci infastidisce o addirittura non sopportiamo negli altri, sono semplicemente aspetti di noi che non riusciamo a vedere da soli, che abbiamo relegato nell'ombra e che, appunto tramite gli altri, vengono illuminati per permetterci di integrarli.

La relazione primaria di cui prendersi cura è quella che ognuno ha con sé stesso rispetto alla sua sacralità, ancora prima di quella con i nostri genitori, sui quali spesso, volontariamente o meno, scarichiamo la responsabilità delle nostre ferite emotive, dei nostri fallimenti, delle nostre frustrazioni e delle nostre mancanze.

Come illustrato in campo psicologico da Jung, nel suo Libro Rosso, ma come descritto metaforicamente e mirabilmente anche da Dante nella Divina Commedia già dal suo incipit “ *Nel mezzo del cammini di nostra vita*”, è generalmente tra i 30 e i 40 anni che si presenta la crisi, o quantomeno sarebbe auspicabile che accada, che ci porta ad uscire dalla cosiddetta coscienza di gruppo per entrare in quella dell'individuo, che non vuol dire dividersi dagli altri ma non essere più divisi dal Sé, quindi diventare interi.

Spesso, purtroppo proprio per la difficoltà che abbiamo a saperci ascoltare dentro, a stare nel presente, nel qui e ora, tutti protesi come siamo verso il fuori, verso il futuro, l'inizio di questa “crisi salutare ”

può coincidere con una perdita, un momento doloroso, un evento che definiremo negativo se non riusciamo a inquadrarlo nella giusta ottica.

Arriva infatti il momento in cui bisogna staccarsi dall' errato convincimento della relazione primaria con la madre, cessare insomma di sentirsi figli, cioè bisognosi di sentirsi protetti, accuditi, coccolati, quindi rinunciare a pretendere il riconoscimento dal fuori, da una figura esterna, che si "paga" con l'assoggettamento a condizionamenti, credenze , stili di vita che non sono veramente nostri, ma usiamo per compiacimento, nel timore di essere abbandonati, per correre il rischio di essere sè stessi, per recuperare i frammenti di noi che abbiamo lasciato sul cammino, per farci Dono del dovuto riconoscimento interiore.

Per poter imparare a dire no, e di conseguenza a saper accogliere i no che ci vengono detti senza sentirci rifiutati, è necessario sapersi radicare alla Terra e contemporaneamente innalzarsi verso il Cielo in modo da connettersi con il Cuore, con il *cor-agio* di scendere ad esplorare le nostre zone oscure, per illuminarle e scoprire che magari è proprio lì la nostra forza, quella che ci riconnette al nostro vero sentire.

Guidati dalla Luce saremo in grado allora di scendere nelle nostre profondità, preparati a trovare sia il Tesoro che anche il Mostro delle nostre Paure, perché non è facile riconoscersi un sentire diverso che spazzi via i pilastri sui quali ci si era appoggiati, anche se non li consideriamo più in grado di sorreggerci.

## 6.1 IL VIAGGIO NELL'OMBRA - VASSILISSA

Il viaggio che compiamo nella nostra Ombra lo ritrovo simbolicamente descritto nell' antico racconto russo Vassilissa, che ha molto in comune con il mito di Persefone, con il quale condivide proprio il senso dell'alternanza ciclica Luce/Ombra.

Anche nel racconto di Vassilissa ritroviamo il Fuoco come simbolo della presa di coscienza, dell'illuminazione intesa come il potersi e sapersi affidare al proprio istinto.

All'inizio della storia, comune a molte fiabe, Vassilissa rimane orfana della madre, una madre amorevole e accuditiva che le lascia in dono una bambola affinchè possa proteggerla al suo posto.

Ci ritroviamo qui con il primo importante compito da affrontare per iniziare il viaggio verso noi stessi, lasciare andare" la buona madre", staccarsi , come abbiamo già detto, dalla rappresentazione della figura protettiva che ci ha nutrito e accudito da bambini ma che, ad un certo punto del percorso, può diventare da benefica a "troppo benefica", dove il troppo assume l'accezione negativa, precludendoci la possibilità di affrontare nuove e solo nostre sfide nella Vita.

Ma la fortuna di avere avuto una "buona madre" è senz'altro un grande aiuto, il dono che lascia, attraverso la bambola, rappresenta la sua capacità di farsi da parte al momento opportuno per tornare a scaldare con il fuoco del suo Amore, che diverrà la base della nostra sana parte istintuale, quando se ne avrà bisogno.

