

2016

Cerchio Ifior

Annali
del Cerchio Ifior

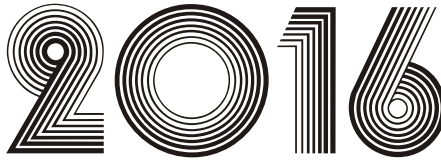
2016

Annali del Cerchio Ifior

edizione privata

Cerchio Ifior

Annali del Cerchio



edizione privata

Indice

15 gennaio 2016

Ancora a te, figlio mio 5

27 gennaio 2016

Incontro con le Guide di gennaio 9

Sommario: il rapporto con gli altri, il dono della parola, nascondere il proprio vero pensiero, la manifestazione dell'emotività, chi ha troppo e chi ha poco il senso di colpa verso se stessi, la coscienza e il senso di colpa.

12 febbraio 2016

L'uomo e la medicina] 25

12 febbraio 2016

Incontro con le Guide di febbraio]. 31

Sommario: le difficoltà dell'essere sinceri, sensi di colpa e somatismi, lavorare sui sensi di colpa, sensi di colpa e Archetipi Permanenti e Transitori, giorno verrà...

12 marzo 2016

L'alimentazione 49

29 marzo 2016

Incontro di marzo con le Guide] 65

Sommario: il Giudizio universale, riconoscere le proprie responsabilità, rimandare il lavoro su se stessi.

14 aprile 2016

Medicine, integratori alimentari e vaccini 77

27 aprile 2016

Incontro di aprile con le Guide 93

Sommario: la conoscenza di se stessi, riconoscere le proprie responsabilità, rimandare il lavoro per se stessi, i percorsi storici e il karma, il cambiamento generale e le scelte individuali, il senso di inadeguatezza, vivere positivamente i sensi di colpa, senso di colpa e karma.

16 maggio 2016

La fitoterapia 111

30 maggio 2016

Incontro di maggio con le Guide 123

Sommario: rispondere attivamente ai propri perché, la disponibilità verso gli altri, i colori, consapevolezza/inconsapevolezza

17 giugno 2016

Placebo, nocebo e terapie a base vibratoria 141

30 giugno 2016

Incontro di giugno con le Guide. 155

Sommario: il coraggio di agire, l'evoluzione dell'individuo, il Dna, il concetto di esperienza, perdonare e accettare se stessi, il rapporto tra sensi di colpa e vergogna.

2 ottobre 2016

Medicine a base fitoterapica 171

22 ottobre

Incontro di ottobre con le Guide 181

Sommario: gli Archetipi Permanenti, l'illuminazione, giusto e sbagliato, il vittimismo, la dialettica e il confronto, il momento giusto per cambiare, i tempi del cambiamento,

16 novembre 2016

Medicine e terapie a base manipolatoria 197

28 novembre 2016

Incontro con le Guide di novembre 207

Sommario: ciò che si è e ciò che si vorrebbe essere, sensi di colpa e somatismi, i bisogni propri e quelli degli altri, interagire con la vita.

17 dicembre 2016

Medicine a base filosofico-spirituale 223

29 dicembre 2016

Incontro con le Guide di dicembre 233

Sommario: i colori della Terra, l'atmosfera dell'individuo, i corpi spirituali, ripresa delle domande sui colori.

Ancora a te, figlio mio

La festività di Capodanno è il simbolo del rinnovamento, del cambiamento, della speranza in un domani migliore.

Certo, si possono criticare, anche aspramente, il consumismo che l'accompagna e gli eccessi che si verificano in una sorta di isteria collettiva, tuttavia resta il fatto che si tratta di una ricorrenza che, anche se magari solo per un attimo, crea un punto di unione tra le creature del pianeta, immagine transitoria e purtroppo solo momentanea di quella reale unione che aspetta gli uomini, uno per uno, nel momento in cui termineranno il loro percorso evolutivo.

Abbiamo concluso l'anno parlando singolarmente a ognuno di voi e alle vostre coscienze.

Nel segno della continuità seguiamo lo stesso percorso aprendo il nuovo anno di nostri interventi, nella speranza che le nostre parole spargano semi di comprensione nel vostro intimo, rendendo l'anno che verrà un anno di cambiamento positivo per ognuno di voi.

A te, figlio mio, che sei pieno di speranza dico di fare in

modo che le tue speranze non siano supportate dall'illusione ma che ciò che speri che si verifichi sia sempre aderente alla realtà di ciò che veramente ha la possibilità di realizzarsi nel tuo futuro, perché la speranza sorretta dall'illusione è una chimera che porta con sé soltanto disillusione e dolore.

A te, figlio mio, che ami la tua vita sii grato per tutto ciò che di bello la tua esistenza ti sta donando, ricavando da quel bello non la spinta ad ottenere sempre di più, bensì l'incoraggiamento per affrontare nel modo migliore anche i momenti meno belli che la tua vita, inevitabilmente, porrà a te dinnanzi..

A te, figlio mio, che hai affetti cari al tuo cuore dico di tenerteli stretti perché ciò che essi ti danno ti donano sicurezza interiore, leniscono i tuoi momenti difficili, riempiono i tuoi attimi di solitudine con la certezza che hai sempre un porto sicuro in cui cercare conforto, riparo e amore.

A te, figlio mio, che credi nel domani

A te, figlio mio, che ti poni delle mete chiedo di non lasciarti sopraffare dall'ambizione del tuo Io e di scegliere mete che sono raggiungibili e non quelle che il tuo Io, quasi sempre poco realistico, desiderebbe conquistare. Fare questo significa essere consapevoli dei propri limiti e delle proprie reali possibilità ma significa anche, sopra ogni altra cosa, riuscire ad essere obiettivi e sinceri con se stessi.

A te, figlio mio, che sai emozionarti dico di non avere paura di esprimere le tue emozioni: esse non sono un segno di debolezza che gli altri possono usare per ferirti ma ti rendono raggiungibile affettivamente da chi ti sta accanto, permettendoti una condivisione più intima di te stesso e di ciò che si mu-

ove al tuo interno.

A te, figlio mio, che sai ascoltare ricordo che ascoltare non è sempre sufficiente ma che è necessario anche interagire, consigliare, saper scegliere le proprie risposte non per ottenere qualcosa in cambio bensì per porgere a chi ti sta parlando conforto e partecipazione: molto spesso, troppo spesso, il tuo silenzio può essere interpretato come indifferenza, distacco e disinteresse.

A te, figlio mio, che ascolti le nostre parole dico di non fare di esse la Bibbia della tua vita: esse possono diventare importanti per te solo se tu le senti risuonare nel tuo cuore, ma è necessario che tu le faccia tue nel tuo intimo per ottenere il beneficio che esse ti possono portare.

A te, figlio mio, che sai perdonare chiedo di perdonare veramente e non solo a parole mantenendo vivo dentro di te il rancore o l'aspettativa del momento giusto per trasformare il tuo apparente perdono in sottile vendetta.

A te, figlio mio, che hai capito l'equilibrio della Realtà ricordo che nulla succede mai a caso e che anche gli avvenimenti più spiacevoli, più difficili da affrontare, hanno una ragione d'essere all'interno di un Cosmo in cui le colonne del "dare" e dell'"avere" alla fine si pareggiano.

A te, figlio mio, che sei consapevole che la tua vita è solo un episodio del tuo cammino ricordo che il tuo compito è quello di trarre da essa ciò che può tornare utile per il tuo percorso interiore. Vivi fino in fondo ciò che l'esistenza di volta in volta ti propone, perché nulla ti viene mai proposto che tu non possa affrontare nella maniera più giusta per te e per chi condivide il tuo percorso di vita.

A te, figlio mio, che conosci il nostro insegnamento chiedo di non prendere le nostre parole come giuste perché sono state dette da noi: esse diventano giuste per te nel momento che tu le senti tue e che ti dimentichi quale sia la loro reale provenienza.

A tutti voi, figli nostri, chiediamo di far sì che il nuovo anno che state per affrontare vi porti in massima misura non ricchezza, né privilegi, né felicità, né gratificazione, bensì quei doni che, soli, possono rendere il nuovo anno degno di essere affrontato e vissuto, cioè delle nuove comprensioni sulle quali creare un modo migliore di essere ed esprimere voi stessi.

I vostri fratelli

Incontro con le Guide di gennaio

Sommario: il rapporto con gli altri, il dono della parola, nascondere il proprio vero pensiero, la manifestazione dell'emotività, chi ha troppo e chi ha poco il senso di colpa verso se stessi, la coscienza e il senso di colpa.

La maniera in cui ognuno di voi si rapporta con gli individui con cui entra in contatto durante la sua esperienza di vita è senza ombra di dubbio una questione importante, ed è per questo che siamo ritornati più volte, nei decenni, su tale argomento, cercando di affrontarlo secondo angolature sempre diverse.

Ma qual è la sua importanza?

Essa risiede, soprattutto nel fatto che osservare come ci si rapporta agli altri fornisce elementi di comprensione di quelle che sono le proprie spinte interiori e, di conseguenza, permette di lavorare per adeguare il più possibile la manifestazione di se stessi a quelle che sono le comprensioni del proprio sentire, facendo una cernita consapevole tra ciò che, al proprio interno, è mosso dai bisogni e dai desideri dell'Io e ciò che, invece, basa l'espressione all'esterno di se stessi su ciò che proviene dalla coscienza dell'individuo.

Come accade per tutti gli elementi che sono attinenti al vivere dell'uomo nel corso della sua incarnazione, le direttive di

osservazione primaria sono sempre due: l'osservazione di ciò che si muove nell'interiorità dell'individuo allorché interagisce con l'esperienza che affronta e gli effetti che la propria azione e la propria condotta provocano nel corso della sua manifestazione all'interno del piano fisico.

Non si tratta di due punti di osservazione separati, ma di due punti di osservazione complementari che si sovrappongono e interagiscono tra di loro, fornendo una possibilità di interpretazione complessa ma percorribile dall'individuo che sia predisposto ad osservare con attenzione e con un buon grado di consapevolezza le proprie azioni e reazioni nei confronti di ciò che vive.

E' questo percorso - che, a ben vedere, non è altro che un percorso di apprendimento, seppure talvolta anche faticoso in seguito ai continui tentativi di interferenza e di tentativi per far prevalere la percezione soggettiva a scapito dell'oggettività da parte dell'Io - che, attraverso a un continuo susseguirsi del processo di "prova ed errore", porta l'individuo a modificare la propria espressione all'esterno di se stesso introiettando, nel contempo, i risultati dell'esperienza che sta vivendo, cosa che lo condurrà, a poco a poco, a raggiungere una maggiore consapevolezza, fino a raggiungere e fare sue nuove briciole di comprensione la quale, grazie a questo continuo scambio tra interno ed esterno, andrà via via ampliandosi permettendogli di proseguire lungo il suo percorso evolutivo.

E l'Io che ruolo ha in tutto questo?

E' solamente un continuo e fastidioso elemento di disturbo oppure mette in atto anche altre azioni che gli appartengono e che ci hanno portato a dire, negli anni, che l'Io è il più

evidente esempio dell'ambivalenza?

Direi che, senza alcun dubbio, è vera la seconda affermazione che ho fatto e basta un'unica riflessione per arrivare a rendersene conto.

E', infatti, tipico dell'Io cercare di evitare la sofferenza che avverte di fronte a ciò che entra in conflitto con i suoi desideri e l'illusoria concezione che esso ha di sé quale perno attorno al quale ruota tutta la realtà.

Se ciò, da un lato, porta spesso l'Io al tentativo di mascherare con l'illusione ciò che lo disturba arrivando al punto di mentire in maniera evidente a se stesso negando anche ciò che è talmente evidente da essere innegabile, dall'altro lo spinge, inevitabilmente, a modificare la sua espressione all'interno del piano fisico per stemperare i contraccolpi emotivi e mentali che subisce nel vedere gli effetti delle sue interferenze sulle persone che condividono con lui il percorso di vita.

Certo, si tratta ancora, comunque, di una modifica del comportamento conseguente a spinte strettamente egoistiche, tuttavia ogni volta che l'Io adegua la sua espressione a reazioni che gli portano una sofferenza minore esso cede una parte di sé e crea collegamenti diversi al suo interno grazie ai quali le spinte della coscienza dell'individuo possono filtrare più facilmente creando connessioni più veloci e immediate con le risultanze delle esperienze compiute.

E' su queste due direttive principali che dovrebbe muoversi l'osservazione dell'individuo che cerca di comprendere in maniera più strutturata quello che agisce al suo interno mentre invece, solitamente, la sua attenzione è più concentrata su quelli che sono gli effetti esterni derivati dalle sue azioni e rea-

zioni che a ciò che le motiva e le sostiene al suo interno.
(Rodolfo)

D - Il saper scegliere il tempo e il modo per esprimere i propri pensieri, soprattutto se sono in disaccordo con quelli degli altri, più facilmente porta alla costruzione di un percorso comune, ad una collaborazione. L'agire "d'istinto", sull'onda dell'emozione spesso negativa del momento, porta invece al contrasto, all'aggressione, all'arroccarsi sulle proprie posizioni creando divisione tra gli individui. Non è una questione di ipocrisia, ma un indirizzare in modo migliore le esperienze...

Non v'è alcun dubbio che il saper scegliere i tempi e i modi giusti per esprimere agli altri ciò che si pensa aiuta e favorisce il fluire dei rapporti interpersonali e la costituzione di basi comuni sulle quali costruire tali rapporti.

Non sempre, però, questo accade dal momento che l'Io tende a farsi avanti per ottenere o mantenere le sue ipotetiche condizioni di vantaggio sugli altri Io.

Così, dilaniato interiormente dalla lotta interna che l'individuo combatte tra i suoi angeli (le sue comprensioni) e i suoi diavoli (i desideri dell'Io) egli finisce con il reagire impulsivamente alle situazioni che si trova a dover affrontare o, cosa ancora più frequente, a fingere con se stesso e con gli altri di non avere un reale interesse riguardo a quanto sta accadendo.

L'agire "d'istinto", come dici tu, può portare a problematiche di scontro nei rapporti, ma non è detto che sia sempre e davvero solo così: "agire d'istinto", infatti, talvolta permette al-

l'individuo di cogliere di sorpresa il proprio Io permettendo alle sue comprensioni di guidare le sue reazioni invece di lasciare la cabina di comando all'Io.

Cos'è meglio, allora, agire d'istinto o mediare le proprie azioni col ragionamento (il che finisce di frequente col portare all'inazione a causa della paura di sbagliare)?

Non vi è una regola generale, in quanto lo svolgersi delle reazioni dell'individuo è fortemente condizionato dai rapporti di equilibrio tra il suo Io e il suo sentire.

Quello che si deve comunque sempre fare è non restare passivi nei confronti dell'esperienza ma relazionarsi sempre con essa, malgrado i rischi che ciò comporta, dal momento che ogni azione, sia quella istintiva sia quella ragionata, permette di acquisire nuovi dati sui quali strutturare piccoli o grandi elementi di nuove comprensioni e, di conseguenza, contribuire all'ampliamento del proprio sentire.

D - Secondo la mia interpretazione soggettiva ciò significa che dovremmo usare il dono della parola nel modo più comprensibile dalle altre persone ed esporre il nostro pensiero, che riflette sia le nostre comprensioni acquisite che le nostre incomprensioni. Sempre secondo me, è questo il motivo per cui ci è stato dato il dono della parola, ovvero per comunicare gli uni con gli altri al fine di farci conoscere per quello che veramente siamo (facendo ricorso, ovviamente, alla "sincerità").

Non c'è dubbio che la possibilità di interagire con gli altri

individui incarnati attraverso l'uso del linguaggio sia un grande dono e possa facilitare le relazioni interpersonali.

Il problema principale che si incontra nell'adoperare tale strumento è individuabile nelle diverse possibilità linguistiche (ad esempio una cultura limitata) o nelle diverse capacità espressive da un individuo all'altro (ad esempio la capacità di produrre un'esposizione fluida e coerente nella logica all'interno di ciò che viene detto)

Molto spesso, purtroppo, il linguaggio viene usato non per comunicare e per scambiare e confrontare le diverse posizioni degli interlocutori, bensì per far prevalere con forza le proprie opinioni (e questa, ovviamente, è una problematica che è strettamente connessa all'interferenza dell'Io) finendo col diventare non un mezzo di comunicazione ma di contrapposizione e di conflitti, specialmente quando è accompagnata dal non ascoltare veramente quello che le altre persone dicono basandosi sul preconconcetto, tipico dell'Io, di essere comunque al di sopra degli altri e di avere senza dubbio la ragione dalla sua parte.

Ovviamente il linguaggio non è il solo mezzo di comunicazione di se stessi che appartiene all'individuo: anche in assenza totale di parola la gestualità, la mimica facciale, la manifestazione delle proprie reazioni emotive hanno la stessa importanza del linguaggio, anzi, io ritengo che riescano quasi sempre a comunicare in maniera più evidente e reale l'interiorità dell'individuo perché sono spesso spontanee e non vengono che in minima parte mediate dal pensiero che, come sappiamo, è lo strumento sul quale l'Io esercita sempre una fortissima influenza. Non è un caso che, se ci prestate attenzione, il vostro

Io tende a bloccare l'espressione della vostra emotività, ad esempio quando – per fare un esempio davvero banale – guardate un film e vi commuovete per quanto viene raccontato, facendo sforzi non indifferenti per non manifestare la vostra commozione in quanto per il vostro Io tale manifestazione sembra un'espressione della sua vulnerabilità. (Georgei)

D - Spesso si tende a nascondere ciò che si pensa veramente, invece di dirlo in modo chiaro e metterlo così a disposizione degli altri; e questo accade anche nell'ambito dei rapporti più stretti e personali.

Hai ragione, questo accade molto spesso e, alla lunga, finisce col provocare problemi interpersonali perché, in questo modo, non si aiuta né se stessi né gli altri: se si dicesse quello che veramente si pensa si darebbe la possibilità all'altro di esprimere le sue motivazioni (peraltro soltanto supposte da chi sta interagendo) mettendo in atto uno scambio di idee che potrebbe così portare a una maggiore chiarificazione delle diverse concezioni (molto spesso neanche poi veramente così diverse) e si avrebbe, nel contempo, la possibilità di verificare se le proprie opinioni preconcrete erano illazioni senza fondamento o contenevano una parte di giustezza.

In fondo, ci si trova davanti a meccanismi di difesa, tendenti a proteggere se stessi da verità che, molto spesso, sono sgradevoli o non ci si sente in grado di affrontare a viso aperto.

Così come è un tipico meccanismo di difesa dell'Io il parlare con frasi ad effetto o con un linguaggio complicato e oltre-

modo forbito, teso a palesare la propria superiorità intellettuale e culturale ed evidentemente poco interessato a creare una situazione di reale rapporto e di interscambio reciproco.

Se andate a leggere le parole dei grandi Maestri dell'umanità noterete immediatamente che il linguaggio che da essi viene usato è sempre il più semplice e immediato possibile, in maniera tale da essere comprensibile a qualunque essere umano e da risultare alla portata di qualunque substrato culturale e da qualunque forma di intelligenza individuale.

Non a caso Gesù, in uno dei suoi discorsi, disse "sia il tuo dire sì, sì o no, no" per significare, appunto, che il rivolgersi agli altri deve essere il più semplice possibile e il meno ricoperto da inutili sovrastrutture linguistiche o culturali che, alla fine, possono creare fraintendimenti o incomprensioni.

D - "Così spesso giustificate ai vostri stessi occhi il vostro "non aver detto" affermando che lo avete fatto per non ferire, o per non deteriorare un rapporto, o per non provocare reazioni forti. Ma pensate davvero che ciò che avete non detto alla fine non possa risultare una spada che lascia ferite ancora più profonde e difficili da curare? Avete mai pensato che un rapporto si alimenta e si fa crescere non tacendo le cose che si disapprovano ma cercando, insieme, una maniera migliore per tenere conto delle esigenze e dei bisogni delle persone coinvolte?" Io direi che in questo brano Viola ci fa notare un trucchetto del nostro Io che cerca di giustificare "le cose non dette" (o "opportunamente modificate"). Fa inoltre notare che, alla fine, quel comportamento

in un rapporto può procurare più danni – magari irrevocabili – dell'aver detto ciò che si pensa.

Non trovo molto da aggiungere a quanto detto da Viola (certamente il suo modo di presentarsi a voi e il suo linguaggio rientrano nei crismi di semplicità e immediatezza di cui parlavo poco fa).

D – Viola ha anche affermato: "Avete mai avuto la percezione che una reazione forte possa essere, molto spesso, l'elemento che aiuta a esternare quello che di tormentoso e irrisolto giace all'interno? Se non esistessero le reazioni forti, fratelli, se ogni individuo fosse sempre tiepido nel suo rapportarsi, con molta più difficoltà riuscirebbe a dipanare i nodi che rendono faticosa la sua vita." Secondo me, qui si fa cenno ai famosi "modi" che spesso vengono definiti "aggressivi, poco delicati, non rispettosi dell'altro" ... Cos'altro potrebbe essere "una reazione forte"?! A quanto sembra, la reazione forte può essere più fruttuosa di quella "tiepida". Io credo che non sia la prima volta che questo viene detto, però forse non è stato mai notato (oppure risulta "scomodo" per l'Io e, quindi, non se ne tiene alcun conto).

Non posso fare a meno di citare la spesso citata frase dell'Apocalisse: "Così, perché sei tiepido e non sei né freddo né fervente io ti vomiterò dalla mia bocca".

Non è, come potrebbe sembrare a prima vista, un incita-

mento all'impulsività senza freni e senza alcuna mediazione della ragione, bensì - come anche noi spesso negli anni vi abbiamo esortato a fare - uno sprone a non essere passivi di fronte alle esperienze che vi si presentano ma a immergervi e interagire il più possibile con esse.