Volendo assimilare questo viaggio dentro di Sé al Viaggio Cronologico terreno, possiamo dire che questa azione è quella che si dovrebbe compiere giunti all'età adolescenziale.

Nella vita di Vassilissa compaiono a questo punto, anche questo argomento comune a molte narrazioni, la matrigna e le sorellastre

che la vessano e sfruttano, senza che lei si ribelli, per placare il senso di invidia e gelosia che provano verso la sua bellezza esteriore ed interiore, fino ad arrivare al rifiuto della sua presenza e al tentativo di annientarla, affidandogli il compito, se non impossibile quasi, di andare a recuperare il Fuoco, spento per sempre nella loro gelida casa dove non c'è Amore, da Baba Jaga, la spaventosa strega che vive nell'Oscurità del bosco.

Nell'accezione simbolica la matrigna e le sorellastre rappresentano il nostro bisogno di compiacere gli altri pur di essere accettati, di sentirsi desiderati e benvoluti, lo spostamento che facciamo dal ricercare benevolenza per sentirsi protetti dalle figure genitoriali a quelle del mondo, siano esse amici, partner, colleghi, maestri, ecc..., il riscontro interiore che diamo ai giudizi su di noi che provengono dall'esterno, fino a che, come abbiamo visto precedentemente parlando del passaggio dalla coscienza di gruppo a quella individuale, non avviene un evento, una spinta che ci porta ad affrontare da soli il viaggio nell'Ombra, come accade appunto a Vassilissa.

E la bambola che ha ricevuto come dono ultimo dalla buona madre è quella che la guiderà nell'oscurità del bosco, fino a permettergli di arrivare faccia a faccia con le proprie paure, rappresentate dalla vecchia strega Baba Jaga che vive in una casa poggiata su zampe di galline con ossa e teschi come steccato e si sposta volando in un mortaio.

La bambola qui rappresenta il dono del sano istinto, dell'intuito, quello capace di farci muovere anche in situazioni apparentemente spaventose o sconosciute, è l'invito ad affidarsi ai sensi interiori in determinati momenti, quando fuori sembra tutto buio e oscuro, a trasferire il potere dell'illuminazione all'intuizione, fidandoci che ci guiderà dove è necessario che si vada per poter proseguire nel cammino intrapreso.

E' solo infatti mettendo a tacere per un po' la nostra parte razionale e affidandoci a quella istintuale che possiamo imparare a familiarizzare con quelle parti "oscure" che incontriamo nel viaggio nella nostra Ombra, con il diverso, con l'arcano, con il mistero che la mente pragmatica, poiché non può catalogarlo e ne ha paura, rifiuta e non concepisce.

Non sarà un compito facile giacchè Vassilisa dovrà superare diverse prove per essere accettata e non "inghiottita" da Baba Jaga, e ancora affidandosi alla bambola e ponendo la sua fiducia, o meglio la sua resa, nelle sue mani, riuscirà a convincere la strega a farle dono del Fuoco, sotto forma di teschio di Luce, non prima di aver recepito l'insegnamento che compiere il viaggio nell'Ombra non vuol dire sforzarsi per essere capaci di trasformare e indirizzare le cose a proprio piacimento, bensì significa imparare a guardare, a sopportare la vista della propria numinosità, attraverso la luce potente del fuoco che esce dagli occhi del teschio, senza fuggire, a saper continuare a vivere nel Mondo senza essere del Mondo, come ci ha invitato a fare il Cristo.

Baba Jaga ammonisce infatti Vassilissa quando, trovato il coraggio di guardarla in faccia e di parlarle, comincia a porre domande per comprendere il Mistero del lato Oscuro avvertendola "... *Se troppo saprai, presto invecchierai...* ", che potrebbe essere un invito ad accogliere il paradosso socratico " *So di non sapere* ", perché è importante comprendere il ritmo naturale e fondamentale della Natura, l'alternanza Vita/Morte o meglio il lasciar vivere e il lasciar morire, senza usare la mente ma ponendosi con il naturale sentire del Cuore.