D – Mi domando fino a che punto è lecito manifestare sul piano fisico le proprie reazioni emotive (dell'Io), considerando il fatto che molto spesso esse sono fatte di aggressività e/o chiusura nei confronti dell'altro (e/o degli altri). A me risulta che mai e da nessuno sia stato approvato un comportamento senza freni! Indubbiamente dei "freni" sono necessari, però bisogna stabilire quando e dove vanno usati! L'equilibrio sta nel mezzo, quindi trovo fuorviante parlare "per eccessi" (o tutto o niente) ovvero esprimere "senza alcun freno" i propri pensieri, oppure esprimerli solo revisionati e corretti, per il quieto vivere... dell'Io!

La questione, com'è ovvio, andrebbe osservata in due direzioni: quella che comprende le proprie dinamiche interiori e le spinte che le accompagnano e che modulano l'espressione all'esterno delle peculiarità del proprio carattere e quella che esamina le conseguenze che le nostre reazioni provocano sulle altre persone che partecipano, direttamente o indirettamente, allo svolgersi dell'esperienza in atto.

Purtroppo non vi è una regola generale da poter applicare in ogni situazione, dal momento che le variabili presenti sono molte: dal tipo di rapporto che si ha con le persone interessate

che stabilisce quanto e come è lecito interagire in maniera spontanea, a quanto è possibile lasciare fluire ciò che si ha al proprio interno e che, spesso, è governato da impulsi provenienti dai desideri e dai bisogni dell'Io.

Senza dubbio la mediazione del corpo mentale riveste in quest'ambito un'importanza particolare, almeno nel momento in cui i ragionamenti che precedono l'azione tengono conto delle conseguenze - non solo su se stessi ma, principalmente, sulle altre persone coinvolte - che nasceranno da essa: il faro che dovrebbe illuminare e mediare le reazioni individuali dovrebbe comunque e sempre essere quello di reagire in maniera tale che la reazione messa in atto non sia dannosa e distruttiva ma utile e costruttiva per la relazione interpersonali. Talvolta una reazione forte offre lo stimolo necessario (persino l'aggressività può alcune volte essere utile) a scuotere l'altro e a stimolarne la controreazione mettendolo di fronte a se stesso e, come contraltare, una reazione non spontanea ma fortemente ragionata può condurre all'inazione o non essere accettata dall'altra persona perché magari, a livello razionale, basa le sue riflessioni e le sue necessità su elementi personali differenti da quelli propri di chi le sta davanti, finendo, così, col creare dei muri invalicabili invece di permettere una reale comunicazione.

Mi rendo conto che, con queste mie parole, non offro alcuna soluzione al problema che stiamo esaminando ma lascio il pallino del gioco completamente nelle vostre mani. D'altra parte non può essere che così: il gioco è sempre e costantemente diverso e soltanto i giocatori possono veramente imparare quale sia la maniera migliore per ottenere "bonus" non

solo per se stessi ma anche per gli altri giocatori!

D - Perché un individuo vive circondato dal lusso (magari senza esserselo guadagnato) e un altro si toglie il pane di bocca per darlo ad un figlio? Perché ci sono individui che non si beccano neppure un raffreddore e altri che passano da una malattia grave ad un'altra? Perché ci sono "famiglie felici" e "famiglie disperate" senza aver fatto nulla di tangibile per meritarselo?

Apparentemente le tue domande (per altro rientranti nel tipo di domande prive di una risposta soddisfacente che da sempre accompagnano l'esistenza dell'individuo incarnato e il suo tentativo di comprendere la Realtà in cui si trova immerso) non hanno una soluzione accettabile secondo le normali concezioni dell'essere umano che si chiede il perché delle ingiustizie che vede intorno a sé finendo col rifugiarsi nella concezione religiosa che "le vie del Signore sono infinite" e che il povero essere umano non è in grado di comprendere come Egli agisca.

In realtà la risposta a quelle domande non è poi così difficile da trovare esaminando la questione dal punto di vista dell'insegnamento: ogni azione provoca una reazione, ad ogni causa segue un effetto e questo continuo assestamento degli equilibri che percorre non la sola vita corrente ma anche tutte le vite precedenti porta al manifestarsi di effetti karmici ("positivi" o "negativi" come tendete a dire voi ma, in realtà sempre positivi perché la loro funzione è quella di aiutare la comprensio-

ne e, come conseguenza, di favorire l'ampliamento del sentire dell'individuo) la cui origine può non essere legata alla vita in corso ma derivare da vite precedenti, quindi sfuggire alla consapevolezza dell'individuo incarnato.

Nulla, come diciamo sempre, succede a caso e a nessuno viene dato o tolto senza motivo: per quanto i motivi possano sfuggire alla consapevolezza dell'individuo il fine ultimo è e resta comunque e sempre quello di aiutare l'individuo a crescere.

D - Mi sto chiedendo se il senso di colpa può nascere anche nei confronti di se stessi ... nel senso che "la percezione interiore di aver commesso un errore" può riferirsi anche ad un errore nei confronti di se stessi? ... per essersi sentiti responsabili nei confronti di altri individui ed aver agito in loro funzione sottovalutando i propri bisogni e accorgendosi troppo tardi che invece erano importanti. Eventualmente in questo caso, quali sono le dinamiche interiori dell'individuo? Il senso di colpa verso se stessi è determinato dall'Io più che dal sentire?

Il senso di colpa nasce sempre nei confronti di se stessi, dal momento che scaturisce dalla percezione degli errori che vengono commessi e che, magari, hanno danneggiato altre persone. E' chiaro che la sua genesi è strettamente collegata alle comprensioni che l'individuo ha fatto sue nel corso della sua evoluzione e l'Io entra in gioco in maniera evidente solamente nel momento in cui il senso di colpa viene proiettato all'esterno di se stessi modulando su di esso le proprie azioni e

reazioni.

D - A me pare che si possa condensare quanto detto sui sensi di colpa negli ultimi messaggi collegati ai somatismi in un suggerimento di questo tipo: "nel risalire dai somatismi alle incomprensione che li generano, fate emergere i sensi di colpa, ad essi inevitabilmente associati (anche in forma inconsapevole), e analizzateli, alla luce delle vostre reazioni, allo scontro fra le istanze etico-morali, che vengono dalla vostra interiorità e quelle che vengono dall'ambiente esterno (Archetipi Transitori)".

E' un suggerimento un po' contorto!

A livello teorico è certamente valido però, a mio avviso, risulta molto complicato da mettere in atto perché mette in gioco elementi che non sono così facilmente analizzabili (o percepibili) da parte dell'individuo e presuppone principalmente un'analisi di tipo mentale mentre l'analisi, per essere più completa, dovrebbe comprendere anche, per esempio, i dati provenienti dalle emozioni dell'individuo.

Il suggerimento più semplice e applicabile resta quello dell'osservazione di se stessi, dal momento che tale osservazione dà la possibilità di fornire una visione più completa delle proprie dinamiche interiori, inviando, in tal modo, al corpo della coscienza e al sentire un insieme di dati più ampio e più strutturato.

D - La coscienza può avere un senso di colpa?

No, la coscienza non prova sensi di colpa perché non emette giudizi su se stessa ma prende semplicemente atto di ciò che la sua propaggine incarnata sul piano fisico ha compiuto e che gli segnala quali parti del suo comportamento sono state in sintonia o in antitesi con i modelli che la Vibrazione Prima gli suggerisce di tendere a raggiungere per entrare in armonia con la Realtà.

D - Per quel che mi riguarda, io mi sento preda di un senso di colpa, nel momento in cui, prendo atto delle conseguenze di un mio errore, compiuto magari anche molto tempo prima e non sempre, al tempo, con la piena consapevolezza che si trattasse di un vero e proprio errore. Si tratta ovviamente, di conseguenze, che mi mettono a disagio e che mi fanno soffrire, oltre che farmi arrabbiare, a volte, con me stesso.

Quello che dici è vero ma è anche indicativo di una visione in un certo qual modo limitata: i sensi di colpa dell'individuo non sono solo quelli di cui è consapevole ma anche la miriade di sensi di colpa che l'Io non riconosce e che tenta – spesso con effetti disastrosi – di ricacciare più profondamente nella sua interiorità e il più possibile lontani dal poter diventare consapevolezza, nell'illusione che non prendere consapevolezza dei propri errori basti per eliminare il perché tali errori siano stati compiuti.

D - Mi sembra sia stato chiarito che il senso di colpa di cui parlano le Guide sia quello derivante dal "disagio interiore" per il raffronto (inconscio) tra quanto ritenuto "giusto" dalla propria coscienza di Io incarnato - quindi parziale e incompleta - e quanto invece suggerito dagli Archetipi Permanenti. In altre parole, credo si possa dire che questo "disagio interiore" sia causato - come detto più volte - dall'errata interpretazione di quanto portato dalla Vibrazione, errore che ha determinato le nostre personali incomprensioni.

Più che una domanda è un'affermazione, affermazione che, per altro, io sostengo e condivido.

D - Se le incomprensioni e i somatismi pur rimanendo in buona parte inconsci, tuttavia noi nel piano fisico "ne subiamo" degli effetti come l'egoismo nelle incomprensioni, oppure certi comportamenti ripetitivi nei somatismi, è possibile che anche i nostri sensi di colpa inconsapevoli associati al somatismo ci "condizionino"? e se ritenete di sì, avete anche qualche idea in che maniera questo possa avvenire? Io no.

Certo che condizionano e, come abbiamo detto, sono portatori di quel disequilibrio interiore che conduce al formarsi di nuclei vibrazionali tendenti alla cristallizzazione nell'interiorità dell'individuo, diventando i germi che daranno poi "vita" ai somatismi. Creature, serenità a voi.(Scifo)

L'uomo e la medicina

Un saluto a tutti voi.

Come forse ricorderete, nel corso della mia vita all'inizio del secolo scorso ho studiato da medico (da pediatra, se vogliamo essere precisi), quindi avevo una formazione di tipo "scientifico", alimentata dall'entusiasmo suscitato dalle scoperte in campo medico - e non solo - che stavano via via modificando l'approccio alla cura dei pazienti sotto l'influenza delle nuove tecniche e medicine sempre più numerose che si affacciavano alla ribalta in un continuo susseguirsi di scoperte, sperimentazioni e teorie.

La pratica medica, all'epoca, era ben diversa da quella attuale: ogni paziente era un caso unico e la fonte principale delle informazioni, oltre ovviamente agli eventuali sintomi che la persona presentava, era l'osservazione fisica generale.

Molta di questa osservazione era indubbiamente condizionata da convinzioni personali derivanti da credenze popolari, talvolta valide ma, molto spesso, anche piuttosto aleatorie.

Resta il fatto che il paziente era comunque al centro di un rapporto medico-paziente che non era fatto soltanto di esami clinici ma anche di analisi dello stato non solo fisico ma anche psichico dell'individuo osservato, in linea con il cosiddetto "giuramento di Ippocrate" che dettava l'etica e il comportamento

adeguato del medico rispetto alla sua condotta professionale.

Certo, il giuramento di Ippocrate (ammesso e non concesso che davvero la paternità di tale testo si possa davvero far risalire a tale individuo) si rivolgeva a persone di oltre duemila anni fa, quindi a individui con un sottofondo di tradizioni, credenze e conoscenze ben diverse da quelle attuali, tuttavia aveva già elementi essenziali per la corretta conduzione della pratica medica, tanto che possono essere riscontrati in buona parte anche nella forma attuale di tale “giuramento” (ma entreremo magari nel dettaglio di tale giuramento nella sua enunciazione attuale in un eventuale successivo intervento).

Dopo aver abbandonato il piano fisico ho avuto la possibilità di rendermi conto che si trattava, a ben vedere, di un approccio in linea con i concetti dell'insegnamento proposti dalle nostre Guide, in particolare sul fatto di considerare l'individuo nella sua totalità e non in maniera parziale, di vederlo come figlio della società di appartenenza e, quindi, di tenere in debito conto le diversità da etnia ad etnia con le diversità di credenze, di abitudine e di religione che molto spesso non sono indifferenti nell'applicazione della pratica medica delle diverse popolazioni, di considerare la vita dell'individuo come il meraviglioso verificarsi di quell'equilibrio tra il suo interno e il suo esterno che alimenta e favorisce la possibilità di vita all'interno del piano fisico rendendola dinamica e in continua evoluzione.

Nella vostra società attuale si sono verificati cambiamenti veloci e continui di prospettiva: l'avvento dell'ampliamento delle possibilità comunicative attraverso la rete, internet e i cosiddetti “social” hanno messo alla portata di tutti informazioni che

prima erano appannaggio quasi solamente di chi esercitava una professione, e questo, ovviamente, è un bene perché aiuta il paziente ad avere una maggiore consapevolezza di se stesso e della sua salute.

Ma, come sappiamo, esiste sempre un contraltare a qualsiasi flusso evolutivo e questo contraltare è costituito dall'impossibilità di controllare la veridicità di ogni cosa che viene affermata sui vari siti di internet arrivando in questo modo a generare in chi ricerca dati e comprensione molta confusione e un senso di impotenza di fronte ad affermazioni, per quanto riguarda la salute ma non solo, divergenti e spesso addirittura contrastanti.

Il risultato che si ottiene è che le persone che cercano informazioni si ritrovano sbalestrate e possono cadere in preda di teorie e concezioni fantasiose e prive di ogni validità effettiva che, alla fine, corrono il rischio di portare più danni che benefici reali.

Basta pensare al continuo presentarsi, per fare un esempio banale, di diete a scopo di bellezza fisica, sovente non soltanto prive di concreti effetti duraturi ma, addirittura, portatrici di scompensi fisiologici di varia natura che possono anche causare disequilibri fisici di notevole entità.

Oppure la polemica sui vaccini che induce molte persone ad opporsi alle vaccinazioni, spesso senza alcuna conoscenza reale della questione ma solo perché "hanno letto" o "gli è stato detto" che sono pericolosi.

Oppure alla questione omosessuale che sta a poco a poco passando dall'etichetta di "malattia" a quella di "normalità" ... e non sto emettendo un giudizio di qualche tipo – non rientra nel

mio modo di essere – ma sto semplicemente prendendo atto di un dato di fatto.

Oppure l'abbandono delle cure mediche tradizionali per rivolgersi a pratiche mediche alternative dalle origini più disparate ed esotiche.

Data la mia formazione di stampo prettamente scientifico non posso che essere dispiaciuto di questo, pur riconoscendo i limiti e le carenze della medicina attuale e alcuni benefici che anche le pratiche mediche alternative possono portare.

Spesso, purtroppo, non viene messo in atto dall'individuo il principale criterio di base per vagliare la moltitudine di informazioni che lo bombardano: il buon senso e l'adoperare il proprio intelletto invece di formare le proprie opinioni e le proprie decisioni soltanto sulla scorta di ciò che viene suggerito dall'esterno uniformando le proprie decisioni a tali suggerimenti senza avere la capacità e la formazione per giudicare se quei suggerimenti siano validi o no.

E' per questo motivo che ho chiesto alle Guide la possibilità di fare un piccolo corso su tutte queste tematiche (e sarà, ovviamente, il benvenuto ogni fratello che mi vorrà dare una mano) esponendovi le mie idee per quanto riguarda la salute fisica e psicologica delle persone in rapporto alla situazione socio-ambientale che l'umanità sta vivendo.

Gli elementi da tenere in considerazione sono tanti, da quelli economici a quelli religiosi, sociali, psicologici e fisiologici, e spero di non fare solo un gran minestrone finendo col confondervi ancora di più le idee!

Naturalmente non vi dirò delle verità assolute (la mia evoluzione certamente non mi dà l'autorità per farlo!) ma vi pro-

porrò soltanto le risultanze delle mie personali riflessioni, derivanti sia dalla mia esperienza di vita che da quanto ho potuto studiare all'abbandono del piano fisico e collegate all'osservazione di quanto state affrontando, attualmente, nel corso della vostra incarnazione, con la speranza che possano darvi qualche spunto di riflessione e qualche elemento di chiarificazione sul quale ragionare.

Un saluto a tutti (Francesco).

Incontrocon le Guide di febbraio

Sommario: le difficoltà dell'essere sinceri, sensi di colpa e somatismi, lavorare sui sensi di colpa, sensi di colpa e Archetipi Permanenti e Transitori, giorno verrà...

Figli nostri, essere veramente sinceri è uno dei comportamenti che più presenta delle grosse difficoltà ad ogni uomo incarnato nel corso della sua vita.

Eppure sembrerebbe di così facile applicazione: basterebbe, infatti, dire sempre, senza omissioni o trasformazioni quello che si pensa!

Purtroppo, miei cari, il passaggio dalla teoria alla pratica non è mai così semplice e privo di intoppi.

Credo che la maggior parte di voi pensi di essere una persona sincera.

Ma siete sicuri davvero che sia proprio così, considerando la sincerità come l'esposizione obiettiva di quello che si vuole comunicare, in ogni manifestazione del vostro vivere quotidiano?

Provate a testare la vostra sincerità con un metodo semplice: raccontate a diverse persone qualche cosa, anche di banale, che vi è accaduto nel corso della vostra giornata e fate estrema attenzione a ciò che direte ad ognuna di quelle

persone.

Vi accorgerete che le varie versioni dello stesso fatto che presenterete avranno quasi sempre sfumature diverse più o meno importanti.

Perché ciò accade?

Perché non siete, in ogni versione che raccontate, veramente sinceri (d'altra parte, l'essere veramente sinceri significa raccontare il proprio vissuto sempre e comunque allo stesso modo e negli stessi termini anche se, magari, con frasi differenti) ma tendete a trasformare anche la più innocua delle vostre comunicazioni all'esterno?

La risposta è chiaramente individuabile, per chi conosce l'insegnamento delle Guide, nell'influenza dell'Io e nel fatto che, usando tale strumento, l'individuo si trova, inevitabilmente, a innescare quella che è stata definita percezione soggettiva della realtà, ovvero l'adeguamento della percezione dei fatti a quelle che sono le pulsioni interiori dell'individuo, arrivando a manifestare, in questa maniera, sia le proprie comprensioni che, più spesso, tutte quelle incomprensioni che non sono state risolte e che l'Io, nella sua affannosa ricerca di apparire migliore di quello che è, tenta di mascherare, ricoprendole di illusori e insinceri orpelli.

Vi starete chiedendo se questo è vero anche così nel comunicare i fatti più "innocenti"

Sì, anche per quelli, perché entra nel gioco delle vostre comunicazioni il tipo di rapporto che avete con ogni persona con la quale state parlando, così a una racconterete il fatto in questione mettendo in rilievo qualche vostra qualità particolare, a un'altra lo farete sottolineando il comportamento degli al-

tri partecipanti allo svolgersi di ciò che state comunicando, a un'altra ancora tacerete le parti che potrebbero far sentire sminuito il vostro Io e via dicendo.

Non v'illudete, figli nostri: la sincerità reale è praticamente sempre ben lontana da voi!

E se questo è vero nel momento in cui trasmettete il vostro pensiero a chi vi sta accanto diventa ancora più vero nel momento in cui dialogate con voi stessi: in quei momenti si sviluppa il dissidio tra il vostro sentire e l'Io che, tra le sue possibili qualità, non annovera certamente quella di ammettere di aver commesso qualche errore o di aver agito per il più immediato tornaconto personale.

Sono certo che, dopo queste mie affermazioni, sarete pronti ad affermare che, in queste condizioni e con tutti questi elementi che condizionano, è impossibile che l'individuo incarnato possa mai, per davvero, essere sincero e che, di conseguenza, il nostro dirvi così spesso che è necessario che siate sinceri con voi stessi è fatto soltanto di belle parole, di belle frasi che, alla realtà dei fatti, tali resteranno, rendendo le nostre affermazioni impossibili da essere messo in atto nella pratica quotidiana.

Se davvero arrivate a fare questo ragionamento, allora fate il passo successivo: se è veramente così, allora dovrete rassegnarvi al fatto che non avete la possibilità di essere sinceri e che, di conseguenza, la vostra vita sarà sempre infarcita di illusioni e di mezze verità, forse anche più dannose, queste ultime, di un'intera bugia perché impediscono di diventare consapevoli delle proprie insincerità.

Fortunatamente le cose non stanno a questo modo, dal

momento che avete, comunque, gli strumenti per arrivare ad essere sinceri con voi stessi e con gli altri, e questi strumenti sono le comprensioni che si sono scritte nel vostro sentire durante il vostro percorso evolutivo.

Tali comprensioni, inevitabilmente, sotto le spinte delle esperienze delle vite che affrontate, si vanno ampliando e, a mano a mano che si ampliano, si amplia anche la vostra possibilità di limitare la vostra percezione soggettiva e la capacità di non adoperare le sovrastrutture illusorie edificate dal vostro Io, permettendo di vedere voi stessi in maniera sempre più obiettiva realistica aumentando, gradatamente, la vostra capacità di essere sinceri su voi stessi e con voi stessi, oltre che con gli altri.

Ed essere sinceri con se stessi è il passo indispensabile per raggiungere la capacità di essere sinceri con gli altri, financo a riuscire a comprendere in quali momenti la vostra sincerità verso l'esterno - magari per aiutare, non danneggiare o non provocare sofferenza fine a se stessa agli altri - deve essere, questa volta consapevolmente e non lasciata nelle mani dell'Io, limitata o addolcita nella sua esposizione. (Rodolfo)

D – Sono soltanto i sensi di colpa inconsci a provocare i somatismi o ne provocano anche i sensi di colpa di cui siamo consapevoli?

Direi che risulta abbastanza chiaro il fatto che i sensi di colpa contribuiscono in maniera decisiva alla formazione di somatismi, sia nel caso che siano consci, sia nel caso che l'indi-

duo non ne abbia consapevolezza, dal momento che risultano essere il prodotto degli scontri interni dell'individuo che scaturiscono da ciò che il corpo della coscienza ha compreso e la difformità con i modelli che gli vengono presentati come modelli "ideali" e "giusti" dagli Archetipi Permanenti.

Com'è logico pensare i due casi (sensi di colpa consci e inconsci) hanno, tuttavia pesi e conseguenze differenti tra di loro.

Vediamo di ragionare su questo punto con un attimo di calma e cercando di tenere insieme in maniera coerente sia quanto vi abbiamo insegnato a questo proposito, sia le esigenze di logica e razionalità che, come sappiamo, all'interno della Realtà sono sempre esistenti e rivestono un'importanza fondamentale nel mantenimento dell'unità complessiva della Realtà stessa.

Quando i sensi di colpa sono consci l'individuo ha la possibilità di influire su di essi ponendosi in maniera diversa nei loro confronti: dall'accettazione degli errori compiuti (il che significa aver riconosciuto i propri errori e, quindi, essere pronti a porre attenzione a non commetterne ancora di simili) al mettere in atto azioni di compensazione, di chiarimento o di tentativo di rimediare alle conseguenze che vedete verificarsi intorno a sé a seguito dei propri errori.

La loro presenza porterà ancora alla formazione di somatismi, ma questi saranno più facili da superare e finiranno con l'attenuarsi fino a scomparire a mano a mano che avrete compreso le incomprensioni che erano alla base del vostro agire errato.

Se, invece, i sensi di colpa sono inconsci (tali, cioè, da restare sepolti nel profondo dal vostro Io e da esso mascherati e

ricoperti di sovrastrutture complesse per impedire a se stesso di riconoscere i propri limiti, le proprie manchevolezze e, quindi, i propri errori e la propria responsabilità nelle conseguenze che il suo agire ha messo in moto) l'individuo non può, evidentemente, avere un controllo diretto e immediato per interagire positivamente con essi.

I somatismi che si creano, in questo caso, sono particolarmente "pesanti", essendo il frutto, la manifestazione dello scontro vibratorio che avviene all'interno dei corpi dell'individuo, e sono superabili con maggiore difficoltà, dal momento che a favorire il loro superamento provvederanno soltanto l'esistenza e l'esperienza di vita dell'individuo che, vivendo, acquisirà quelle briciole di sentire che, poco alla volta, amplieranno e collegheranno le sue parti sconnesse arrivando, alla fine, a creare i presupposti per risolvere le incomprensioni individuali che stanno alla base dell'intero processo.

D - Secondo me, i modelli suggeriti dagli Archetipi Permanenti rappresentano quello che ognuno arriverà ad essere quando la sua coscienza (corpo akasico) avrà raggiunto tutte le comprensioni (coscienza completamente costituita). Pertanto, nel frattempo, qualche modello verrà interpretato giustamente (appunto grazie alla comprensione raggiunta) e altri verranno interpretati in modo più o meno errato.

Gli Archetipi Permanenti non possono davvero che essere la meta finale dell'evoluzione della coscienza di ogni individuo. Gli Archetipi Transitori hanno proprio la funzione di spingere

l'individuo alla sperimentazione di ciò che non ha ancora compreso, aiutandolo ad acquisire nuovi frammenti di comprensione che gli permettano di adeguarsi in maniera sempre più profonda con i modelli proposti dagli Archetipi Permanenti.

D - I modelli suggeriti dagli Archetipi Transitori dipendono dal tipo di Archetipi Transitori a cui l'individuo è collegato in quel dato momento della sua evoluzione e rappresentano pertanto le incomprensioni (comprensioni incomplete o del tutto da raggiungere)?

Credo che sarebbe più utile osservare ciò che chiedi in una prospettiva diversa: l'individuo contribuisce a formare quell'insieme di massa vibrazionale che costituisce un Archetipo Transitorio (e al quale resta collegato a causa dei suoi bisogni evolutivi e di comprensione). In questa prospettiva la partecipazione dell'individuo all'evoluzione del Cosmo perde qualsiasi carattere di passività e, anzi, egli diventa un collaboratore attivo indispensabile per la creazione della Realtà all'interno del Cosmo e per favorirne l'intrinseco equilibrio.

In quanto ai modelli presentati per la sperimentazione da parte di ogni Archetipo Transitorio, dobbiamo ricordare che ad ognuno di essi è collegato un gran numero di individualità, ognuna con il proprio grado di sentire e di comprensione, il che significa che all'interno dell'Archetipo Transitorio vi sono diversi modelli (diversi a seconda del grado di sentire che li hanno generati) a cui l'individuo può fare riferimento, passando da un modello a uno più evoluto a mano a mano che la sperimenta-

zione dell'Archetipo Transitorio viene portata avanti e che il sentire dell'individualità si amplia grazie a tale sperimentazione.

D - Penso che il senso di colpa derivante dal confronto tra il proprio modo di essere e gli Archetipi Permanenti sia prevalentemente inconscio; mentre il senso di colpa derivante dagli Archetipi Transitori sia quasi sempre conscio. E' giusto?

No, non è giusto o, per lo meno, stai generalizzando qualcosa che non si può, in realtà, generalizzare.

Il metro di valutazione va riferito al grado di evoluzione dell'individuo: l'individuo più evoluto avrà più facilmente coscienza, sentendoli più intensamente come suoi, i modelli proposti dagli Archetipi Permanenti e avrà maggiore facilità nel riconoscere i sensi di colpa derivanti dal suo discostarsi da tali modelli.

Per quanto riguarda i sensi di colpa derivanti, invece, dagli Archetipi Transitori, essi non saranno necessariamente consci ma, ancora una volta, la consapevolezza che l'individuo ne avrà dipenderà dall'evoluzione che egli ha raggiunto a quel punto del suo percorso evolutivo.

D - I somatismi legati ad ogni senso di colpa direi hanno in comune lo scopo di segnalare all'individuo incarnato che al suo interno c'è qualcosa che non va, qualcosa di non compreso, quindi da correggere?

E' proprio così, ma non solo.

Infatti i somatismi e il desiderio dell'individuo di evitare la sofferenza sono il motore che lo spinge a fare qualcosa per cambiare la situazione che gli causa sofferenza.

Il punto principale da comprendere veramente, fino in fondo, è che non è sufficiente cambiare il proprio comportamento all'interno del piano fisico per risolvere il somatismo - anche se riuscire, intanto, a fare questo permette di rendere il peso che porta con sé il somatismo più leggero e sopportabile - ma è strettamente necessario (e ineludibile) comprendere quello che non si ha compreso e che ha portato all'estrinsecazione di voi stessi nel corso della vostra vita nella maniera errata che deriva dalla vostra incomprensione dando il via ai contrasti che hanno provocato al vostro interno quei vortici vibratori, quei nuclei turbolenti di vibrazione che portano al formarsi e all'incancrenirsi dei vostri sintomi somatici.

D - Non so se ho capito male io prima o sto capendo male adesso, perché adesso mi sembra di capire che in realtà c'è un unico senso di colpa il quale però viene percepito dall'individuo tramite il "filtro" dell'Io ed è questo che genera poi i conseguenti somatismi fisici e comportamentali. E' così?

Ho l'impressione che tu non abbia capito né prima né adesso!

Scherzi a parte, mi sembra che sia errato il tuo approccio alla questione: i somatismi fisici e comportamentali non sono

generati dall'Io ma dalle incomprensioni non risolte e l'Io entra necessariamente in tutta la faccenda dal momento che è attraverso l'Io che avviene l'estrinsecazione di voi stessi all'interno del piano fisico e che è proprio grazie alla sua esistenza che ognuno di voi non è passivo ma è dinamico all'interno del vostro processo evolutivo.

D - Il senso di colpa dell'Io deriva dal confronto con i modelli degli Archetipi Transitori, quindi tradotto in parole povere, sarebbe il senso di colpa che nasce quando l'individuo attua dei comportamenti o prova dei sentimenti/emozioni che sente essere in contrasto con i modelli fino a quel momento ritenuti giusti. Faccio un esempio molto semplicistico ma mi serve per capire: io sono una brava figlia se aderisco all'Archetipo Transitorio che in una delle sue sfumature prevede che essere bravi figli significa, fra le altre cose, seguire le orme del papà o della mamma e continuare da adulta il loro lavoro per il quale si sono sacrificati tutta la vita. In questo modo l'Io si sente bravo e buono e quindi mantiene inalterata la propria illusoria immagine di perfezione. Ad un certo punto però comincio a desiderare di fare un altro lavoro e questo fa nascere in me un conflitto che mi porta a sentirmi in colpa, anche inconsciamente, e questo senso di colpa genera un somatismo che può essere di tipo fisico o comportamentale, il quale mi segnala appunto che c'è qualcosa che non va. A questo punto, se è corretto il ragionamento fin qui fatto, cosa dovrei fare per lavorare su questo senso di colpa?

Come abbiamo visto in precedenza i sensi di colpa non sono riferibili in maniera univoca agli Archetipi Transitori, mentre sono certamente riferibili alle incomprensioni (o, se vogliamo metterla in un altro modo, a elementi del vostro sentire non ancora del tutto acquisiti).

Su queste basi quello che è possibile e utile per cercare di risolvere il somatismo non può essere che cercare qual è veramente il motivo che sta alla radice del conflitto avvertito, arrivando a riconoscere che non è la situazione esteriore il vero nucleo del problema di risolvere ma che si tratta qualcosa di interiore che non è estraneo a noi stessi: come già detto in passato modificare le condizioni esterne può aiutare ad avere un momento di pausa nel proprio disagio interiore, il che può favorire una più obiettiva e sincera osservazione di se stessi ma, se non si risolve l'incomprensione di base il conflitto (e quindi il somatismo) non sarà annullato ma solo accantonato per ripresentarsi, spesso in forma ancora più insopportabile, in un momento successivo.

D - Se non ricordo male, all'inizio della costituzione del Cosmo viene emanata la Vibrazione Prima (che porta la volontà dell'Assoluto) quindi si potrebbe dire che essa dà origine dapprima alla materia del piano akasico ed ai relativi Archetipi Permanenti, che quindi sarebbero i suoi "strumenti" ... Recentemente, se non ho frainteso, è stato detto che essa attiva i processi di evoluzione, quindi i tre processi: evoluzione della materia, della forma e della coscienza sono gui-

date da un unico modello, appunto quello contenuto negli Archetipi Permanenti? In altre parole: la Vibrazione Prima "trasmette" agli Archetipi Permanenti tutte le funzioni che porteranno alla costituzione del Cosmo. Pertanto, tutto quello che finora avevamo considerato proveniente direttamente dalla Vibrazione Prima è in realtà gestito dagli Archetipi Permanenti?

Mi sembra che ci sia una certa confusione in quanto dici.

In realtà la successione che porta alla costituzione della Realtà del Cosmo è abbastanza semplice: la Vibrazione Prima emana le direttive per la creazione del Cosmo a tutti i livelli, compresi i vari piani di esistenza che lo compongono.

Tali direttive, però, devono essere rese funzionali e attive come punto di arrivo dell'evoluzione dell'intero Cosmo e per questo si rende necessaria la costituzione degli Archetipi Permanenti (un po', se vogliamo, analogamente a quanto racconta la leggenda a proposito delle tavole dei Comandamenti date a Mosè sul monte Sinai) che hanno la funzione di essere dei punti di riferimento inalterabili ai quali l'evoluzione deve cercare di uniformarsi. In realtà gli Archetipi Permanenti non gestiscono nulla ma, come le tavole dei Comandamenti, esistono all'interno del Cosmo come cartelli che indicano i punti di arrivo che la coscienza di ogni creatura presente nel Cosmo deve via via raggiungere.

D - Mi sembra di aver capito che quando si affrontano i sensi di colpa consapevoli si "traccia" un alone vibratorio all'inter-

no del ciclo akasico/fisico, che segna in qualche modo il costruirsi di un canale preferenziale adatto a far passare le vibrazioni che servono per identificare i sensi di colpa ancora inconsapevoli, e a instaurare un nuovo equilibrio. E' come imparare un nuovo lavoro, all'inizio è difficile poi con la pratica e l'esperienza viene in automatico. Ho capito bene?

Direi che la tua analogia può essere accettabile.

D - Secondo quanto credo, per il momento, di aver capito io, i corpi akasici individuali in via di evoluzione non sono in grado di percepire/decifrare/decodificare correttamente le direttive provenienti dagli Archetipi Permanenti e, quindi, danno il via alla formazione degli archetipi transitori secondo quanto, soggettivamente, ritengono giusto o sbagliato. Il corpo akasico, però, avverte una sensazione di incompletezza, di malessere, dovuta al suo confrontarsi con le vibrazioni degli Archetipi Permanenti che pervadono tutto il Cosmo. Ecco pertanto che, con l'accumularsi delle esperienze, i collegamenti tra corpo akasico individuale e gli archetipi transitori si modificano per arrivare, un po' alla volta (a mano a mano che si raggiunge qualche comprensione) a risalire - dal basso verso la vetta di ciascun archetipo transitorio - fino a ritrovarsi allineati con le vibrazioni degli Archetipi Permanenti. A quel punto, la coscienza individuale è completamente strutturata. Può essere giusto questo

ragionamento?

Anche in questo caso mi sembra che tu abbia fatto un ragionamento corretto e condivisibile.

D - Riguardo alla questione degli Archetipi Permanenti io mi sono sempre chiesta come rapportarli alla nascita del Cosmo così come ci era stata spiegata un bel po' di anni fa: ricordate la questione del primo, secondo e terzo logos? Era una spiegazione che mi aveva affascinato e che mi torna in mente ogni volta che si parla di vibrazione prima e di archetipi permanenti ma non riesco a trovare l'incastro. Infatti se mi risulta abbastanza facile rapportare il primo logos alla vibrazione prima, poi mi arrendo subito perché mi stona abbinare gli archetipi permanenti al secondo logos, infatti qui comincia ad inserirsi la questione della dualità e non sono così sicura che gli archetipi permanenti abbiano a che fare con questo concetto.

Hai proprio ragione: gli Archetipi Permanenti non hanno nulla a che fare con il concetto di dualità, in quanto non presentano modelli con delle possibilità di percorsi, ma indicano modelli fissi e inderogabili, posti nel tessuto del Cosmo per essere il faro verso cui indirizzare i vari processi evolutivi, e non agiscono in nessun modo, semplicemente "sono". Possono essere percepiti come un divenire da chi li osserva, ma si tratta solo di un'errata percezione soggettiva dell'osservatore che attribuisce

all'Archetipo Permanente caratteristiche di evoluzione e cambiamento che, invece, appartengono solamente a lui e allo sviluppo graduale della sua coscienza.

D - Magari bisognerebbe non dimenticare l'imperativo di base "comprendi te stesso", che è stato indicato quale unico metodo per progredire sul cammino evolutivo. Da secoli (e probabilmente millenni) questa frase è conosciuta, ma viene interpretata nei modi più disparati e, a volte, magari controproducenti. Da quello che credo di aver capito io dell'Insegnamento, si deve partire dal saper riconoscere le proprie emozioni e i propri pensieri, ovvero riuscire ad essere "sinceri con se stessi". Se si scopre (ad esempio) di essere invidiosi – ovvero desiderare qualità o cose che altri hanno e noi no – è inutile "sforzarsi" per non essere o non apparire invidiosi, perché le proprie carenze si superano soltanto attraverso la comprensione; e questa può arrivare indagando sul "perché" si invidiano certe cose. Quindi ricercare una formula o una tecnica per diventare diversi da "ciò che si è" (senza l'intervento della comprensione) secondo me non produce altro che energia e tempo sprecati!

State proprio dicendo cose sagge (almeno sulla teoria, un po' meno per quanto riguarda la pratica!).

In effetti nessun individuo incarnato può essere veramente diverso da ciò che è, se non nel senso che ciò che egli è varia col variare dell'ampliamento del suo sentire.

D - Non sarà che il non voler cogliere l'occasione/opportunità di confrontarsi con gli altri ed, eventualmente, cambiare le proprie idee procurerà, come conseguenza, del "karma negativo"?

E' indubbio che in questo modo si finisca col dare attività al cosiddetto "karma negativo".

Tuttavia non dovete commettere l'errore di pensare in questi termini, anche perché se doveste regolare la vostra vita sulla possibilità che le vostre azioni creino per voi del karma negativo finireste col bloccare la vostra espressione all'interno del mondo fisico, espressione che, invece, è per voi indispensabile per poter accrescere la vostra comprensione e il vostro sentire.

Il concetto di karma negativo vi deve servire soltanto per diventare sempre più consapevoli che quanto di "negativo" vi accade è dovuto a vostri comportamenti errati, talvolta in buona fede e, quindi, più facilmente risolvibili nel momento che diventate consapevoli del vostro errore, ma più spesso in malafede perché il vostro Io vi induce a pensare solo a quello che ritiene essere il meglio per se stesso senza curarsi degli effetti che il vostro agire può provocare sulle vite degli altri, nascondendosi in maniera sfacciata quelle che sono le sue (e, quindi anche le vostre) responsabilità.

Il concetto di karma, in fondo, non è altro che un modo per richiamare la vostra attenzione proprio su quelle responsabilità che cercate di eludere e di non riconoscere, dal momento che portarle all'attenzione della vostra coscienza ha come conseguenza il prendere atto delle cose non comprese e, quindi,

mettervi in condizioni di migliorare l'ampiezza del vostro sentire adeguandolo in maniera sempre più esatta ai modelli che vi vengono proposti dalla Vibrazione Prima e dagli Archetipi Permanenti che conducono all'interno della Realtà la volontà dell'Assoluto. (Scifo)

Padre mio,

io mi specchio dentro me stesso e ciò che lo specchio riflette non sempre mi soddisfa.

E allora imbelletto il mio viso per rendere più belli miei lineamenti, mi ricopro di sete e di gioielli per impreziosire la mia immagine, mi infarcisco di nozioni e di cultura per sottolineare la mia sapienza, decanto un quadro o un brano musicale per dar mostra della mia sensibilità, porgo la mia mano ai bisognosi dimostrando la mia magnanimità, sono pronto a perdonare le offese facendo sfoggio di umiltà.

Ma i miei lineamenti, sotto il belletto, restano sempre gli stessi, le sete e i gioielli non impreziosiscono ciò che sono ma solamente la mia immagine, la mia cultura non mette in mostra la mia sapienza ma solo il mio desiderio di venire riconosciuto come il migliore, la mia sensibilità all'arte non è un vero pregio ma solo la dimostrazione di desiderare di essere parte di un élite per sentirmi superiore, la mia magnanimità risulta essere tale specialmente quando gli altri mi stanno osservando, per diventare indifferenza in mancanza di un osservatore e la mia umiltà continua ad essere rancore all'interno del mio cuore, sempre restio a perdonare i presunti torti ricevuti.

Riuscirò mai, Padre mio, ad essere come le tue voci mi sussurrano che dovrei essere? (Fabius)

Figlio mio,

giorno verrà in cui i tuoi lineamenti ti appariranno sempre e comunque belli perché sarà la tua bellezza interiore che li renderà tali.

Giorno verrà in cui potrai rivestirti di corteccia d'albero eppure la tua immagine risplenderà perché sarà il tuo interno e non il tuo esterno a essere morbido come seta e lucente come il più prezioso dei gioielli.

Giorno verrà in cui la tua sapienza non sarà fatta solo di nozioni ma soprattutto di benevola saggezza.

Giorno verrà in cui la tua sensibilità ti renderà capace di gioire veramente con chi gioisce e di consolare chi sta soffrendo.

Giorno verrà in cui non solo la tua mano ma tutto te stesso e tutto ciò che possederai sarà sempre e comunque a completa disposizione di chi ne avrà bisogno.

Giorno verrà in cui saprai mantenere intatta la tua umiltà non soltanto con gli umili ma anche, e specialmente, con chi l'umiltà non ha mai incontrato veramente nel suo animo.

Giorno verrà, figlio mio, in cui tu sarai tutto questo nella maniera più intensa e sentita.

Nell'attesa di quel giorno, figlio mio, sii felice per le domande che ti stai facendo su te stesso e per l'anelito che senti sussurrare dentro di te, perché ciò significa che stai incominciando ad essere veramente sincero con te stesso e che il giorno che aspetti per sentirti Uno con Me è lì, appena dietro l'angolo del muro che nasconde il tuo vero essere. (Moti)

L'alimentazione

Prima di lasciare che Francesco porti avanti la sua disanima dei temi legati al rapporto tra l'uomo e la cura del suo "abito" fisico, credo che sia necessario ricordare alcuni punti essenziali dell'insegnamento che vi è stato portato in questi anni e che risultano imprescindibili, in quanto fissano la base indispensabile di elementi di cui tenere conto per una corretta interpretazione di tutto ciò che riguarda l'argomento in oggetto.

Ovviamente, se esaminassimo tutte le componenti di cui tenere conto, si tratterebbe di un'analisi complessa, ma cercheremo, invece, di renderla il più semplice possibile, in maniera da permettere ad ognuno di voi di comprendere l'insieme delle argomentazioni in un quadro generale, senza farvi addentrare in particolari complessi e faticosi da tenere agevolmente a mente.

Come certamente ricorderete, il corpo dell'individuo incarnato non ha una costituzione lasciata al caso o agli eventuali capricci delle leggi naturali, ma si va costruendo sotto l'influsso

delle necessità evolutive di ogni individuo che si incarna sul piano fisico.

In altre parole, il corpo fisico (ma anche, in realtà, gli altri corpi dell'incarnato) si forma in maniera tale da permettergli di acquisire esperienza e di offrirgli una gamma di possibili scelte a cui si trova dinanzi nel corso del suo periodo incarnativo.

La determinazione delle caratteristiche fisiche che il corpo dell'incarnato dovrà possedere come dotazione di base avviene già a livello genetico, e ciò viene effettuato, ovviamente, attivando delle particolari sequenze genetiche all'interno del complesso DNA dell'individuo, sequenze di attivazione che determineranno non solo le sue predisposizioni fisiche, ma anche la sua reazione nei confronti delle esperienze che si troverà a dover affrontare alla luce di quelli che sono i suoi bisogni di comprensione.