Nel finale della storia Vassilissa prende il teschio con gli occhi di fuoco e si allontana per far ritorno a casa e condividere il dono ricevuto , con l' orgoglio di chi è stato denigrato e può ora manifestare il suo valore, con la matrigna e le sorellastre, che saranno

invece incenerite dagli occhi di fuoco del teschio perché ritenute non degne di essere “riscaldate” dal suo calore.

Durante il viaggio di ritorno anche Vassilissa ha avuto timore del potere della luce del teschio, poiché la sua acquisizione porta in dono la fiaccola luminosa della Conoscenza, l’acquisizione del Sé e questo “potere” implica l’inizio di un lavoro che non finirà più, quello su Sé stessi.

E’ molto più facile buttare via la luce e tornare a “dormire” perché una volta che si è “illuminata” la zona d’ombra e si vede chiaramente questo non consente più di rimanere fermi, si comincerà veramente a vedere e non solo a guardare, soprattutto bisognerà essere capaci di sopportare che gli aspetti negativi, le cose o le persone che non sono per noi, una volta illuminate si allontanino naturalmente, come succede alla matrigna e alle sorellastre che vengono incenerite appena giunte al cospetto del teschio di fuoco,

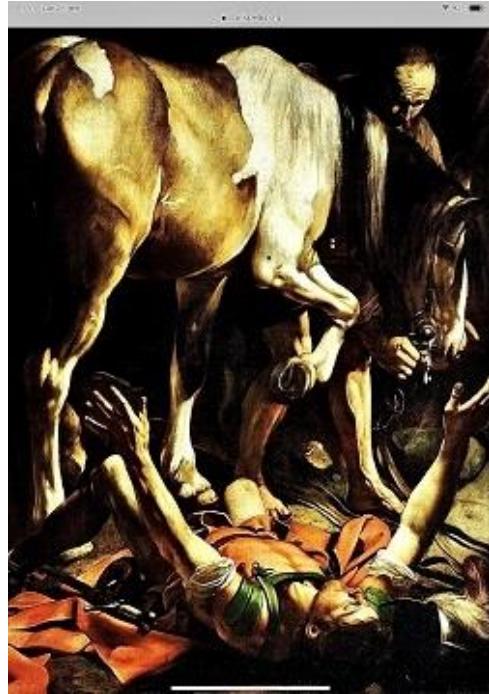
Come visto nel racconto di Vassilissa il prezzo da pagare per arrivare alla Luce è attraversare l’ Ombra e saperne uscire rinnovati, comprendendo che tutto è un processo di contrazione, tutto passa e tutto torna, tutto è ritmo.

Se non ci fidiamo, se non lasciamo che l’evento ci narri la sua storia ma lo evitiamo, creeremo accumulo nell’Inconscio, nell’Ombra e di conseguenza continueremo ad attirare nella nostra vita le persone che andranno a colpire o saranno colpite da quelle parti, finché non avremo il coraggio di attraversarle.

Per lavorare con l’Ombra quindi bisogna non negare, non rimuovere, ma integrare gli aspetti, gli opposti, stabilendo un dialogo sia a livello consciente con le emozioni che via via si presentano, sia a livello inconscio, dove ci potranno venire in grande aiuto i Sogni che, attraverso i simboli, ci parlano delle parti di noi che non portiamo alla Luce durante il giorno.

Imparare a stare negli eventi, nelle situazioni, nell'impermanenza, senza identificarsi insegna e ci regala chiarezza.

Come scrive la psicologa Elena Caramazza nella prefazione alle Conferenze di C.G.Jung, “.... *L'anima non consola, ci accompagna e basta, ci sta vicino. L'anima ci fa presente che esiste questo e quello, per tutti, non che andrà tutto bene.-(...). Una possibilità di riscatto sta nel superamento dell'Uomo come unità di misura (...). Nella vicinanza agli animali che conservano nel nome questa desinenza di anima. Lo sguardo sappia zoommare tra grande e piccolo, tra luce e ombra, tra alto e basso, tra io e sé, tra bene e male, tra vita e morte, per ritrovare la costante di tutte le cose, del cosmo, dell'uomo, della materia: il principio di una interazione tra forze che non dà tregua e sposta continuamente la meta, perché ogni cosa reale, perfino Dio secondo Jung, ha un'ombra.....*”



## CONCLUSIONI

Mi fa piacere concludere questo lavoro, che è stato un nutrimento per la mia mente e il mio cuore, con l'immagine riportata sopra del meraviglioso quadro La Conversione di San Paolo di Caravaggio, pittore che amo molto, maestro dei giochi di Luce e Ombra, e che, vivendo a Roma, ho la fortuna di poter andare ad ammirare nella Chiesa di Santa Maria degli Artisti in Piazza del Popolo.