Questo significa che non soltanto il suo corpo sarà costituito in maniera tale da affrontare sotto diverse angolazioni quello che l'esperienza di vita gli presenterà, ma anche che la sua costituzione caratteriale di base gli fornirà in tutti i suoi corpi transitori, da quello fisico a quello astrale e mentale, le predisposizioni reattive di cui ha bisogno per comprendere ogni volta che si troverà davanti all'estrinsecazione del suo sentire (via via sempre più complesso e strutturato) e delle scelte che sarà messo in condizione di poter operare.

In conseguenza di quanto abbiamo appena detto risulta chiaro che ogni individuo avrà un corpo fisico e un carattere diverso da un altro, dal momento che le necessità evolutive di ogni individuo sono sue proprie e non coincidono praticamente mai in maniera competa con quelle di ogni altro individuo

incarnato.

Da questi concetti fondamentali mi sembra che risulti abbastanza facile arrivare a comprendere che il corpo e il carattere di ogni individuo incarnato possiedono delle peculiarità "personalizzate" indispensabili per permettergli di acquisire dalla sua esperienza di vita la maggiore quantità di informazioni necessarie all'ampliamento della sua comprensione e, di conseguenza, del suo sentire. Sulla base di questi ragionamenti credo che sia inevitabile arrivare a comprendere che ogni problema fisico o caratteriale dell'individuo non è frutto del caso, ma è indispensabile a permettere la sua crescita spirituale e che accettare questa concezione significhi, in fondo, arrivare a non sentirsi vittima innocente e impotente dell'esistenza – certamente non senza difficoltà e sofferenza – e ad accettare che fisico e carattere che si possiedono non provengono da chissà quale fato ineluttabile (e anche un po' maligno), ma derivano da quelle che sono le comprensioni non ancora raggiunte, arrivando a dare concretezza al concetto che "ognuno è artefice del proprio destino".

Il corpo fisico dell'individuo incarnato può essere considerato un'esemplificazione dell'insegnamento del "così in alto, così in basso", dal momento che il microcosmo può essere considerato abbastanza giustamente come la replica, in ambiente più ristretto, di quello che è il macrocosmo nella sua interezza.

All'interno di questo microcosmo, infatti, vale, così come accade nel macrocosmo, la legge dell'equilibrio, ovvero il corpo dell'incarnato mette in atto in continuazione, al suo interno, dei meccanismi fisico-biologici che tendono a rendere equili-

brate tra loro le sue varie componenti, al fine di permettere un funzionamento del corpo il più costante e armonico possibile, e questo avviene con il continuo interagire degli elementi interni della fisiologia dell'individuo che cerca sempre di trovare il migliore punto di equilibrio che gli permetta di portare avanti la sua esperienza all'interno del piano fisico. (Andrea)

Fatte queste premesse dall'amico Andrea (che ringrazio), questa volta vorrei parlarvi dell'alimentazione e di quale sia il modo più corretto per facilitare il funzionamento del corpo fisico dell'individuo incarnato.

Naturalmente, se dovessi fare un ragionamento approfondito, dovrei parlare in maniera dettagliata di argomenti che risulterebbero ostici ad ognuno di voi come per esempio, le interazioni fisiche e chimiche all'interno del vostro corpo – vero e proprio laboratorio di processi bio-chimici complessi - che risulterebbero sicuramente noiose e in gran parte incomprensibili per la maggior parte di voi che non possiede le cognizioni necessarie per poter seguire quel tipo di argomentazione.

Per farvi un esempio vi siete mai chiesti perché esistono solo alcune tipologie di sangue e se avere, per fare degli esempi, un sangue con RH positivo o RH negativo o di tipo A, B, AB o 0 abbia influenza sull'insieme dei vostri processi fisiologici interni, aspetto sul quale solo recentemente la medicina ha incominciato a ragionare?

Ma non temete, non lo farò: cercherò, invece, di essere il più semplice possibile, così da non perdervi per strada, cercando di adoperare la logica e il semplice buon senso, senza dimenticare le nozioni che le Guide in questi anni ci hanno

presentato.

Un primo elemento da considerare (elemento che molto spesso viene ignorato o trascurato) l'essere umano è una forma animale onnivora.

Questo significa che è costituito in maniera tale da poter assorbire gli elementi necessari alla sua crescita e al suo sviluppo da diversi generi di cibo, assumendo le sostanze di cui abbisogna sia da cibo di origine vegetale che da cibo di origine animale.

Se questa è una caratteristica tipica della sua costituzione non può che significare che entrambi i tipi di alimentazione forniscono elementi integratori dei suoi processi di cui non può fare a meno per avere la possibilità di ottenere e mantenere quella situazione di equilibrio interiore a cui tende e che viene definita solitamente con il termine "salute".

Attualmente, sulla scia sia di filosofie orientali sia di "mode" - temporanee come tutte le mode - è in corso una sorta di disputa tra nutrizionisti che "parteggiano" per una dieta a base di carne e altri che, invece, ritengono l'alimentazione di tipo vegetariano (sia quella più morbida che quella più rigida e inflessibile) l'alimentazione da seguire, spesso adducendo tra i motivi di questa scelta argomentazioni di tipo "spiritualistico", quali il non nutrirsi di creature vive.

Su quest'ultimo aspetto vorrei soffermarmi un attimo, perché presenta una considerazione di larga portata, ovvero il concetto di "vita".

Ma cosa può essere considerata "vita"?

Comunemente si attribuisce la caratteristica di essere vivo a ogni organismo che ha la capacità di agire e interagire

con l'ambiente in cui è inserito: da questo punto di vista senza dubbio l'essere umano è vivo e altrettanto si può dire di ogni animale. Ma la stessa attribuzione, in realtà, può essere fatta anche per qualsiasi tipo di vegetale (commestibile o non commestibile) e, a ben vedere, è applicabile anche a tutto il resto della Realtà del piano fisico: i minerali si accrescono e la loro crescita e la loro dissoluzione influisce certamente sulla realtà fisica, anche se con lunghi tempi di attuazione. Lo stesso si può dire per tutti quegli elementi che, anche se invisibili per le possibilità visive dell'essere umano, sono presenti nell'aria che egli respira: dai pollini ai virus, ai batteri e via dicendo che, con certezza, influiscono su diversi aspetti del piano fisico e che si "mangiano" inavvertitamente ogni volta che si inspira.

Il presupposto filosofico/spiritualistico delle concezioni di tipo vegetariano che non bisogna nutrirsi di animali perché sono esseri viventi, secondo me, non può, di conseguenza, fornire una concreta motivazione valida per l'abbandono della dieta a base di carne a favore di una dieta di tipo vegetariano.

Se l'essere umano ha una costituzione di base onnivora, questo non può che significare che ha la necessità di avere la possibilità di assumere sostanze sia da cibo vegetale che da cibo animale in armonia con i bisogni e le richieste del suo corpo fisico.

In effetti, entrambi i tipi di alimentazione forniscono al fisico umano elementi in parte diversificati tra di loro per contribuire all'equilibrio fisiologico interno del corpo dell'uomo.

Mi si può dire che le proteine di cui ha bisogno l'essere umano per mantenersi in buona salute sono presenti anche in alcuni cibi di origine vegetale.

Certo, questo è vero ma - checché ne dicano alcuni ricercatori (spesso incentivati da contribuzioni economiche cospicue per favorire l'una o l'altra interpretazione degli argomenti scientifici... ma della questione economica legata a questo argomento vedremo di parlare, eventualmente, più avanti) - le proteine animali e quelle vegetali non sono identiche e stimolano reazioni diverse all'interno del corpo che le assimila.

Penso, a questo punto, di avervi dato l'impressione di essere sfavorevole alla dieta di tipo vegetariano, ma non è per niente così.

Vediamo di usare il buon senso.

Per la crescita e lo sviluppo dell'individuo fino alla fine del suo accrescimento corporeo (cioè, fino al termine di quel processo fisiologico che interessa lo sviluppo non solo fisico ma anche emotivo e psichico dell'individuo e che viene comunemente definito "adolescenza") è necessaria una notevole quantità di proteine animali, ricche di amminoacidi essenziali, immediatamente disponibili in gran quantità e facilmente assorbibili, caratteristiche, queste, meno pronunciate nel caso delle proteine di origine vegetale.

Terminato il periodo di crescita fisica "esponenziale" tipico del periodo adolescenziale, la crescita fisica rallenta in maniera considerevole e, di conseguenza, la necessità di un'alimentazione a forte valenza proteica, a sua volta, decresce notevolmente.

Secondo quello che penso di aver capito da quanto ho studiato nell'... "aldiqua", credo che, come accade per ogni processo interno della Realtà, la dieta ideale dovrebbe essere di tipo "onnivoro" (e, quindi, con l'assunzione di proteine animali)

nel periodo di forte crescita del corpo dell'individuo, mentre potrebbe passare senza alcun tipo di problema a una dieta di tipo vegetariano allorché si entra nella fase di accrescimento lento. Questo non significa che, per esempio, le persone anziane non debbano cibarsi di carne (non si deve trascurare le preferenze individuali per un cibo o per un altro: in fondo mangiare, oltre che una necessità può essere anche un piacere!) bensì che l'inserimento di alimenti animali nella dieta seguita non è una necessità impellente del corpo fisico, in quanto potrebbe tranquillamente bastare l'assunzione delle sostanze necessarie a mantenere il corpo fisico a regime che vengono assunte attraverso il consumo di alimenti di origine vegetale.

Non dobbiamo dimenticare che il corpo, comunque, manda sempre segnali per indicare ciò di cui ha bisogno come, per esempio, la stanchezza e la sonnolenza conseguenti a un deficit di zuccheri.

Un esempio di queste richieste è facilmente riscontrabile nelle donne gravide con la comparsa di improvvise "voglie" di qualche tipo di cibo particolare, voglie che possono ritenersi dei veri e propri cartelli segnalatori dell'esigenza corporea di assumere particolari elementi nutrizionali che, al momento, sono carenti all'interno del complesso rapporto fisiologico madre-nascituro.

Un consiglio che posso dare a tutti è proprio quello di prestare una maggiore attenzione, rispetto a quello che fate solitamente, a quelle che sono le richieste del vostro corpo, perché la ricerca dell'equilibrio interno da parte del corpo produce sempre segnali avvertibili chiaramente e richieste che dovrebbero essere assecondate il più possibile in maniera pronta.

Pensate alla sete che talvolta avvertite: avete senza dubbio la possibilità di rimandare l'assunzione di acqua ma non potete certamente, pena squilibri organici anche pericolosi per la vostra stessa vita, ignorare per lungo tempo il segnale che il vostro corpo vi ha inviato; certamente, esistono sempre e comunque meccanismi di compensazione interni che cercano di sopperire alle deficienze fisiologiche dell'individuo, ma si tratta di meccanismi di emergenza che non possono diventare sostitativi dell'unica soluzione definitiva che, nel caso che abbiamo citato, non può essere che l'assunzione di una certa quantità d'acqua.

Per fare un'analogia semplice che tutti voi possiate comprendere, è un po' quello che accade con la vostra autovettura: allorché vi segnala che il carburante sta per finire potete anche non fare rifornimento subito ma, se indugiate troppo a lungo, finite con il ritrovarvi a piedi e con una vettura immobile!

Un primo elemento da tenere in considerazione è il fatto che il vostro corpo è costituito in maniera tale da poter essere il più efficiente possibile all'interno dell'ambiente fisico in cui si trova a vivere la sua incarnazione.

Questo significa che il dinamismo interno del vostro corpo è tarato per funzionare nel modo più adeguato all'interno dell'ambiente sia fisico che sociale in cui dovete fare esperienza.

Nei tempi che state vivendo - come conseguenza della cosiddetta "globalizzazione" e della migrazione che coinvolge un po' tutte le società - modelli di alimentazione diversi da quelli tradizionali vengono presentati nelle varie società.

L'essere umano è il più curioso degli animali e quello che

più avverte la spinta a provare esperienze nuove, così si getta spesso a capofitto in nuove abitudini alimentari provenienti da paesi diversi da quello di appartenenza, senza tenere conto del fatto che quel tipo di alimentazione è dettata in gran parte dalle condizioni di vita e dalle abitudini sociali peculiari di quei paesi stranieri.

Le condizioni di vita sociale e l'uso di limitate disponibilità di sostanze alimentari influiscono indubbiamente sul modo di alimentarsi delle popolazioni: da ottimo onnivoro come è, l'essere umano si alimenta con ciò che ha a disposizione, così può accadere (e questo accade ancora, anche se più raramente) che egli finisca col doversi cibare di larve e di insetti per lunghi periodi di tempo, cosicché, poco per volta, il corpo dell'intera popolazione prende atto di questo tipo di alimentazione e finisce col creare nel proprio laboratorio interno i processi che permettono l'assimilazione anche di questi tipi di cibo inconsueti diventando processi che si fissano a livello genetico e che, di conseguenza, vengono tramandati nelle generazioni seguenti.

Questo significa che ogni popolazione sviluppa una condizione fisiologica derivante dall'alimentazione che è tipico di quella popolazione e che le permette di sopravvivere in quelle particolari condizioni ambientali.

Per fare un esempio, in gran parte delle cucine provenienti dall'oriente o dal sud America si fa un largo consumo di sostanze fortemente piccanti alle quali tali popolazioni sono fisiologicamente abituate cosicché, di conseguenza, non risentono dei problemi che l'uso ripetuto e abbondante di tali sostanze provocherebbe in un individuo appartenente a una società occidentale.

Come sapete, molte (se non addirittura tutte) di tali abitudini alimentari hanno anche un'origine logica: per fare ancora un esempio, direi classico, il divieto di mangiare cane di maiale in alcune società ha una chiara origine utilitaristica, conseguente al fatto che la carne di maiale "riscalda" il corpo dell'individuo e ciò, in un ambiente in cui il riscaldamento è già alto, può diventare fonte di problemi fisiologici.

Anche in questo caso potrebbe sembrarvi che io sia contrario al cibarsi all'indiana, o alla cinese, o alla messicana e via dicendo, ma, ancora una volta non è così.

E' certo che i meccanismi interni della fisiologia umana possiedono un largo raggio di adattabilità a situazioni alimentari (così come accade anche per l'adattabilità a situazioni ambientali anche estreme) diverse da quelle in cui si trova a vivere consuetamente. Tuttavia, dal momento che il corpo occidentale non ha sviluppato come sua costante quel tipo di adattabilità all'alimentazione diversa, mangiare troppo di frequente cibi provenienti da altre abitudini alimentari può, alla lunga o in presenza di eccessi, creare problemi di gestione e di interazione dei processi interni di assimilazione e di equilibrio energetico.

Insomma, come dicevano gli antichi romani, io credo che sia valido il detto "in media aurea", il che significa che sono contrario a tutti gli eccessi, specialmente se prolungati nel tempo.

Un altro elemento riguardante l'alimentazione che vorrei osservare per un attimo, concerne l'aspetto economico (a cui, in fondo, sono collegabili anche le mode alimentari, propagate da un'informazione spesso discordante se non addirittura falsata a favore dei grandi interessi economici).

Ultimamente sono presenti sul mercato cibi trattati in varie maniere, come ad esempio, le patate al selenio o trattate con sostanze chimiche per impedire la loro germogliazione o carni provenienti da allevamenti che fanno uso di ormoni, con buona pace sia delle diete a base vegetale che animale!

E' evidente che non si tratta di cibi consigliabili, in quanto fanno assumere sostanze (molto spesso anche cancerogene) che tendono a scompensare gli equilibri propri del fisico dell'individuo.

Senza ombra di dubbio l'ideale sarebbe potersi nutrire soltanto di alimenti sani e naturali non trattati in alcun modo... il problema è riuscirci e anche essere sicuri che i cosiddetti alimenti biologici siano veramente esenti da manipolazioni di sorta, cosa che, nella maggior parte dei casi, infatti, non è neppure vera.

Fortunatamente, i processi del corpo umano possiedono, come abbiamo sottolineato a più riprese, forti caratteristiche di adattabilità che permettono, per esempio, il non assorbimento di determinate sostanze nocive. Tuttavia, sperare che il corpo riesca a reagire sempre nel modo più opportuno non è certo un modo di vivere ottimale, anche perché le reazioni di purificazione messe in atto dal corpo umano non sono inesauribili.

Cosa fare, allora, per cercare di minimizzare i danni che determinati elementi trattati possono arrivare a provocare?

Il modo migliore io credo che sia quello di dare al proprio corpo il tempo di "ricaricarsi", in maniera che possa ricominciare a fare nella maniera migliore la sua opera di "non avvelenamento".

E, per far questo, io suggerirei di fare almeno un giorno alla settimana pasti a base di alimenti certamente sani o, se ci riuscite, almeno uno o due pasti molto leggeri se non addirittura un'intera giornata in cui si salta completamente un pasto, limitandosi soltanto a cibarsi di acqua o, al massimo, di tisane (possibilmente con erbe non trattate: niente the in scatola ma, magari, erbe raccolte direttamente o acquistate in erboristeria in foglie).

In questa maniera i processi di purificazione interna hanno il tempo di avere delle pause, di completare i processi di purificazione in corso e, quindi, di ricominciare la loro attività di regolatori ed equilibratori del corpo fisico senza essere sottoposti a stress continui e senza soluzione di continuità che, alla lunga, possono ostacolarne l'azione.

Purtroppo, il mondo che si va costruendo è un mondo costruito sull'economia e non sul benessere dell'individuo e questo, col passare del tempo, penso che porterà a problemi di non facile soluzione, cosicché credo che l'umanità dovrà arrivare a un punto di svolta sociale se vorrà davvero favorire l'interesse dei molti invece che quello dei pochi.

Qua il discorso da fare sarebbe veramente lungo, ma l'analisi sociale non rientra nei miei intenti, quindi mi fermo qui.

Vorrei lasciarvi ancora qualche ulteriore considerazione sul modo di alimentarsi dell'uomo di oggi.

Il mondo in cui vi trovate a vivere ha nella frenesia e nell'attività una delle sue componenti essenziali: tutto deve essere fatto di corsa, velocemente, quasi senza la possibilità di avere mai un attimo di respiro. E questo accade non solo per l'attività lavorativa e produttiva ma anche in quella ludica o destinata al

rilassamento o alla cura dei vostri figli.

Spesso vi vedo correre come disperati per portare i vostri figli dal nuoto al tennis, dal corso d'inglese alla ludoteca, nell'illusione che, in questo modo facciate per loro la cosa migliore, senza rendervi conto che quel vostro volerli implicare in continue attività, molto spesso indica che in fondo desiderate togliervi un po' dai piedi, o che state inconsciamente mettendo in atto meccanismi di compensazione per sentirvi buoni genitori e perdonarvi le mancanze che avete nei loro confronti e che sono, solitamente, individuabili in una limitata partecipazione alla loro vita e nella mancanza di un vero dialogo con loro.

La vostra corsa quotidiana si proietta quasi sempre anche sul vostro modo di alimentarvi: un pasto consumato velocemente o, ancora più spesso, un panino trangugiato in tutta fretta sembrano essere diventati una norma alimentare della maggioranza della popolazione attuale.

Io sono un uomo del secolo scorso e ai miei tempi la vita era affrontata in maniera molto più lenta, tanto che si consigliava di masticare trenta volte ogni boccone per aiutare la digestione. Se vi dicessi la stessa cosa sono certo che vi mettereste a ridere o mi prendereste per uno un po' scemo che non sa quello che si dice!

Di conseguenza non ve lo dico, anche se non posso esimermi, come dottore, dal consigliarvi di masticare meglio e un po' più a lungo quando mangiate ma, soprattutto, di cercare di non limitare il vostro pasto all'ingurgitare un panino (con dentro, magari, le cose più strane!), perché una tale abitudine porta a degli scompensi a livello digestivo che, sommati alla tensione provocata dallo stress a cui siete sottoposti (o a cui,

molto spesso, vi sottoponete voi stessi!), rendono instabile l'azione dei vostri processi fisiologici interni finendo spesso col provocarvi degli squilibri e, di conseguenza, dei problemi a livello fisico.

Vi ringrazio della vostra attenzione e mi auguro di essere riuscito a risultare chiaro per tutti, e tengo a ribadire che ciò che vi ho presentato non è la Verità Assoluta, ma è la verità che credo di aver raggiunto personalmente. (Francesco)

Incontro di marzo con le Guide

Sommario: il Giudizio universale, riconoscere le proprie responsabilità, rimandare il lavoro su se stessi.

Fratelli, sorelle,

non ci sarà mai un Giudizio Universale: come si può pensare che l'Assoluto, dopo averci immersi nel mondo fisico come creature imperfette nelle loro capacità di comprensione potrebbe mai giudicare o condannare il singolo uomo che ha commesso degli sbagli nel corso della sua avventura sul piano fisico?

Non è possibile immaginare che il Tutto non sappia che le sue creature, proprio in conseguenza di come sono state create, non possano fare altro che commettere errori fino a quando non avranno compreso quali sono le loro incomprensioni interne che lo hanno condotto ad agire in maniera tale da danneggiare se stesso e gli altri.

Ci si troverebbe davanti davvero a un ben miserevole Tutto, meschino, ingiusto e persino un po' perfido, verrebbe da pensare!

La concezione di Giudizio Universale deriva dal tentativo da parte dell'uomo incarnato di attribuire all'esterno di sé il ruo-

lo di giudice, per cercare di non ammettere quelle che sono le proprie personali responsabilità in ogni azione che viene compiuta.

Il concetto, in se stesso, ha avuto, nei secoli, una sua ragione di utilità per la sua esistenza in quanto costituiva un tentativo di limitare, attraverso il timor di Dio, i danni che l'ignoranza del sentire dell'individuo può provocare intorno a sé ma, in realtà (e questo ve lo abbiamo sempre detto, in passato), ognuno di voi ha un solo giudice - per altro quanto mai severo - e quel giudice non siete altro che voi stessi.

Il vostro Io, illusione all'interno dell'illusione, prova a cercare di mitigare le sue responsabilità dando vita al suo interno ai sensi di colpa, in maniera tale da abbellire con maschere di finti e non sentiti "mea culpa" la sua posizione allorché si trova faccia a faccia con quelle che sono le risultanze delle sue azioni.

Ma battersi il petto recitando litanie di "mea culpa", fratelli, o tormentarsi rendendo insopportabile la propria vita e propagando all'esterno di sé ondate di sofferenza, sorelle, non riesce a fare emettere alla vostra coscienza una sentenza assolutoria, perché non pone rimedio a ciò che avete sbagliato ma, anzi, spesso ha il solo effetto di accantonarlo irrisolto cosicché, quando l'esperienza di vita vi rimetterà, come è inevitabile, di fronte a una situazione analoga, ci sarà ancora la reale possibilità che ricadiate nello stesso comportamento sbagliato.

L'unico modo per evitare il ripetersi dell'errore è quello di averne compreso la causa, cioè di aver compreso che cosa lo ha sostenuto nel vostro intimo, non quello di colpevolizzarsi inutilmente, pensando erroneamente che ciò basti e possa

essere un'espiazione dei propri errori.

Per poter comprendere diventa necessario trovare dentro di sé il sostegno dell'umiltà, quell'umiltà che vi porterà ad ammettere i vostri errori, che ve li farà accettare come utile insegnamento per non sbagliare più, che vi aiuterà a trovare l'accettazione di voi stessi e della vostra imperfetta comprensione, permettendovi, nel migliore dei casi, di rimediare agli errori per cui vi sentite in colpa, o, quanto meno, di trovare dentro di voi l'accettazione di ciò che non avevate compreso, mettendovi in grado di essere veramente sinceri con voi stessi e, grazie a questa vostra sincerità, di porre rimedio a quella vostra condizione interiore che vi ha spinto ad errare fino a risolvere e a comprendere sentitamente, e non solo a parole, ciò che avevate necessità di scrivere nel vostro corpo della coscienza, per far sì che le vibrazioni che esso vi invia si adeguino, a poco a poco, a ciò che esso ha come modello di giustezza, ovvero i modelli che gli Archetipi Permanenti, riflesso della Vibrazione Prima, sussurrano al vostro cuore senza sosta.

Sincerità con se stessi, fratelli, accettazione di ciò che si è, sorelle e, infine, presa di coscienza consapevole delle proprie responsabilità sono i cardini attorno ai quali ruota la vostra evoluzione di coscienza, la sola che può portarvi ad uscire dal mondo dell'illusione.

Sarà solo allora, fratelli, sarà solo a quel punto, sorelle, che il giudice che è dentro di voi e che vi osserva con cipiglio severo e intransigente vi sorriderà.

Viene inevitabile da chiedersi che senso ha averci messi nel mondo in queste condizioni fallaci, ponendoci in condizione di sbagliare e quindi, inevitabilmente, di soffrire e di andare

incontro al dolore, come se si trattasse di un gioco crudele in cui il direttore del gioco si diverte, sadicamente, a mettere ostacoli difficilissimi da superare sul cammino fatto da ogni partecipante al gioco.

Io non vi chiedo di fare un atto di fede nelle mie parole ma di ascoltare ciò che vibra dentro di voi: se ascoltate attentamente il vostro intimo vi renderete conto che in voi non vi è solo disperazione ma anche speranza, che ogni atto di odio nasconde un bisogno d'amore, che ogni parola aggressiva cela il desiderio di comunicare i propri turbamenti, che ogni violenza fatta all'esterno di voi stessi è frutto della violenza che il vostro Io attua su se stesso per non rivelarsi ai suoi stessi occhi fragile e bisognoso di attenzione e di partecipazione sincera.

Ascoltate voi stessi, fratelli, veramente e con attenzione, sorelle, e troverete certamente dentro di voi il filo conduttore che vi unisce per sempre e indissolubilmente a quell'Archetipo Permanente primario che permea il Cosmo e che è stato chiamato da voi, nei secoli, con mille nomi diversi ma che in realtà ha un solo nome: Amore! (Viola)

D - Riconoscere le proprie responsabilità dopo averle accettate e, dividerle, cosa non facile da fare, è soprattutto fonte di un grande cambiamento perché comporta prima di tutto una "specie di resa" che può esser vista soggettivamente come un'ammissione delle proprie colpe, ma non può diventare un fattore che potrebbe inibire la condivisione?

Riconoscere, accettare e condividere le proprie responsabilità è senza dubbio la sorgente di ogni vero cambiamento interiore dell'individuo. Senza questi fattori il cambiamento non può essere altro che un cambiamento di facciata, una maschera temporanea che serve, magari, per evitare qualche attimo di particolare sofferenza ma che, tuttavia, non porta alla stabilità della comprensione e non aiuta a riedificare l'equilibrio interno di ogni individuo.

La condivisione di ciò che giace irrisolto al vostro interno permette alle vostre turbolenze interiori di scaricarsi al di fuori di voi stessi, aiutandovi a diminuire le vostre rigidità vibratorie e, grazie alle reazioni per voi tangibili di chi vi sta accanto, a permettervi di lavorare sulla vostra interiorità.

Non è certamente il riconoscere le vostre colpe che può inibire la condivisione ma essa viene ostacolata e compromessa dalla resistenza del vostro Io nel tentativo di risultare sminuito o di venire ferito dal giudizio degli altri.

D - Io credo che non possa avvenire l'accettazione di qualcosa che non si è ancora riconosciuto; quindi che il percorso preveda prima il riconoscimento (conoscere / sapere / rendersi conto di avere quella data mancanza/incomprensione/colpa/responsabilità, o come la vogliamo chiamare) e poi l'accettazione, ovvero non tentare di nascondere (quanto meno ai propri occhi e magari anche a quelli degli altri) quella data mancanza. Il percorso che ho elaborato è giusto?

E' evidente che per accettare qualcosa bisogna riconoscere la realtà e rendersi conto del fatto che quel qualcosa non è estraneo a noi stessi, ma ci appartiene e ci segnala ciò che ancora dobbiamo comprendere.

Questo è un passaggio importante da compiere, ovvero accettare di accettarsi (perdonatemi il gioco di parole!) per quello che si è, senza voler apparire anche ai propri occhi non come si è veramente bensì come si desidererebbe essere!

Già riuscire a fare questo è un passo faticoso, eppure riuscire ad accettarsi è un importante trampolino di lancio per la costruzione di un'accettazione più ampia che porta a riconoscere le proprie manchevolezze senza farle diventare semplicemente un'arma permeata di vittimismo per stimolare la comprensione o il perdono altrui.

Da questo primo passo discende tutto il percorso che conduce all'accettazione della propria realtà interiore e, quindi, ad affrontare a viso aperto e a risolvere quelle che sono le proprie incomprensioni.

D - Sappiamo bene che l'Io non vuole sentirsi inferiore a nessuno e che, pertanto, tenta in tutti i modi di nascondere i propri difetti (mancanze di comprensione) quindi è logico che ammettere le proprie colpe significa esporsi al giudizio altrui. Come dobbiamo porci di fronte a tale giudizio?

Se fate attenzione a come reagite quando un'altra persona emette un giudizio, più o meno velato e diretto, su di voi, vi renderete conto che la vostra prima reazione è quella di cerca-

re di dire che ciò che avete fatto lo avete fatto perché... (e qui la vostra mente trova mille scuse, anche le più stupide e irragionevoli, per giustificare voi stessi) e, quasi sempre fate discendere le vostre azioni da controreazioni a ciò che altre persone o i fatti della vita vi hanno portato a mettere in atto.

Se foste sinceri con voi fino in fondo, vi rendeste veramente conto che nulla di ciò che la vita o le altre persone possono cercare di indurvi a fare può per davvero portarvi a fare qualcosa che, in fondo al vostro intimo, non avete già contemplato di fare.

Invece tendete a bollare il giudizio degli altri come una stupidaggine o come la manifestazione di un problema che appartiene solamente all'altro, dimenticandovi che, certamente, il giudizio dell'altro quasi sempre deriva da qualcosa che all'altro appartiene e che lo condiziona a percepire solo una parte della realtà e a interpretarlo in maniera strettamente soggettiva, tuttavia, comunque, lo stimolo che l'altro ha avuto e che gli ha fatto emettere il suo giudizio (giusto o errato che sia) proviene da voi, dal vostro comportamento, dal vostro modo di esprimervi e di rapportarvi con la vita che state vivendo e, quindi, da ciò che di voi proiettate all'esterno.

La maniera giusta, di conseguenza, per porsi di fronte al giudizio altrui non è cercare di difendersi, di giustificarsi o, come fate così spesso, di contrattaccare, bensì di cercare di determinare quale parte di responsabilità voi abbiate per aver fornito agli altri i dati che li hanno condotti ad emettere un particolare tipo di giudizio invece che un altro.

E, per riuscire a fare questo, come diceva Viola, bisogna cercare di essere sinceri con se stessi ed essere in grado di ac-

cezzare la propria fallacia cercando di individuare l'incomprensione che sta alla base del proprio sbagliato agire.

D - La mancanza di umiltà porta ovviamente con sé la mancanza di onestà/sincerità, e certamente ostacola la condivisione?

L'Io, rinchiuso nella propria visione egocentrica del mondo, difficilmente riesce ad essere umile e, di conseguenza, ha sempre grande difficoltà ad essere onesto e sincero non solo con gli altri ma anche con se stesso.

E questa difficoltà è inevitabile che si traduca in contesa tra due o più Io in cerca della supremazia e tale opposizione non può che portare, inevitabilmente, a difficoltà di rapporto e di condivisione, facendo nascere incomprensioni, rancori e tentativi di rivalsa, avvelenando e deteriorando, in questo modo, ogni genere di rapporto.

D - Essere imprigionati dalle catene del proprio Io, non avere alcuna libertà di gestione della propria vita; cioè di lasciare la propria vita in mano all'Io quali problemi comporta e ci sono, eventualmente, dei benefici?

Non è vero quello che dici dal momento che non è vero che ognuno di voi non abbia alcuna libertà di gestione della propria vita. Se fosse così non ci sarebbe alcuna reale possibilità di evoluzione dell'individuo e l'intero insegnamento che vi

abbiamo portato risulterebbe essere un farneticare senza senso!

Il vero problema non è l'Io – elemento, per altro, indispensabile alla vostra crescita – ma è la limitatezza della vostra comprensione che vi fa commettere l'errore di lasciare che sia il vostro Io e non il vostro sentire – per quanto limitato possa essere al momento – a governare ciò che siete e che fate durante la vostra incarnazione.

D'altro canto, lasciare la vostra vita in mano all'Io porta con sé non solo difficoltà ma anche benefici, in quanto la vostra vita governata dall'Io sarà certamente una vita basata sull'egoismo, sull'egocentrismo, sulla ricerca della gratificazione a qualunque costo e del proprio vantaggio personale perseguendo i vostri presunti diritti e calpestando i diritti (magari altrettanto presunti) di chi vi sta accanto e, di conseguenza, provocherà rapporti difficili con chi vi sta accanto, ma avrà come conseguenza di mettervi a faccia a faccia con situazioni di sofferenza che, un po' alla volta, vi costringeranno a guardare voi stessi negli occhi e a trovare quelle briciole di comprensione che, sole, vi potranno aiutare a stemperare e persino eliminare la sofferenza che deriverà dall'emergere del vostro disagio interiore alla vostra consapevolezza.

D - Mentre si sceglie se fare o non fare quel piccolo passo per tentare di liberarsi di un aspetto ingombrante del proprio Io, forse sarebbe utile riflettere veramente a fondo sull'importanza del concetto di "immagine"; ovvero rendersi conto di quanto si tiene a dare di sé una buona immagine,

quante "maschere" si sia costretti ad indossare pur di non ammettere apertamente i propri limiti. Ci si potrebbe magari giustificare dicendo: "non è il mio momento" (di cambiare, di evolvere) ma, in realtà, chi può sapere se è il proprio momento o no?! Magari si sta rimandando da vite e vite, e questo è proprio il momento giusto!

Molto spesso, troppo spesso direi, si rimanda il lavoro su se stessi adducendo vari tipi di scuse e di giustificazioni.

In realtà è sempre il momento per cambiare o per evolvere, si tratta solo di trovare in sé un reale desiderio di farlo.

Questo è quello che significa l'arcinoto tormentone "se vuoi cambiare la tua vita, cambiala!" che Scifo vi ha proposto così spesso: non si tratta di esternare dei buoni propositi rimandandoli al momento giusto, bensì di operare nel qui e ora senza se e senza ma.

Forse non sarete ancora pronti nel vostro intimo per affrontare veramente voi stessi, tuttavia incominciare a farlo o il semplice tentare di farlo (al di là degli effettivi risultati conseguiti) sono il trattore che prepara il vostro intimo ad accogliere, nutrire e far crescere i semi che si sono andati spargendo in voi grazie alle continue acquisizioni di frammenti di comprensione da parte del vostro sentire. (Moti)

Ah... belle parole... ma mi sembra che sia un po' troppo semplicistico dire "se vuoi cambiare la tua vita, cambiala" perché, in realtà, quando cerco di cambiarla ecco che mi trovo in continuazione davanti a ostacoli che me lo impediscono!

Ad esempio se voglio cambiare lavoro perché quello che faccio non lo faccio più con soddisfazione devo scontrarmi con la dura realtà attuale in cui trovare un lavoro nuovo e soddisfacentemente dignitoso, ora come ora, è veramente difficile.

Oppure voglio cambiare marito perché l'uomo con cui vivo non mi attrae più fisicamente, mi irrita con i suoi bisogni egoistici e il sogno romantico che mi aveva portato a sposarlo alla lunga si è rivelato non una vita vissuta su una nuvoletta rosa ma una vita martoriata da nuvoloni forieri di continue tempeste. Poi guardo i miei figli e mi chiedo cosa ne sarà di loro e resto combattuta tra il fare ciò che sarebbe giusto per me e ciò che mi sembra giusto per loro, finendo col trovarmi senza il coraggio di fare niente per cambiare la vita che sto conducendo.

Sì, belle parole... ma non sono un po' poco realistiche?
(Zifed)

Mia cara, non credo che tu abbia capito veramente il senso della mia frase che forse diventerebbe per te più comprensibile se la trasformassi in "se vuoi cambiare il tuo modo di vivere la vita, allora cambialo"!

Il problema è che, come al solito, proietti all'esterno di te i tuoi problemi, senza renderti conto che l'esterno è solo lo stimolo che porta alla ribalta i tuoi errori e, quindi, le tue incomprensioni.

Incomincia il cambiamento da poco e da vicino, cioè da te stessa, e cambia il tuo modo di porti di fronte alla vita e la tua vita cambierà di conseguenza: il tuo lavoro tornerà ad essere un mezzo per avere di che vivere dignitosamente e non uno

strumento per fare carriera o per sentirsi importante o superiore ad altri, il tuo compagno non ti farà più rabbia ma tenerezza per le sue fragilità e ti ricorderai che tu sei lì per aiutarlo a superare i tuoi limiti così come lui è lì per aiutare te a superare i tuoi.

Ricorda, infine, che i tuoi figli hanno bisogno principalmente del tuo amore, della tua attenzione, della tua partecipazione e del tuo affetto e, se queste cose resteranno costanti e sicure per loro nel tempo, nulla di ciò che farai nella conduzione della tua vita potrà davvero procurare loro un danno irrecoverabile.

Incomincia il cambiamento da te, figlia mia, e la tua vita, inevitabilmente, verrà cambiata. (Scifo)

Medicine, integratori alimentari e vaccini

E' capitato non di rado che vi parlassimo di macrocosmo e di microcosmo ma, negli anni, non abbiamo mai ricevuto alcuna richiesta di spiegazione di questi due termini da parte vostra.

L'ottimista penserebbe che è stato così perché avevate chiaro cosa i due termini significavano e le implicazioni che comprendevano.

Dal momento che non sono ottimista o pessimista ma realista ad oltranza, credo che sia il caso, nell'ambito delicato degli argomenti che Francesco sta trattando, porgervi alcune delucidazioni e considerazioni in merito che vi possono risultare utili per avere una visione più completa di ciò che vi viene detto.

Con macrocosmo intendiamo un ambiente, circoscritto ma molto grande, in cui valgono le stesse leggi e nel quale, in ogni suo punto, si attuano gli stessi processi che influiscono sulle varie materie che compongono e danno forma all'intero macrocosmo.

Il Cosmo, per esempio, può essere considerato un macrocosmo in quanto, malgrado la sua ampiezza, è comunque un ambiente circoscritto, all'interno del quale la Vibrazione Pri-

ma induce l'applicazione delle leggi che consentono sia la dinamicità che l'equilibrio interno del suo insieme, elementi che modulano e hanno la funzione di permettere l'evoluzione di ogni microcosmo che in esso è inserito e che in esso compie il suo percorso evolutivo.

Con microcosmo intendiamo, invece, un ambiente sempre circoscritto ma spazialmente ben più limitato rispetto al macrocosmo (ma non per questo, indubbiamente, semplice da osservare nelle sue componenti comunque molteplici e complesse nella loro interazione), nel quale valgono e operano le stesse leggi e gli stessi processi che interessano il macrocosmo, al punto che, come abbiamo detto spesso, dall'osservazione di ciò che accade ad un microcosmo è possibile arrivare a comprendere molto di quello che avviene a livello macrocosmico, nel nome di quell'unità e di quell'omogeneità di fattori interni del Cosmo che sono essenziali non solo alla sua esistenza ma anche al mantenimento della sua realtà.

Il corpo umano può essere ritenuto un esempio perfetto del concetto di microcosmo.

Macrocosmo e microcosmo possono, inoltre, essere considerati l'esemplificazione evidente di una delle leggi di base interne al Cosmo che vi abbiamo descritto più volte negli anni, ovvero quell'arcinoto detto "così in alto, così in basso" che abbiamo adoperato nel tempo per sintetizzare il concetto che l'apparente estrema complessità della realtà cosmica può venire molto semplificata ricordando che gli elementi e le dinamiche interne del macrocosmo si ripetono e restano valide (anche se adattandosi a un ambiente più ristretto con necessità peculiari di coerenza e di sviluppo) anche all'interno di ogni

microcosmo.

In quest'ottica potremmo osservare, per esempio, che se il Cosmo è debitore della sua coerenza, uniformità ed esistenza all'operato della Vibrazione Prima, prima artefice dell'esistenza e della sopravvivenza dell'intero macrocosmo, collegando i vari elementi che gli appartengono e mantenendo attivi i processi che ne determinano lo sviluppo, anche nel corpo fisico si può individuare una sorta di corrispettivo della Vibrazione Prima, ovvero il Dna.

E' il Dna, infatti, che stabilisce le regole e attiva i processi che danno sviluppo ai vari corpi dell'individuo al fine di fornirgli la costituzione più adatta a permettergli di compiere il suo percorso di apprendimento nella sperimentazione che è lo scopo stesso del processo incarnativo di ogni individuo all'interno della realtà cosmica.

Come certamente ricorderete, il Dna dell'individuo non è semplicemente identificabile come un elemento di tipo strettamente fisico ma, come accade per ogni materia all'interno del Cosmo, è costituito dai vari tipi di materia che appartengono al corpo, dalla materia fisica a quella astrale, dalla materia mentale a quella akasica, al punto che vi avevamo sottolineato che – volendo schematizzare, in maniera molto approssimativa ma, tuttavia utile per facilitare la vostra comprensione di fattori così complessi – si potrebbe individuare una catena genetica fisica, una astrale, una mentale e persino una akasica, dal momento che ogni unità elementare fisica, per esistere e manifestarsi all'interno del piano fisico, ha bisogno di essere collegata a unità elementari delle altre materie che compongono la Realtà.

Se non esistessero questi collegamenti non vi sarebbe la

possibilità, per l'individuo, di possedere un corpo delle emozioni, di poter avere ed adoperare un corpo mentale e, cosa strettamente necessaria ai fini evolutivi, di possedere un corpo akasico attraverso il quale portare alla sua coscienza più profonda i risultati delle sue sperimentazioni, ripristinando, gradatamente e di pari passo con l'ampliamento della sua comprensione, i collegamenti con la Realtà del Tutto, fino a condurlo a ritrovare la sua vera natura.

Come accade all'interno del macrocosmo anche all'interno del microcosmo costituito dai corpi propri dell'individuo incarnato si attuano i processi necessari al suo sviluppo e al mantenimento della sua coerenza, senza i quali finirebbe col disgregarsi e abbandonare il suo processo evolutivo all'interno del piano fisico.

Alcuni di questi processi hanno le stesse finalità, nel loro operato, che esistono all'interno del Cosmo, come ad esempio il processo che tende a ripristinare l'equilibrio tra le sue molteplici componenti.

A questa categoria possono essere equiparati il metabolismo e il sistema immunitario che operano nel microcosmo del corpo dell'individuo incarnato.

Il metabolismo è un processo che ha la funzione di regolare le capacità energetiche dell'individuo (quindi i vari flussi vibratori che lo attraversano) regolamentando i processi biochimici che assicurano le sue attività vitali, influenzando sullo sviluppo nel tempo e nello spazio del corpo umano, gestendo lo scambio energetico fra i vari tipi di tessuti presenti al suo interno e cercando di adeguare con continui adattamenti il microcosmo del corpo fisico alle varie esigenze che si trova via via

a dover affrontare nel corso della sua crescita e del suo sperimentare, accompagnandolo fino al momento in cui le sue possibilità di sperimentazione nel corso dell'esistenza diventano nulle e, di conseguenza, il corpo fisico non è più di alcuna utilità all'individuo, portandolo, così, a quel processo dissolutivo del microcosmo/corpo fisico che viene comunemente definito "morte" e che corrisponde all'abbandono dei corpi posseduti per sperimentare all'interno del piano fisico.