Lo trovo infatti emblematico, rispetto a quanto finora trattato, perché mostra perfettamente il "lavoro" che compie la Luce quando arriva a integrare l'Ombra.

Per terra troviamo Saulo/Paolo, ancora con indosso "i panni esteriori" del soldato romano, illuminato da questa Luce avvolgente e calda, con gli occhi dolcemente socchiusi, non serrati come tipico di chi ha paura e non vuole vedere, ma socchiusi appunto come

quando si aprono verso l'interno e si prende coscienza della relazione tra dentro e fuori.

La divisa da soldato infatti non stona e nemmeno risulta fuori luogo ammirando il quadro, diventa un tutt'uno con l'atteggiamento di apertura che Saulo fa con le braccia, di dolce resa, di confortante abbandono: sono questo e per come sono vengo scelto e accettato.

Anche la figura del cavallo mi ha sempre colpito, poiché mentre l'evento dell' Illuminazione sulla via di Damasco sembra appena avvenuto, l'animale risulta stranamente tranquillo, non è fuggito, anzi alza premurosamente la zampa per non calpestare il suo cavaliere disarcionato, come se quella Luce che è giunta non fosse per lui estranea ma ben conosciuta.

Questo mi riporta alle parole del Cristo quando invita a guardare gli uccelli nei cieli e i gigli nei campi, che vivono in perfetta armonia con il divenire della Vita, con il presente, con il qui e ora, perché in contatto con la Fonte di Luce e Amore che anima tutto.

Possiamo dire che nel quadro il cavallo occupa lo spazio più significativo, un sottile invito per l'uomo a uscire dall'egocentrismo che lo caratterizza e ad entrare in comunione, in flusso con tutto il Creato.

Dobbiamo ritornare all'alleanza stretta in passato con la Natura, alla responsabilità che abbiamo di custodirla e proteggerla, per troppo tempo l'abbiamo sfruttata e depredata e è ormai palese che l'uomo che si assume la responsabilità della sua guarigione e della sua armonia interiore, che lavora per divenire *il cambiamento che vuole vedere nel mondo* partecipa anche alla guarigione dello stesso, non rimanendo in balia del caos che purtroppo sta caratterizzando questo secolo, non a caso infatti la stessa parola salute, dal latino *salus*, vuol dire anche salvezza.

Stiamo vivendo in questo momento un periodo di forte chiaroscuro, riagganciandoci al mito della caverna di Platone, tipico delle

transizioni che precedono i grandi cambiamenti, dove si rimane sospesi tra passato e futuro, ognuno incatenato nel proprio personale modo di vedere il mondo, che altro non è che il frutto delle proprie esperienze, emozioni, condizionamenti, che forma la propria “personalità” e che erroneamente pretendiamo che sia la verità.

Si parla di speciazione della razza umana, di un cambiamento radicale di modi di vivere e pensare, non so se sia vero, certo è che con piacere, partendo da me, sto vedendo aprirsi tanti cuori a una totalità piena di Luce e vibrante d'Amore, che supera i dogmatismi religiosi e le diversità ideologiche e diventa vera Spiritualità, intesa come contatto con la scintilla di Luce che ognuno di noi racchiude dentro lo scrigno della sua Anima.

Lavorare con la Luce diviene allora avere come compagna quella Presenza Illuminante che aiuta ad andare nelle cose, senza scappare, senza sfuggire.

Non si tratta di sconfiggere, di superare nulla, ma, come per l'Uomo Nero che ci spaventava quando eravamo piccoli, trovare il coraggio di illuminare il buio sotto il letto, sollevare il tappeto dove nascondiamo tutto ciò che non ci piace, per riportare alla Luce i nostri talenti.

Dobbiamo diventare archeologi di noi stessi, e come loro non fare uso di strumenti pesanti, ma, attraverso la delicatezza, la leggerezza, entrare nel nucleo profondo delle nostre paure, accogliendo la sofferenza senza subirla e senza evitarla, ma trascendendola come esperienza.