Un altro processo che accompagna il processo metabolico e che interagisce con esso al fine di permettere all'individuo e alle sue componenti incarnate di attraversare la sua incarnazione è quello che la scienza medica ha chiamato "sistema immunitario".

Il sistema immunitario ha l'importante funzione di difendere l'organismo dall'influsso di elementi patogeni esterni (ma anche interni, pur se quiescenti) che possono provocare squilibri interni al corpo dell'individuo sia con un'azione diretta (ad esempio virus e batteri) sia con un'azione indiretta identificabile nella produzione di sostanze nocive o, quanto meno, disequilibranti del regime ottimale del corpo dell'individuo incarnato. (Scifo)

Ringrazio Scifo per questa breve (e necessariamente semplificata) spiegazione dei termini "macrocosmo" e "microcosmo", concetti, per altro, che è indispensabile avere chiari per poter comprendere le considerazioni che vorrei portarvi questa volta riguardo a diversi argomenti.

Mi sembra di avere capito che il corpo umano ha in sé, nelle sue condizioni normali e cioè senza patologie particolari,

tutti gli strumenti per funzionare nel più ottimale dei modi, possedendo già in se stesso tutti i processi che gli possono tornare utili per funzionare in maniera equilibrata e adeguata alla vita che conduce.

Teoricamente, questo potrebbe significare che esso non dovrebbe facilmente essere preda di disfunzioni o di malattie più o meno gravi.

Mi sono chiesto, come avrete probabilmente fatto più volte nel corso delle vostre vite anche tutti voi, per quale motivo ciò non corrisponda alla realtà di vita dell'incarnato.

La risposta penso che sia veramente complessa e non credo di poterla affrontare in maniera adeguata nel corso di queste mie elucubrazioni, limitandomi a dire che non si deve dimenticare che la vita dell'individuo deve servire al raggiungimento di sempre nuovi elementi di comprensione, e un equilibrio sempre uniforme e stabile certamente non offre poi molte possibilità di sperimentare nuove situazioni utili all'apprendimento di tali briciole di comprensione; di conseguenza diventa necessario, per l'ampliamento dell'evoluzione stessa dell'individuo, che gli equilibri interni subiscano dei contraccolpi, in maniera tale da spingere l'individuo a ricercare delle soluzioni interne che possano ricreare nuove condizioni di equilibrio, in piccola o grande parte diverse dagli equilibri di partenza.

Esistono, evidentemente, influenze esterne che sfuggono alla capacità di regolamentazione del microcosmo umano, influenze che fanno capo al processo evolutivo necessario al percorso dell'individuo (ad esempio l'attuarsi degli effetti karmici), cosicché, attraverso l'attivazione o la disattivazione di porzioni del Dna vengono prodotti al suo interno degli squilibri che ren-

dono dinamica la materia del microcosmo, alterandone gli equilibri nelle direzioni più utili al raggiungimento della comprensione dell'individuo e rendendolo adatto a rispondere con delle sue scelte alle esperienze che gli si presentano verificando così, nella pratica quotidiana, la qualità e l'ampiezza delle sue comprensioni.

Si tratta, ovviamente, di processi interni propri di ogni individuo che sfuggono alla sua consapevolezza e al suo controllo, gestiti in larga parte dai suoi bisogni evolutivi e, quindi, dal continuo raffrontarsi del suo corpo akasico con ciò che dettano gli Archetipi Permanenti adoperati dalla Vibrazione Prima all'interno dell'intero Cosmo.

La complessità di tale discorso è tale che non oso addentrarmi oltre e restare, invece, più collegato all'immediatezza della vita dell'individuo dal suo punto di vista invece che nell'ottica del piano di evoluzione generale del Cosmo, un po' troppo ambizioso per le mie possibilità esplicative.

Preferisco, di conseguenza, limitarmi a ciò che riguarda in maniera particolare il funzionamento del corpo fisico dell'individuo. Naturalmente la situazione, data la presenza e l'influenza del corpo delle emozioni e di quello mentale, risulta molto più complessa e strutturata e, in realtà dovrei anche disquisire per esempio su come la mente e le emozioni possono influire sulle condizioni del corpo fisico, tuttavia cercherò di riferirmi in maniera particolare alle situazioni e ai comportamenti che possono alterare il funzionamento normale dei processi fisiologici, pur essendo consapevole che, in realtà non è cosa agevole dare sempre delle norme generali dal momento che ogni individuo ha la sua personale costituzione che indirizza e

condiziona la sua fisiologia.

La medicina attuale fornisce una gran quantità di medicinali usabili per le varie occasioni in cui si ha qualche difficoltà, più o meno consistente, di tipo fisico.

Una vasta gamma di medicine... persino troppe, direi, e adoperate, secondo me, in maniera esagerata e, spesso, addirittura non appropriata.

Ma come ci si deve rapportare con tutti questi medicinali che attualmente vengono proposti in continuazione persino attraverso i canali mediatici?

Non va dimenticato che, in generale, il corpo fisico ha una larga gamma di capacità di regolamentare se stesso e possiede meccanismi adatti a poter compensare eventuali problemi che il corpo fisico può incontrare.

E' risaputo dalla scienza medica che anche nei casi di gravi problematiche fisiologiche come il malfunzionamento del cuore per problemi legati alla non corretta o impedita circolazione sanguigna, il corpo tende ad ovviare a tale carenza di afflusso di sangue creando dei percorsi alternativi che suppliscono, almeno in parte, al deficit sanguigno.

Questo accade per tutti gli organi essenziali alla sopravvivenza del corpo fisico, persino in organi complessi come il cervello nel quale, in caso di danni subiti da alcuni suoi settori, i processi fisiologici dell'individuo incarnato tentano di rimediare ad eventuali danni cerebrali sia ricostruendo (anche se lentamente) le cellule danneggiate, sia creando percorsi alternativi tra le sinapsi che permettono il recupero almeno parziale delle normali facoltà cerebrali e creano nuovi percorsi lungo i quali le

informazioni necessarie alla materia cerebrale per reagire con le esperienze della vita un po' alla volta arrivano a supplire all'attività "normale" dei settori cerebrali danneggiati, attuando, per esempio, nuovi percorsi di apprendimento motorio o del linguaggio..

In quest'ottica io suggerirei, prima di fare ricorso a medicine (quasi sempre di tipo sintetico), di aspettare qualche tempo, diciamo un'intera giornata (almeno quando la patologia non è troppo devastante e invalidante) per vedere se il corpo non riesce già da solo a risolvere il problema che si è presentato.

Le capacità autocurative del corpo, specialmente allorché entra in gioco la forza del corpo mentale, possono essere molto efficaci.

Esistono, come penso sappiate, studi che dichiarano che preso un gruppo di persone con la stessa patologia diviso in due sottogruppi a uno dei quali viene somministrato un farmaco e all'altro soltanto una sostanza innocua e senza effetti reali (il cosiddetto effetto "placebo") non si sono riscontrate solitamente grandi differenze sull'evolversi o la remissione della patologia tra i due sottogruppi. Questo significa che i processi interni naturali del corpo fisico hanno finito, in quei casi, coll'ottenere gli stessi risultati ottenibili con l'introduzione nel corpo fisico di sostanze esterne.

La medicina, attualmente, tende più a curare il sintomo che a risolvere la causa scatenante delle patologie con risultati che, in quel modo, diventano solo dei palliativi temporanei che necessitano di continua assunzione di sostanze esterne anche perché, ahimè, curare la causa scatenante è più costoso che

agire semplicemente sul sintomo... e qua potrei dilungarmi (probabilmente annoiandovi) sui rapporti tra medicina, economia, lobbies farmaceutiche e quant'altro ma, non temete, non lo farò!

Ritornando al nostro discorso sul rapporto da tenere nei confronti con le medicine, secondo me sarebbe bene assumere tali medicine solamente se risulta veramente necessario farlo o se è indispensabile per la conduzione della propria vita diminuire il dolore o i disturbi che la patologia provoca. E bisognerebbe anche avere un attimo di pazienza (scusate la ripetizione, ma questo punto lo ritengo veramente importante) prima di combattere strenuamente con farmaci ciò che può essere risolto, con un minimo di pazienza e senza correre il rischio di attenuare sì un sintomo ma di squilibrare, contemporaneamente, qualche altra componente del delicato equilibrio del corpo fisico, cosa che alla lunga può far insorgere altre problematiche.

Come mio consiglio cercate di non esagerare con le medicine, di sopportare l'eventuale disagio fisico con un po' più di pazienza e di non tendere a ingoiare pillole a manciate come fate spesso, perché tale pratica non fa altro che scompensare il lavoro compiuto dal vostro metabolismo per ottenere un andamento efficiente e regolare dell'attività del vostro corpo fisico.

Purtroppo ho constatato, osservando gli stimoli cui siete sottoposti attraverso i vostri mezzi di comunicazione, che venite bombardati continuamente dall'idea che assumendo sostanze esterne potete essere più belli, più magri, più potenti sessualmente e via dicendo ed è frequente che vengano presentati preparati complessi definiti "integratori alimentari" e

diete più o meno fantasiose.

Per quanto riguarda le diete non aggiungo altro, dato che a proposito dell'alimentazione ho già dato le linee essenziali delle mie considerazioni nel mio precedente intervento.

In quanto agli integratori alimentari il discorso che si può fare è abbastanza semplice: perché andare a creare degli squilibri nel regime normale del corpo fisico assumendo elementi che, con tutta probabilità non sono indispensabili? Il mio consiglio è quello di fare sempre un'analisi del sangue per vedere se vi è veramente necessità di un correttivo fisiologico; se tale correttivo non è veramente necessario (al di là del fatto che, comunque, se vi è una carenza di qualche tipo non è semplicemente introducendo sostanze esterne che si risolve la causa della carenza) si finisce col creare un disequilibrio fisico al quale il corpo reagisce creando nuovi equilibri che non sono quelli ottimali e naturali all'interno del complesso biochimico del corpo.

Qualcuno potrà obiettare che, comunque, le sostanze non necessarie non vengono assorbite, ma questo non è vero per tutti gli elementi (sali minerali, vitamine e così via presenti negli integratori): alcuni elementi non vengono assorbiti oltre a un certo limite, ma altri invece sì, col risultato di produrre un sovraccarico fisico non necessario che, alla lunga, può provocare dei problemi. D'altra parte gli integratori proposti sono quasi sempre complessi e farciti di un numero elevato di sostanze, il che non assicura certamente che l'eventuale aiuto per uno scompenso minerale non finisca col provocare scompensi per altre sostanze presenti nell'organismo. In linea di massima sarebbe meglio adoperare l'integratore singolo al posto di

quelli polivalenti.

Comunque sia, piuttosto che ricorrere agli integratori alimentari suggeriti dai vari spot pubblicitari, sarebbe meglio modificare la propria alimentazione in maniera che l'assorbimento delle sostanze venga regolamentato direttamente dai processi interni del corpo.

Per quanto riguarda i farmaci per potenziare la sessualità... beh, è evidente che si tratti di una forzatura degli equilibri individuali del corpo fisico che magari ottiene anche l'effetto desiderato ma a scapito di altre funzionalità, specialmente quelle di circolazione del flusso sanguigno con i conseguenti danni, quantomeno cardiaci, che si possono subire.

Veniamo, adesso, a un argomento attualmente alquanto controverso, ovvero i vaccini, specialmente allorché si tratta di far vaccinare i bambini.

Come abbiamo visto in precedenza, all'interno del corpo fisico vi è una serie di processi di difesa a disposizione del corpo fisico, regolamentati da quello che viene definito sistema immunitario.

Grazie a questi processi, il corpo ha la possibilità di difendersi da vari tipi di infezioni sia adoperando barriere naturali (come la pelle che può bloccare l'intromissione di agenti patogeni esterni nel sistema corporeo) sia creando elementi prima non presenti o non attivi nell'organismo e adatti a contrastare l'elemento infettivo che si è immesso nell'equilibrio fisiologico del corpo.

Per ovviare all'aggressione di agenti esterni potenzialmente pericolosi sono stati studiati una serie di vaccini che teo-

ricamente dovrebbero impedire lo sviluppo incontrollato di patologie pericolose per l'individuo, stimolando il sistema immunitario a creare i fattori di contrasto degli attacchi portati dagli agenti patogeni.

Credo che il concetto, dal punto di vista strettamente medico sia giusto.

Tuttavia alcuni dei vaccini attualmente adoperati risultano, per vari motivi, sconsigliabili.

Alcune malattie hanno ormai un'incidenza sulla popolazione molto limitata se non addirittura nulla (ad esempio il vaiolo è ormai praticamente scomparso), quindi è certamente privo di senso fare un vaccino antivaioloso.

Giustamente, a mio parere, sono ritenute indispensabili per prevenire grossi problemi, specialmente per quanto riguarda i bambini, la vaccinazione antidifterica, l'antipolio e quella per l'epatite di tipo B.

Le prime due prevengono in maniera adeguata l'instaurarsi di patologie con effetti devastanti per il fisico del bambino, effetti che le difese dell'organismo non sono in grado di contrastare da sole in maniera soddisfacente.

L'epatite B, dal canto suo, è una patologia che provoca danni molto pesanti, in particolare al fegato e ai reni, ma una vita sana e con sane abitudini nei paesi occidentali la rende non frequentissima mentre è, invece, molto diffusa in paesi sia dell'Oriente che dell'Africa. Considerato l'aumento nella popolazione dell'occidente di individui provenienti proprio da questi paesi in cui le possibilità di contagio sono molto alte il mio parere è che sarebbe meglio ricorrere a questo vaccino, tenendo presente anche il fatto che il sistema immunitario dei bimbi

non è ancora perfettamente operante.

Per quanto riguarda il vaccino antitetanico, in via teorica non è strettamente indispensabile (considerato anche il breve arco temporale in cui agisce), tuttavia il bambino non è completamente al sicuro, data la sua capacità di provocarsi ferite e di manipolare terra e quant'altro che potrebbero contenere gli agenti che potrebbero provocare il tetano. Certamente una corretta attenzione e la disinfezione immediata delle ferite scongiura nella maggior parte dei casi l'insorgere della patologia, ma chi ha figli sa benissimo che non è possibile controllare sempre senza sosta quello che stanno facendo, così, secondo me, è meglio mettersi al riparo dal rischio.

Tra le altre malattie vaccinabili troviamo i vaccini contro morbillo, rosolia e parotite che, in passato, causavano gravi danni alla salute non solo dei bambini ma anche degli adulti. Attualmente sono disponibili cure efficaci e risolutive per queste malattie, cosicché possono venire diagnosticate per tempo e curate prima che possano danneggiare il fisico della persona. Non ritengo che questi vaccini siano indispensabili anzi, considerato il fatto che sono malattie alle quali il sistema immunitario pone rimedio con la creazione di anticorpi che durano nel tempo, credo proprio che si possa con una certa tranquillità non usufruire di tali vaccini.

Infine il vaccino contro il batterio *Haemophilus influenzae b* (nome difficile ma conosciuto dai non-medici più che altro per essere la causa dell'insorgere di meningiti): non ho dubbi in proposito, e ritengo che debba essere un vaccino che sarebbe meglio somministrare.

Per quanto riguarda gli adulti è evidente che i vaccini per

chi va in altre parti del mondo in cui è possibile infettarsi con malattie contro le quali il sistema immunitario dei paesi occidentali non ha potuto crearsi delle difese risultano pressoché indispensabili.

Meno indispensabile ritengo che sia, invece, il vaccino antiinfluenzale, sia perché dà una copertura che non è totale ma è mirata a specifici agenti patogeni e non verso tutte le loro varianti, e, inoltre, il sistema immunitario dell'individuo (quando non si sia in presenza di accentuati problemi cardiologici o polmonari, specialmente nelle persone più anziane) è in grado da solo di reagire all'invasione e di innescare le contromisure più adatte. In pochi giorni il problema si risolve completamente se si seguono le norme di cautela e di alimentazione dettate dal semplice buon senso comune.

Quello che spaventa spesso, nel decorso delle sindromi influenzali, è l'aumento della temperatura corporea. In realtà tale aumento è il frutto delle reazioni del sistema immunitario del corpo fisico e, quindi, segnala che esso sta lavorando attivamente per ovviare al disequilibrio interno che l'agente patogeno ha provocato. Sotto la spinta del voler essere attivi prontamente e del voler riprendere la propria vita normale si fa, secondo me, un uso scorretto degli antipiretici che andrebbero usati solamente quando la temperatura oltrepassa i trentanove gradi, dal momento che bloccare l'aumento della temperatura significa diminuire l'attività del sistema immunitario che ha bisogno del calore per innescare i processi di difesa dai fattori influenzali, col risultato di prolungare la vita degli agenti patogeni.

Naturalmente questo è il mio parere e potrebbe trovare

molti di voi non d'accordo con quanto vi ho appena detto.

Io vi chiedo semplicemente questo: perché non siete d'accordo?

Avete le cognizioni o le competenze per essere sicuri che è meglio, per esempio, non somministrare alcun vaccino ai vostri figli o la vostra convinzione deriva da un "sentito dire da più parti" o da letture affrettate di ciò che viene detto a proposito di tale tema su Internet?

Non mi ritengo uno strenuo difensore della pratica medica (anche il medico più bravo può sbagliare, specialmente considerate le condizioni affrettate e di massa in cui è costretto ad operare finendo col diventare spesso più un "colletto bianco" che un vero medico) tuttavia mi chiedo se il rischio di contrarre alcune malattie valga davvero la candela del non-vaccino ad oltranza.

Senza dubbio esiste comunque una certa percentuale di rischio, come accade sempre quando si forza il sistema immunitario a lavorare in direzioni per lui anomale, ma tali rischi sono connessi principalmente all'esistenza di altre problematiche collaterali che si possono andare a sommare all'azione dei vaccini conducendo a effetti indesiderati anche di non lieve entità.

D'altra parte, a mio parere, i possibili benefici sono molti di più dei possibili danni.

Alla vostra coscienza (ma ancora più a quella di un medico che faccia il suo lavoro con passione e dedizione) l'ardua sentenza. (Francesco)

Incontro di aprile con le Guide

Sommario: la conoscenza di se stessi, riconoscere le proprie responsabilità, rimandare il lavoro per se stessi, i percorsi storici e il karma, il cambiamento generale e le scelte individuali, il senso di inadeguatezza, vivere positivamente i sensi di colpa, senso di colpa e karma.

L'ormai arcinoto processo conoscenza/consapevolezza/comprendione è alla base dell'intero percorso di avanzamento evolutivo della coscienza dell'individuo incarnato.

Ci tengo a sottolineare che il termine "conoscenza", nel contesto del processo evolutivo di cui sto parlando, non va inteso come conoscenza culturale ma come conoscenza di se stessi, delle proprie spinte interiori e delle intenzioni che stanno alla base delle scelte che si compiono.

Come ormai sapete, riteniamo, infatti, che soltanto arrivando a conoscere se stessi si può innescare o aiutare il processo interiore che porta alla comprensione e, di conseguenza, all'ampliamento del sentire individuale, facendo procedere il sentire dell'uomo incarnato sulla via dell'evoluzione, traghettandolo attraverso le turbolenze che si muovono nella sua interiorità verso la conoscenza di ciò che si muove al suo interno e indirizza le sue scelte, fino al raggiungimento della conseguen-

te accettazione e consapevolezza di ciò che gli appartiene e che determina il suo modo di entrare in contatto e reagire alle esperienze che la vita, via via, gli sottopone, portandolo, infine, al raggiungimento di quegli elementi di comprensione che trovano il loro posto all'interno della sua coscienza, collegandosi alle comprensioni che già erano state raggiunte e strutturando gradatamente il suo sentire in maniera da farlo diventare, poco alla volta, il riflesso sempre più preciso dei modelli presentati come obiettivi da perseguire e da raggiungere per trovare l'armonia non soltanto con se stessi ma con l'intero Cosmo in cui l'incarnato si trova a sperimentare la materia. (Rodolfo)

D - Ci sono informazioni, nel corso della vita, che lasciano segni più profondi di altre, così io mi sono sempre chiesta qual era, in termini di karma collettivo, la contropartita delle crociate ... "armiamoci e partiamo per andare a liberare il Sacro Sepolcro". Di tutte le guerre che le varie culture hanno saputo escogitare, questa mi è sempre sembrata la più assurda, perché mascherava il solito intento di conquista dietro a una motivazione inattaccabile: la diffusione della cristianità. Oggi mi sembra di vedere la risposta nello sventolare di altre idee e, in qualche modo, delle stesse inaccettabili azioni ...

La tua domanda è veramente molto complessa, ma vediamo cosa posso dirti in proposito.

Per incominciare vorrei fare alcuni appunti a quanto dici. Prima di tutto dalle tue parole sembra di poter dire che ri-

tieni la diffusione della cristianità una motivazione valida e inattaccabile per giustificare le crociate (sono certo che non sia davvero quello che intendevi affermare, ma che si tratti soltanto di una tua sbagliata esposizione, ma ti risponderò, comunque, come se davvero tu intendessi quello che hai detto).

In realtà io ritengo che addurre quella motivazione come giustificazione per l'innescare di una guerra sia un non senso non solamente a livello etico ma anche a livello semplicemente religioso, e che i due livelli, a ben vedere, sono strettamente connessi tra di loro.

Infatti non vi può essere alcuna ragione accettabile per togliere la vita ad altre persone e, tanto meno, può essere accettabile usare la violenza e l'omicidio specialmente quando vengono attuati per diffondere una religione che ha alla sua base i concetti di amore e fratellanza. Se ciò accade non è tanto perché i dettami del cristianesimo siano stati travisati o male interpretati (parlo del cristianesimo ma potrei dire le stesse cose dell'islam o a proposito di altre religioni) dal momento che l'insegnamento di base è chiaro e limpido nei suoi termini, ma perché hanno preso il sopravvento sulla dottrina l'egoismo, l'avidità, il desiderio di potere e di acquisire ricchezza.

Senza dubbio le Crociate furono motivate dalle gerarchie che le promuovevano non tanto da un reale desiderio di diffondere il cristianesimo quanto dalla volontà di ampliare la loro potenza politica ed economica.

Senza dubbio gran parte di coloro che partivano per le crociate erano anche convinti di agire nel nome e per la gloria del cristianesimo ma bisogna tenere conto del fatto che la violenza fisica generalmente ritenuta un modo per affermare se

stessi - caratteristica comune di quei tempi - e l'ignoranza diffusa tra la popolazione davano modo a chi aveva l'autorità religiosa o politica di poter facilmente far leva sulla popolazione, spingendola alla ricerca di gloria personale o di presunti crediti presso la divinità,

Anche se al giorno d'oggi alcuni fattori si sono molto attenuati (la massa, per esempio, è molto meno ignorante rispetto a com'era ai tempi delle crociate), i perché delle varie guerre che si accendono qua e là sul pianeta sono sempre gli stessi: vantaggi economici e acquisizione del potere a livello planetario. I promotori non sono più i re, gli imperatori o le gerarchie ecclesiastiche, bensì i capi di stato, le multinazionali e le varie congregazioni di potere (comunemente definite lobby) che sono la reale spinta propulsiva delle ambizioni e degli interessi di parte.

Se l'esame dei percorsi storici può insegnarci qualcosa è il fatto che le cose sul pianeta non possono veramente cambiare se il potere viene gestito da pochi in grado di influenzare la massa, ma cambieranno soltanto se i componenti della massa acquisiranno quel sentire interiore che favorirà l'espressione sul pianeta della comunione dei sentire, dando vita a una massa consapevole della forza della propria unione con gli altri individui e in grado di dire un no deciso a ciò che va contro il sentire comune acquisito.

E' sulla base di questo concetto che vi è stato detto in maniera ricorrente che le rivoluzioni reali e durature non partono mai dall'alto bensì dal basso.

Il problema attuale è principalmente conseguente alla destabilizzazione degli individui attualmente incarnati, che vedo-

no i loro diritti e le conquiste che nel tempo pensavano di avere ormai acquisiti (diritto al lavoro, dignità della vecchiaia, prospettive di una vita soddisfacente per i propri figli e via dicendo) sempre più ridotti e calpestati, senza trovare in se stessi la forza comune per arrivare a far valere il loro sentire al di là della propria ridotta sfera di influenza. La comunione del sentire, di conseguenza, non riesce a strutturarsi e non ha la forza per determinare un vero cambiamento.

Credo che veramente, come è stato detto, questo sia un preludio al vero cambiamento e che si finirà coll'abbandonare l'attuale stato confusionale disorganizzato.

Devo ammettere, tuttavia, che mi riesce difficile sentire lo stesso ottimismo che manifestano le nostre care Guide e la domanda che non posso fare a meno di pormi (e a cui non so dare una risposta soddisfacente) è se la comunione del sentire non finirà col manifestarsi quando ormai il pianeta sarà stato martoriato in maniera irrecuperabile... ma, considerando il fatto che l'evoluzione della razza dovrà necessariamente proseguire, penso che tutto accadrà nel momento preciso in cui sarà necessario che accada proprio per permettere all'evoluzione della razza di compiere il suo balzo evolutivo in avanti.

D - Altra questione: il problema economico che oggi non si combatte più con le guerre ma a suon di trattati più o meno segreti, di omologazione, di perdita delle identità culturali, ... la tendenza di certi gruppi di persone alla sopraffazione economica e al controllo di altre, secondo logiche cieche che alla fine fagociteranno se stesse lasciando solo desola-

zione. In netta contrapposizione poi c'è l'esaltazione della diversità di cultura, di alimentazione, di modi di pensare, di dimensioni più a misura d'uomo che di potere, dove c'è ancora spazio per un sorriso e per godersi un bel paesaggio ... Io mi sento estremamente confusa e mi chiedo se questi due modi si potranno mai incontrare in un equilibrio che farebbe bene ad entrambi.

Direi che la risposta ai tuoi quesiti è già contenuta in quanto appena detto da chi mi ha preceduto: i germi del cambiamento sono comunque presenti sia sul pianeta che all'interno dell'individuo e hanno messo radici profonde nella popolazione, radici che non potranno che creare germogli di sentire dando vita, poco alla volta, alla fioritura delle coscienze: i concetti dei vari insegnamenti spirituali, molto più simili tra di loro nei loro concetti di base di quanto potrebbe apparire a una lettura superficiale (dal karma alla reincarnazione e via dicendo) sono ormai passati da una cultura all'altra, al punto da essere entrati nel linguaggio comune, favorendo il passaggio delle informazioni da un individuo all'altro in maniera più uniforme costituendo, così un tessuto comune che favorirà l'espressione del sentire comune.

D – Le Guide hanno detto che i cambiamenti partono dalle scelte individuali di ciascuno di noi ... mah! Sì ... forse ... certamente i cambiamenti per il singolo individuo che nelle sue grandi o piccole contraddizioni può dare una svolta alla propria vita in una direzione piuttosto che in un'altra, ma ci

si deve comunque sempre adattare a quelli che sono i movimenti della massa, vero?

Nel tuo ragionamento manca un concetto basilare per interpretare la questione, ovvero che la massa è costituita di individui.

Tenendo presente questo fattore indubitabile, mi sembra evidente che se gli individui che compongono la massa cambiano le proprie scelte diventeranno la componente principale che agisce all'interno della massa e finiranno, così, con l'influire non soltanto sul comportamento del singolo ma anche su quello della massa nel suo insieme. Al contrario, se l'individuo resta fermo sulle sue posizioni la massa non riceverà la spinta per modificare la sua condotta generale.

Com'è ovvio il cambiamento non può essere immediato bensì graduale, e incomincerà a presentare degli effetti quando l'equilibrio interno della massa verrà spostato dall'ampliarsi del numero degli individui che avrà messo in atto i cambiamenti.

La questione non è che l'individuo si deve adattare ai movimenti della massa bensì esattamente il contrario, cioè che i movimenti della massa saranno dettati dall'espressione del sentire degli individui che la compongono.

Sembra un concetto irrilevante ma, in realtà, è una prospettiva che rivoluziona la stessa concezione di cambiamento delle reazioni della massa all'interno della società.(Max)

D - Esistono sensi di colpa non collegati ai somatismi?

Cercando di tradurre il senso della tua domanda in maniera più ampia mi sembra di capire che tu voglia sapere se è possibile che esistano dei sensi di colpa che non producono dei somatismi.

A questa domanda non posso fare altro che rispondere negativamente: non è possibile che a un qualsiasi senso di colpa non sia abbinato un somatismo.

Se ragioniamo sui termini che vi abbiamo presentato a proposito dei sensi di colpa la giustezza della mia affermazione non può che apparire evidente.

Il senso di colpa, come ormai sappiamo, deriva dalla contrapposizione tra le proprie scelte e i modelli presentati dagli Archetipi Permanenti ed è collegato agli squilibri interiori a livello vibrazionale che quella situazione comporta.

Quindi ad ogni senso di colpa corrisponde uno squilibrio vibrazionale.

Ad ogni squilibrio vibrazionale corrisponde la creazione di vortici perturbati all'interno dei corpi dell'individuo.

Ogni perturbazione vibrazionale interna dell'individuo si riflette sui corpi dell'individuo dando vita a quegli effetti che abbiamo genericamente definito somatismi.

Da notare che è lampante che il fatto che il senso di colpa sia conscio o inconscio non cambia l'esistenza o meno di un somatismo di qualche tipo ma influisce solamente sulla sua intensità e sulla possibilità più o meno facile di venire risolto dall'individuo in maniera più completa o più veloce nel tempo.

D - Tutti i somatismi sono legati al percorso evolutivo indi-

viduale, la stessa incarnazione è un somatismo e quindi penso possa valere anche la pena non soffermarsi solo sui somatismi negativi (quelli che ci disturbano), ma porre l'attenzione anche sui nostri somatismi positivi e cercare di utilizzarli come strumento per affrontare quelli negativi. Quindi: se i somatismi negativi sono legati al senso di colpa e il senso di colpa è legato all'incomprensione, proviamo ad usare i nostri somatismi positivi, legati alle nostre comprensioni, per allargare la comprensione stessa e quindi risolvere i somatismi negativi. A questo però aggiungerei due considerazioni, la prima è che non ci si può illudere di arrivare al superamento completo di tutti i somatismi negativi a breve termine, la seconda è che nel momento in cui tutti i somatismi sono risolti non c'è più bisogno di essere incarnati.

Direi che la tua analisi può essere in gran parte condivisibile.

Mi sembra, però, un po' stiracchiata e azzardata la tua etichettatura tra somatismi negativi e somatismi positivi.

Se vogliamo fare gli ottimismo ad oltranza possiamo dire che tutti i somatismi possono venire considerati positivi, in quanto sono necessari per fornire all'individuo gli elementi che possono aiutarlo a cercare di risolvere le proprie incomprensioni di base.

Se, invece, consideriamo la definizione di somatismo (cioè l'effetto delle incomprensioni che si riflette sugli equilibri dei corpi dell'incarnato provocando sensazioni di disagio o di

sofferenza nelle loro varie gradazioni) e adottando il punto di vista dell'individuo incarnato (e, ovviamente, del suo Io) il somatismo non può che essere considerato negativo perché provoca effetti perturbanti nella conduzione della vita dell'incarnato.

D - Dal punto di vista dell'Io questo è un bel dilemma: vorrei avere tutte le comprensioni per non avere più sofferenza ed essere felice, ma ... a quel punto non c'è più nessuna ragione che giustifichi la mia esistenza come essere incarnato ...

Questa tua considerazione mi sembra abbastanza affrettata e un po' confusa nelle conclusioni (d'altra parte hai chiarito che l'osservazione che fai è dal punto di vista dell'Io, il quale è sempre tendenzialmente affrettato e poco logico!).

Senza dubbio l'Io si trova nella situazione del serpente che si morde la coda: è indotto dalle sue esigenze interne a cercare soluzioni che lo aiutino a non soffrire, e tali soluzioni, per avere degli effetti reali e duraturi non possono che essere quelle che portano a raggiungere nuove comprensioni. D'altra parte il raggiungimento di un sempre più ampio sentire porta, inevitabilmente, ad una graduale attenuazione dell'attività dell'Io fino ad arrivare al momento in cui scomparirà del tutto e, con esso, scomparirà la necessità di continuare il processo reincarnativo.

Se l'Io ragionasse (cosa che in realtà non fa ma segue semplicemente quelle che sono le sue necessità influenzando i corpi con cui interagisce e che gli permettono di manifestarsi

all'interno del piano fisico) si troverebbe veramente davanti a un gran dilemma che mette in pericolo la sua illusoria esistenza. Ma, poiché non ragiona veramente, non può fare altro che agire sul piano fisico seguendo quelle che sono le sue istanze correndo, inconsapevolmente, incontro al suo annullamento totale.

D - Ci possono essere sensi di colpa (se è possibile chiamarli così) che devono la loro nascita solo ai contrasti tra il comportamento dell'individuo e le "norme" degli Archetipi Transitori a cui è collegato ma, come dicevo prima, forse in questo caso è meglio parlare di senso di inadeguatezza. Io userei l'espressione "senso di colpa" solo quando realizzo consapevolmente di avere una "colpa".

Per prima cosa direi che la tua concezione di "senso di colpa" ritenuto tale solo quando si realizza in maniera consapevole di avere una colpa non mi trova d'accordo dal momento che il senso di colpa nasce, come abbiamo visto poco fa, ben al di fuori della sfera di consapevolezza dell'individuo incarnato.

Dal punto di vista logico e strettamente aderente all'insegnamento bisogna ricordare che gli Archetipi Transitori possono essere visti come riflessi parziali di aspetti presentati dagli Archetipi Permanenti che hanno il compito di far sperimentare all'individuo qualche particolare percorso che lo può portare ad aumentare la sua uniformazione (passatemi il termine, anche se è brutto) ai modelli che essi presentano.

Di conseguenza i contrasti tra le norme che l'individuo

sperimenta e il suo livello di comprensione non è altro che la ripetizione, in un ambito più focalizzato e ristretto, dei sensi di colpa che nascono dal raffronto diretto tra il corpo della coscienza dell'individuo e i modelli degli Archetipi Permanenti. In entrambi i casi il senso di inadeguatezza è uno degli elementi principali nel fornirgli la dinamicità necessaria alla sua sperimentazione.

D - Il senso di inadeguatezza non lo vedo come un'eccessiva amplificazione del concetto di senso di colpa: secondo me il senso di colpa è un concetto molto ampio e il sentirsi inadeguati è una componente essenziale per dare dinamicità al processo che porta dall'incomprensione alla comprensione.

Vediamo di ragionare un po' sul senso di inadeguatezza.

Per prima cosa bisogna chiedersi chi è che si sente inadeguato e rispetto a cosa.

La risposta mi sembra che sia abbastanza facile (e ripetitiva, aggiungerei!): chi si sente inadeguato rispetto all'esperienza che sta affrontando è l'Io dell'individuo, in quanto non riesce a trovare in maniera veloce e per lui soddisfacente e gratificante quanto vorrebbe un percorso che lo porti a risolvere il suo senso di inferiorità rispetto alle esigenze che gli vengono richieste dall'esperienza in atto.

Anche per quanto riguarda la seconda domanda la risposta è, in fondo, piuttosto semplice da individuare: l'Io si sente inadeguato quando non riesce ad avere il controllo di ciò che

l'individuo sta vivendo, cosa che, considerata l'alta considerazione che esso ha di se stesso, lo mette in crisi perché lo pone di fronte all'evidenza che non è il perno della realtà e che non ha la capacità di gestire secondo i suoi desideri gli avvenimenti a cui si trova di fronte nel corso dell'esperienza di vita.

E' ovvio – come d'altra parte hai affermato anche nella tua considerazione – che trovarsi in una tale situazione è un fattore di dinamismo che favorisce il processo di evoluzione dell'individuo. Infatti il senso di inadeguatezza spinge l'Io a cercare delle soluzioni che modifichino il suo stato di incertezza e che gli rendano possibile annullare il disagio e la sofferenza che tale stato gli provoca. Questo meccanismo, com'è ovvio, mette in moto le azioni dell'individuo all'interno del piano fisico e lo induce a prendere delle decisioni e a fare delle scelte, i risultati delle quali costituiranno la base per l'apprendimento di quegli elementi del sentire che ancora non erano stati compresi all'interno del suo corpo della coscienza.

In definitiva direi che il senso di inadeguatezza è l'indispensabile motore che spinge l'individuo verso la comprensione.

D - Credo che dai contrasti tra il comportamento dell'individuo e le "norme" degli Archetipi Transitori possa nascere quello che si identifica il più delle volte come "malessere passeggero" che l'Io tende a gestire a "modo suo" dal momento in cui viene a mancare la dinamicità che si instaura tra sensi di colpa e somatismi.

La tua concezione mi sembra, in verità, alquanto restrittiva e, come tale, solo parzialmente e limitatamente condivisibile.

Il fatto che il malessere sia passeggero non cambia il fatto che esso sia un somatismo, anche se risolvibile in maniera solitamente più veloce rispetto ai somatismi che hanno radici più complesse perché coinvolgono una porzione di sentire più ampia che si confronta con la vasta complessità dei modelli presentati dagli Archetipi Permanenti.

Certamente i "malesseri passeggeri" possono essere più facilmente gestibili e risolvibili, sempre che l'Io non adotti la tattica più semplice (e per questo molto facilmente messa in atto dall'Io), che è quella di convincersi di aver risolto la causa del malessere passeggero semplicemente decidendo di ignorarlo, cosa che porta il malessere passeggero a trasferirsi in una sfera più inconscia e, quindi, a favorire la sua trasformazione in un vortice vibratorio in espansione con conseguenze facilmente intuibili rispetto alla produzione dei somatismi.

Giustamente fai il collegamento tra i malesseri passeggeri e gli Archetipi Transitori, perché quasi sempre riflettono un contrasto con le norme sociali di riferimento dell'individuo. Ma non va dimenticato il fatto che gli Archetipi Transitori hanno la ragione della loro esistenza dal confronto tra il sentire individuale e gli Archetipi Permanenti di cui sono la proiezione parziale. Di conseguenza anche la radice dei malesseri passeggeri è collegata sempre e comunque a quell'incomprensione del sentire più ampia che si riferisce ai modelli presentati come giusti dagli Archetipi Permanenti, Risolvere il malessere passeggero rispetto agli Archetipi Transitori, di conseguenza, può

essere solo una risoluzione momentanea dovuta al fatto che l'Io è riuscito a trovare un temporaneo punto di equilibrio con le norme sociali in cui si trova ad operare, ma non è detto che questo corrisponda a una reale comprensione acquisita dal sentire dell'individuo.

D - Per quanto riguarda l'aspetto positivo dei somatismi mi sono rifatta a quello che per me è un cardine dell'insegnamento: la dualità. Partendo dal presupposto che l'incarnazione stessa è un somatismo, in quanto rappresentazione tangibile del rapporto comprensioni/incomprensioni di ciascun individuo, ho pensato che se i somatismi negativi sono l'esteriorizzazione delle incomprendimenti, l'esteriorizzazione delle comprensioni dovrebbe essere rappresentata dai somatismi positivi. Così, se avere una costituzione gracile può essere considerato un somatismo negativo, quello di avere una costituzione forte può essere considerato un somatismo positivo.

Nel calderone della tua domanda ci sono un insieme di considerazioni che investono decisamente orizzonti molto ampi. Semplificando al massimo i concetti direi che la tua definizione di somatismo negativo e somatismo positivo può essere accettabile.

D - Ma come si fa a vivere un senso di colpa positivamente? Come se questi fosse una benedizione, o il somatismo al-

lacciato non esistesse? Sembrano domande di non accettazione, ma credo che prima di una vera accettazione questi quesiti sorgano spontanei da chi affronta la questione.

Il vivere il senso di colpa in maniera positiva non è indubbiamente una cosa facile, dal momento che l'Io combatte tutto quello che lo mette in difficoltà di fronte a se stesso e alle sue mancanze.

D - Esercitare una certa "coercizione" verso noi stessi significa fare una certa "violenza" per accettare o imporci uno stato d'animo? ... e quindi mi sorge la domanda: ma c'è differenza tra i due concetti "somatismo" e "karma"?

Imporsi uno stato d'animo penso che non sia veramente possibile e che, anche se fosse possibile farlo, non possa essere di grande utilità. Pensi che sia davvero possibile imporre a se stessi, per esempio, di essere felici? Certo, l'Io può mettersi la sua bella maschera da persona felice ma essa rimane comunque una maschera e non la manifestazione di una reale condizione di felicità interiore e, come tale, prima o poi i nodi verranno al pettine e la maschera di autoimposta condizione di felicità andrà in frantumi portando a galla ciò che stava nascondendo a se stesso e agli altri. In quanto ai concetti di somatismo e di karma, pur essendo correlati tra di loro, non sono certamente la stessa cosa, anche solo considerando il fatto che il somatismo e l'espressione sul piano fisico di una sofferenza collegata a un'incomprensione che nasce nel corso del rappor-

tarsi dell'individuo con l'esperienza della vita in cui sta sperimentando se stesso, mentre il karma abbraccia un orizzonte molto più ampio dal momento che coinvolge l'individualità nel suo intero processo di successive incarnazioni ed è strettamente regolamentato dalle leggi dell'equilibrio non soltanto interne dell'individuo ma anche di quelle complessive in cui è inserito che tengono conto non solo dei rapporti d'equilibrio con le altre individualità che incontra nel corso del suo cammino evolutivo ma anche delle necessità di equilibrio interne all'intero Cosmo in cui si trova a vivere, (Ombra)

Come abbiamo sempre detto, figli nostri, lasciarsi sopraffare dai sensi di colpa non è la soluzione dei propri problemi, anche se fornisce l'illusione di pagare immediatamente il proprio errore con la sofferenza nell'individuo che il senso di colpa provoca.

L'unica e definitiva soluzione è quella di arrivare a comprendere ciò che, non compreso, sta alla base del senso di colpa.

Non può essere semplicemente un lavoro che l'individuo può fare razionalmente, usando il suo corpo mentale, ma deve coinvolgere l'individuo nella sua interezza, quindi a livello sia mentale, sia emozionale, sia di coscienza, in maniera da permettere il maggior flusso di informazioni utili dal corpo fisico a quello akasico dell'individuo.

Osservato a livello teorico, sembra un procedimento abbastanza semplice ma, come avrete senz'altro constatato personalmente, nel corso della vostra vita, non è mai veramente così, e questo, ovviamente, è conseguenza della presenza

dell'Io e dei suoi tentativi di apparire migliore di quello che è.

Affinché il processo possa avviarsi e procedere nella maniera più fruttuosa per l'individuo è indispensabile che egli raggiunga l'accettazione di se stesso, e cioè che riconosca la sua fallacità e arrivi ad accettare il fatto che è possibile che abbia commesso degli errori.