E ampliando la visione, possiamo giungere ad affermare che lo stato di salute, sempre inteso nella coerenza Corpo-Anima dell'individuo, rifletta quindi anche quello sociale, in virtù delle interconnessioni di cui abbiamo parlato, e il momento storico che stiamo vivendo ne è senza dubbio un emblematico esempio.

Trascendere la concezione di sé come personalità e arrivare alla consapevolezza dell' interconnessione con tutto e tutti, è infine come mi sento di definire l' Illuminazione.

Di seguito le parole attribuite a Nelson Mandela e riadattate da vari autori, che mi sono sembrate particolarmente significative per chiudere questo lavoro :

*La nostra paura più profonda*

*Non è di essere inadeguati*

*La nostra paura più profonda*

*È di essere potenti oltre ogni limite*

*E' la nostra Luce, non la nostra Ombra*

*A spaventarci di più*

*Ci domandiamo: chi sono io per essere brillante,*

*pieno di talento, favoloso?*

*In realtà chi sei tu per non esserlo?*

*Tu sei figlio di Dio*

*Se voli basso non puoi servire bene il mondo*

*Non si illumina nulla in questo mondo se tu ti ritiri, appassisci*

*Gli altri intorno a te non si sentiranno sicuri*

*Siamo tutti nati per risplendere*

*Come fanno i bambini*

*e quando permettiamo alla nostra Luce*

*di risplendere, inconsapevolmente diamo*

*agli altri la possibilità di fare lo stesso*

*e quando ci liberiamo dalla nostra paura,*

*la nostra presenza*

*automaticamente libera gli altri*

Buon Cammino a tutti, con Amore

## **BIBLIOGRAFIA**

Fritjof Capra, Il Tao della Fisica, Adelphi Edizioni, 2014

Roberto Pinelli, In Viaggio con la Luce, Mind Edizioni, 2017

Luca Donini, Siamo suono e Luce, Edizione 2018 LD Kay-Lash

Francesca Ollin Vannini, Chirone-la Chiave dello Spirito, Om Edizioni, 2021

Yogi Ramacharaka, La Luce sul Sentiero, il Vero Sapere

Cyndi Dale , Il Corpo Sottile, Bis Edizioni, 2013

Arthur E. Powell, Il Corpo Mentale, Anguana Edizioni, 2020

Omraam M. Aivanhov, La Luce Spirito Vivente, Edizioni Prosveta, 2010

Omraam M. Aivanhov, Potenze del Pensiero, Edizioni Prosveta, 2020

Marie Noelle Urech, Ildegarda di Bingen- La medicina della luce per l'Anima e il Corpo, Edizioni Ludica, 2018

Paramhansa Yogananda - Autobiografia di uno Yogi- Astrolabio Ubaldini, 2016

Francesco Oliviero, Benattia- Nuova Ipsa Editore

Augusta Foss Heindel, Le Ghiandole Endocrine e il loro Mistero, Casa Editrice Jupiter, 2013

Giampaolo Giacomini, Trattato di Alchimia delle Emozioni, Om Edizioni, 2017

Claudia Raiville, Metamedicina- Ogni Sintomo è un Messaggio- Edizioni Amrita, 2013

Clarissa Pinkola Estes, Donne che corrono coi Lupi, Edizioni Frassinelli, 2013

Chandra Liviani Candiani, Il Silenzio è cosa viva, Einaudi Edizioni, 2018

## SITOGRAFIA

<http://www.enciclopediadelle donne.it>

<https://www.fratellanzabiancauniversale.it>

<http://planet.racine.ra.it>

<https://www.skuola.net/filosofia-medievale>

<https://www.okpedia.it>

<http://www.itisplanck.it>

<https://www.impararefacile.com>

<https://www.fabioscolari.it/epigenetica-biologia-quantistica-e-biofotoni/>

<http://www.leviedeldharma.it>

<https://www.shiatsuatelier.it>

<https://www.esseregioiaessereanima.it>

<https://www.etanali.it/chakras>

<https://www.conoscenzaevolutiva.it>

<http://www.studiomedicinatradizionalecinese.it>

<https://www.alchimiadellepietre.it/>

<http://www.sapienzamisterica.it>

<http://www.fisicaquantistica.it>

<http://www.theologia.va>

<http://www.conilfilodiarrianna.it>

<https://www.larchetipo.com>

YouTube

Pier Giorgio Caselli – Einstein e la deformazione del Tempo

Selene Calloni Williams – I Chakra