Se l'accettazione viene a mancare, gli errori non vengono mai riconosciuti come propri e si permette all'Io di attribuire la causa delle proprie manchevolezze all'esterno di se stessi, cercandosi giustificazioni che poco servono per arrivare alla rivelazione delle proprie spinte interiori e, di conseguenza, alla comprensione utile al sentire. (Moti)

La fitoterapia

Cari amici,

com'era facilmente preventivabile il mio ultimo messaggio, particolarmente per quello che riguarda l'argomento dei vaccini, ha fatto nascere alcuni dissensi nei confronti delle mie parole così, prima di andare avanti nel programma che mi sono proposto di sviluppare vorrei toccare alcuni punti che, secondo me, hanno bisogno di essere chiariti a tutti voi che mi state leggendo, in modo da non indurvi in possibili errori di interpretazione, anche perché il seguito degli argomenti che toccherò riguarda le varie medicine alternative che l'umanità attualmente incarnata si trova a poter sperimentare personalmente in caso di necessità, e sappiamo tutti che quando viene detto da altri qualcosa che non collima perfettamente con le proprie personali convinzioni si è sempre pronti a partire lancia in resta e a testa bassa per difenderle.

Il che, infondo, può anche essere giusto, almeno fino a quando si mantiene intatto il proprio buon senso, la correttezza logica e la disponibilità a modificare, se risulta necessario ed evidente che vada fatto, le proprie opinioni.

Primo punto: quanto vi sto dicendo nel corso di questi miei interventi (per altro sotto la solita attenta supervisione da parte delle Guide principali, sempre amorevolmente attente nel consigliarmi o nello sconsigliarmi) è frutto del lavoro di documentazione che ho avuto occasione di intraprendere dopo che ho abbandonato il piano fisico, grazie alla possibilità che mi è stata offerta di poter studiare o approfondire gli argomenti che mi hanno interessato nel corso della mia vita senza più i limiti spazio temporali che l'incarnazione, inevitabilmente, pone all'incarnato.

Quanto vi sto dicendo, di conseguenza, nasce dalla mia soggettiva interpretazione di quello che ho appreso (e non è, quindi, una verità assoluta e incontrovertibile), tuttavia è quanto più possibile non di parte, dal momento che non subisco pressioni da fonti a me esterne e che non ho certamente alcun interesse personale da salvaguardare.

Senza dubbio, il fatto che le mie osservazioni siano viziate dalla mia soggettività significa che esse possono anche arrivare a delle conclusioni sbagliate malgrado abbia cercato - a seguito della mia formazione pseudo-scientifica... e perdonatemi lo "pseudo", ma ho ben presente il fatto che tutto ciò che da vivo ritenevo "scienza" era estremamente riduttivo e parziale, cosa che anche al vostro momento attuale continua, secondo me, ad essere estremamente vera - di restare il più aderente possibile alla realtà dei fatti.

Secondo punto: il mio intento nel venirvi a portare questi argomenti non è quello di offrirvi delle soluzioni ai vostri pro-

blemi di salute (se lo facessi interverrei in maniera non permessa nella conduzione della vostra esperienza di vita e il karma, ormai dovrete saperlo, è un severo maestro contro il quale non si può combattere senza trovarsi a provocare squilibri nell'economia sia del microcosmo che del macrocosmo).

Qual è allora, il mio intento?

Semplicemente quello di esporvi il mio pensiero e, quando ciò è possibile, i dati sui quali esso si fonda - nel rispetto, ovviamente, anche dell'intero corpo dell'insegnamento - in modo da mettervi dinanzi la possibilità di ragionare in maniera più strutturata e meno "facilona" di come la effettuate solitamente, sperando che, offrendovi una visione più ampia, più strutturata e più ordinata, troviate in voi il modo di compiere le vostre scelte di vita un po' meno avventatamente e con una maggiore consapevolezza di quali possano essere i pro e i contro a cui conducono le vostre scelte.

Le scelte, vale la pena ricordarlo per l'ennesima volta, devono essere fatte da voi perché è su di voi, in ogni caso, che ricadono gli effetti che esse smuovono,

Se vogliamo parlare più in concreto con un esempio pratico prendiamo in esame le statistiche che vengono solitamente portate come argomentazione pro o contro gli argomenti che abbiamo fin qui trattato.

Personalmente ritengo che le varie statistiche siano sempre da prendere molto con le pinze anche se, trattandosi di dati numerici si potrebbe pensare che siano sempre massimamente obiettive.

I problemi sono di vario ordine: basta considerare, per esempio, che le statistiche sono spesso commissionate dalle

varie case farmaceutiche e, tenendo conto dell'entità degli interessi in gioco, sorge più di un dubbio, conoscendo l'indole umana e l'Io che la gestisce, che non solo l'interpretazione dei dati ma che addirittura la stessa scelta dei campioni di riferimento non siano già in partenza predeterminati con l'intento di portare acqua al proprio mulino.

E' per questo motivo che nel mio messaggio di apertura, se non ricordo male, ho sottolineato che è necessario essere pronti, sempre e comunque, ad adoperare la prima arma che l'individuo ha a disposizione nel cercare di discernere i fatti, ovvero il semplice e comune buon senso.

Per restare ancora di più nel concreto ho visto che attualmente è sorta l'idea che la somministrazione dei vaccini possa provocare l'autismo e questo perché vi sono statistiche in cui tra i vaccinati si è notata una certa percentuale di individui in cui si è manifestato, nel tempo, l'insorgere di sintomi autistici più o meno accentuati.

Dalla fredda analisi dei dati statistici si potrebbe dedurre che effettivamente esista una concreta correlazione tra le vaccinazioni e l'autismo.

Vediamo, però, di usare il buon senso.

Una statistica, per godere di una certa credibilità, deve essere effettuata su un numero elevato di pazienti (diciamo, tanto per darci un numero su cui ragionare, un migliaio di persone).

Nel campione in questione vi saranno stati certamente casi di un gran numero di malattie ricorrenti in più individui: se, tra quei mille pazienti, per esempio, verificassimo quanti hanno avuto, dopo la vaccinazione, sintomi influenzali, potremmo arrivare a concludere, per assurdo, che la somministrazione

dei vaccini è la causa principale del diffondersi della sindrome influenzale!

Con questo intendo dire che nell'esame medico di un numero elevato di pazienti sottoposto a vaccino si può riscontrare la presenza dell'insorgere di molte malattie ma che questo non significa che vi sia veramente una correlazione tra vaccino e malattia sorta a posteriori.

Il che mi porta a concludere che le statistiche presentate siano quanto meno "di parte" e collegate strettamente a tentativi utilitaristici legati al tentativo di favorire o sfavorire certi rimedi a scapito di altri per i quali, magari, vi è un interesse economico più interessante per chi li produce e li lancia sul mercato.

Certo, il caso dell'autismo è un caso molto particolare sul quale la scienza in realtà non ha ancora un'idea ben definita. E, da quello che mi sembra di aver compreso nei miei studi... post-mortem, penso che sia anche piuttosto difficile che possa, per il momento, essere diversamente, dal momento che la genesi dell'autismo è difficilmente correlabile solo al corpo fisico e a eventuali problemi di ordine genetico ma ha una sua più ampia genesi in quelle porzioni di Dna che fanno riferimento alla parte astrale e mentale degli altri corpi dell'individuo (non considerati dalla scienza attuale) o, se vogliamo andare ancora oltre, negli influssi karmici che l'individuo si trova a dover subire... ma qui entriamo certamente in un campo che è ben lontano dalla maniera di ragionare della scienza medica attuale.

Concludendo questo punto, non posso che ricordarvi ancora una volta che indubbiamente non sono qui a parlarvi per

dirvi quali sono le scelte che dovete fare, ma solo per presentarvi degli argomenti che possano servirvi ad effettuare quelle scelte che restano (*repetita iuvant*, direbbero i latini), sempre e comunque, una vostra prerogativa e una vostra precisa responsabilità.

Infine voglio specificare che, senza dubbio quanto, vi sto esponendo può essere considerato piuttosto superficiale e concordo pienamente con quanto alcuni hanno affermato in proposito.

D'altra parte non mi sto rivolgendo a un consesso di medici ai quali potrei rivolgermi certamente in maniera più approfondita occupandomi, che so... di enzimi, di interferenze proteiniche, di reazioni ormonali o molecolari e via dicendo, bensì a tutti voi, persone molto comuni, con media e - non nascondiamocelo, perché è mia abitudine dire il più possibile pane al pane e vino al vino - talvolta bassa preparazione culturale specifica, cosicché non posso fare altro che destreggiarmi fra le varie argomentazioni in maniera tale da tentare di renderle accessibili e comprensibili a ognuno di voi.

Se avete bisogno di saperne di più e in maniera più approfondita e dettagliata non dovete fare altro che impiegare una buona parte del vostro tempo a studiare i vari testi medici e clinici che vengono continuamente pubblicati e aggiornati dalle case editrici specializzate!

In fondo anche questo rientra nelle vostre possibilità di scelta.

Ma abbandoniamo questo argomento ritornando ad oc-

cuparci del discorso principale che sto affrontando.

Se avessi dovuto seguire un ordine cronologico nell'esposizione dei vari tipi di medicina possibile, prima di parlare della medicina tradizionale avrei dovuto indubbiamente parlare della fitoterapia, ovvero della cura attraverso l'impiego di vegetali.

Infatti, senza alcun'ombra di dubbio, la prima terapia medica usata dall'essere umano è stata quella che sperimentava e provava ad adoperare le proprietà delle piante per venire incontro ai bisogni di cure mediche degli individui.

Questo è stato vero per millenni, durante i quali, attraverso il metodo della prova/errore e dell'osservazione diretta di quali erano gli effetti sul fisico umano delle sostanze provenienti dall'uso delle piante, si è andata via via determinando una sorta di farmacopea accreditata non soltanto dai risultati ottenuti, quanto dalla tradizione e dalle usanze delle varie popolazioni mescolando, spesso inestricabilmente, rimedi efficaci e rimedi a dir poco fantasiosi.

Non voglio, con queste mie parole, dire che l'assunzione di medicine fitoterapiche non avessero manifestato nella pratica e nell'uso correnti dei risultati concreti, bensì sottolineare che, come sempre accade nella storia dell'uomo, accanto agli effetti indubitabili di alcune sostanze di origine vegetale hanno proliferato, nei secoli, anche cure ritenute tali solo dalla tradizione e che soltanto col tempo e le analisi scientifiche si sono potute dimostrare aleatorie e inconsistenti nei loro effetti.

E' innegabile che la medicina attuale debba molto alla fitoterapia: molte delle sostanze che attualmente vengono sintetizzate (il più delle volte ad alta concentrazione per aumentarne gli effetti) provengono proprio dagli studi effettuati sulle piante

della tradizione fitoterapica.

Senza ombra di dubbio la cura del fisico umano attraverso l'uso delle piante ha dei vantaggi rispetto a quella effettuata con la sintetizzazione degli stessi elementi curativi appartenenti ai vari vegetali, quanto meno perché adopera sostanze naturali e, come tali, assimilabili dall'organismo umano con maggiore gradualità, senza indurre quasi mai gravi e incontrastabili effetti collaterali.

Cosa che avviene frequentemente, invece, con le medicine di sintesi, per le quali gli effetti collaterali, a lungo andare, possono portare all'insorgenza di altre patologie, curando magari il sintomo principale ma finendo spesso col provocare scompensi in altre parti dell'organismo e, di conseguenza, il presentarsi di altri sintomi, col risultato di portare ad un'assunzione di ulteriori sostanze sintetiche, mettendo in atto una catena ininterrotta di ulteriore prescrizione di farmaci che giova certamente alle casse dei vari istituti farmaceutici ma che giova molto meno alla stabilità della salute dell'individuo.

Come sempre accade per ogni tipo di cura medica, anche nella cura fitoterapica si possono individuare pregi e difetti.

Tra i pregi si può annoverare, come abbiamo appena visto, il fatto che si tratti di cure di tipo naturale e, quindi, più adatte a non sconvolgere l'equilibrio tra il corpo dell'individuo e il suo appartenere al mondo della natura.

Il difetto principale, invece, può essere individuato nel fatto che nella maggior parte dei casi, a causa della limitata concentrazione dei principi attivi nei prodotti fitoterapici, i risultati ottenuti vengono raggiunti non immediatamente ma dopo un

periodo più o meno lungo di assunzione dei principi medici.

Certo, come obietterete prontamente voi, è possibile adoperare estratti o altri tipi di medicinali fitoterapici a maggiore concentrazione dei principi attivi, in maniera da velocizzare l'attivazione dei benefici portati da tale tipo di medicinali.

Tuttavia anche nelle preparazioni fitoterapiche a più alta concentrazione tale concentrazione è indubbiamente sempre molto inferiore a quella che può essere ottenuta per via sintetica ed è sempre comunque necessario un certo lasso temporale di somministrazione per constatare gli effetti ottenuti.

Io ritengo che per i disturbi più comuni l'uso della fitoterapia possa essere un secondo passo utile da tentare per risolvere i problemi medici individuali (il primo, lo ripeto per chi non se lo ricordasse, è secondo me quello di attendere almeno una giornata, quando è possibile, a intervenire direttamente, in maniera da aspettare un giusto periodo di tempo per vedere se il laboratorio interno del corpo fisico riesce da solo ad ovviare agli inconvenienti di salute che si sono manifestati).

La fitoterapia (specialmente quando effettuata attraverso il "fai da te") non può invece, secondo me, diventare sostitutiva delle cure mediche attuali quando vi siano sintomi che richiedono una velocizzazione dell'intervento per evitare danni al sistema del corpo fisico dell'individuo o ci si trovi davanti a malattie di tipo complesso per le quali si rende necessario l'utilizzo di prodotti di sintesi specifici e ad ampio spettro.

Per dirlo in maniera il più possibile semplice e diretta, contrastare una febbre da raffreddamento con il salice o con altri febbrifughi naturali che possano coadiuvare o aiutare il lavoro del laboratorio chimico interno al corpo dell'individuo va

benissimo e, a mio avviso, sarebbe molto meglio che farlo adoperando sostanze sintetiche ma è impensabile combattere un cancro con prodotti fitoterapici.

Sarebbe probabilmente necessario, nel parlare dell'impiego delle piante per la cura del fisico umano, aprire un ampio capitolo riguardante l'ambiente: l'uso indiscriminato di pesticidi e di concimi che portano alla produzione di vegetali dal bel-l'aspetto ma che hanno contemporaneamente perso gran parte delle sostanze che ne costituivano le proprietà curative non possono certo lasciare indifferente chiunque pensi di potersi curare con le erbe e molto spesso anche adoperare i prodotti in vendita nelle varie erboristerie non è una grande garanzia perché non vi è nessuna reale possibilità di controllo sui prodotti di origine che vengono usati (i cosiddetti bugiardini presenti nelle confezioni dei farmaci di sintesi).

Che fare, allora? Rinunciare a questo tipo di cura di "pronto soccorso" per il sospetto che tali prodotti abbiano un'origine non proprio salutistica?

Io credo che se si adoperi la fitoterapia con la giusta moderazione e il giudizioso impiego si possa stare abbastanza tranquilli, dato che le concentrazioni delle sostanze è abbastanza bassa ed eventuali elementi nocivi possono quindi essere facilmente contrastati ed eliminati attraverso i normali processi chimici interni del laboratorio chimico umano.

Resta a carico di ognuno l'applicare il primordiale metodo dell'osservazione per constatare se un certo medicamento fitoterapico sortisce o meno gli effetti desiderati, tenendo anche conto del fatto che le capacità curative e di risposta ai medic-

nali di ogni corpo fisico variano da individuo a individuo.

L'ottimale sarebbe essere coadiuvati dal proprio medico che, purtroppo, però, al giorno d'oggi è talmente travolto dal fatto di essere inserito in una "medicina di massa" che tende a trascurare quasi completamente la fitoterapia preferendo l'uso massiccio di sostanze di sintesi che permettono risultati (se così si può dire) più veloci e adatti a gestire il "fuori uno e sotto l'altro" in cui si è trasformato il rapporto medico/paziente, che finisce col dimenticare quasi sempre quello che si dice affermasse Ippocrate, ovvero che il medico deve saper far esporre al malato i suoi problemi, deve aggiungere a questo aspetto le considerazioni tratte dalla sua osservazione e dal "tocco" effettuato sul corpo del paziente per arrivare (chiedetevi, per esempio, quando è stata l'ultima volta che il vostro medico curante vi ha detto di tirare fuori la lingua per poterla osservare!), infine, a stabilire quale possa essere il rimedio migliore per agire sulle problematiche che lo affliggono.

Vorrei portarvi ancora un'ultima considerazione.

La cosiddetta globalizzazione ha portato alla magnificazione di prodotti fitoterapici importati da altre culture, spesso propagandati come prodotti eccezionali provenienti da piante esotiche fino a ieri sconosciute ai più.

Vorrei ricordare qualcosa che mi sembra di avere già accennato in precedenza quando parlavo dell'alimentazione: l'assunzione di sostanze inusuali provenienti da altre culture non è sempre privo di problemi.

Nei secoli, infatti, il corpo umano appartenente a una certa cultura ha sviluppato metodologie proprie per compiere il

suo lavoro di salvaguardia della salute dell'individuo, determinate dall'assunzione delle sostanze più tipicamente adoperate in quella cultura e sviluppando, nella sua metodologia di lavoro, processi dedicati alla gestione di tali sostanze nelle maniere più adeguate stabilendo nei corpi fisici di una popolazione una sorta di protocollo degli interventi che preferibilmente metterà in atto nel rapportarsi con gli eventuali problemi di salute che possono insorgere.

Immettendo in tale metodologia preferenziale sostanze sconosciute o poco adoperate si corre il rischio di mettere in difficoltà le varie reazioni immunologiche con cui il corpo fisico è abituato a reagire nei confronti dei ciò che viene messo in circolo.

Ritengo, perciò, che tale farmacopea "esotica" debba venire adoperata con attenzione e cautela e partendo da un impiego moderato per essere certi che non si stiano creando più problemi di quelli che si intendono risolvere.

Per terminare questo mio intervento vorrei rivolgermi a tutti quelli che mi hanno posto domande specifiche su particolari argomenti, dicendo loro che alla fine di questo breve "corso semplificato" riguardante la medicina cercherò di rispondere alle domande che mi sono state poste, sempre fatto salvo il fatto che le mie possibilità di risposta saranno comunque legate a quanto io so (o credo di sapere) e circoscritte dalle necessità karmiche di ognuno di voi, il che non mi darà sempre la possibilità di essere esauriente come potrei o di fornire delle indicazioni di scelta "ad personam". (Francesco)

Incontro di maggio con le Guide

Sommario: rispondere attivamente ai propri perché, la disponibilità verso gli altri, i colori, consapevolezza/nconsapevolezza

Fratelli, sorelle,

l'aiutare gli altri è sempre stato un precetto basilare presente sia in ogni religione sia in ogni tipo di società. In questo mondo travagliato in cui sembra essere andato perduto ogni afflato spirituale per rivolgersi al più gretto materialismo, le domande si affollano nella mente di chi cerca un contatto più intimo con la propria coscienza.

Perché non amo e proteggero i figli degli altri come amo e proteggero i miei?

Perché non rinuncio almeno in parte a ciò che ho in sovrabbondanza ma preferisco lasciarlo inutilizzato, piuttosto che dividerlo?

Perché produco sostanze che avvelenano e inquinano il mio ambiente di vita rendendo difficile e pericolosa la vita di ogni essere umano presente sul pianeta?

Perché lotto per avere posizioni di potere e, allorché le raggiungo non le adopero per fare il bene di tutti ma solo per i miei personali interessi?

Perché lascio che sia l'economia e non la giustizia sociale a governare la mia vita?

Perché... perché... perché...

Fratelli, sorelle, i vostri pensieri sono fatti di parole ma non lasciate che le vostre parole restino soltanto parole che non si traducono in azioni allorché vi sembra che esse possano in qualche maniera entrare in contrasto con i vostri interessi egoistici.

Cercate l'equilibrio dentro di voi e fate in modo che mente, emozioni e coscienza cooperino per far sì che ognuna delle domande che vi state ponendo trovi la giusta risposta, aiutando, così, il processo che porterà al raggiungimento di un nuovo e più vero modo di favorire la messa in atto di quei valori che sono dentro di voi e che non potete ignorare perché sono intessuti non solo nel vostro intimo ma, addirittura, nella trama stessa del Cosmo che abitate.

Fratelli, sorelle, che l'Amore sia con voi. (Viola)

D - La mia disponibilità verso gli altri dovrebbe sempre essere attiva, però a volte si scontra con quelli che sono i miei bisogni (incomprensioni), allora è giusto che io mi forzi ad essere disponibile se mi pesa esserlo?

La disponibilità verso gli altri, come dici tu, in realtà è sempre attiva, e non potrebbe essere altrimenti, dal momento che l'Archetipo Permanente primario che pervade tutto il Cosmo è l'Archetipo dell'Amore, il quale comprende tutte le possibili sfumature collegate al concetto d'amore, dall'amore verso i

propri cari all'amore verso ogni essere umano in generale, dall'amore per gli animali e le piante all'amore per il pianeta che ospita l'evoluzione della razza umana.

D'altra parte, il grado di incompletezza del sentire dell'individuo lascia ampie possibilità di interpretazioni soggettive del concetto di amore, dando modo all'Io di operare delle scelte sull'eventuale oggetto del suo amore condizionando il suo desiderio di dare qualcosa con ampia disponibilità specialmente allorché pensa di poterne ottenere qualche cosa in cambio, sia che si tratti di vantaggi materiali sia che si tratti dell'ottenimento di prestigio o di considerazione perseguendo il fine di preservare l'immagine di se stesso in qualità di presunto fulcro della realtà in cui si trova immerso.

Ovviamente, la disponibilità verso gli altri dovrebbe essere presente sempre e comunque e non fare differenza a secondo del soggetto verso cui essa è diretta ma, altrettanto ovviamente, un tale grado di disponibilità può essere messa in atto soltanto nel momento in cui la propria coscienza ha raggiunto un buon grado di uniformità con i modelli con cui la Vibrazione Prima pervade l'ambiente cosmico.

A ben vedere, in tutte le forme religiose e in ogni tipo di società, il concetto dell'aiutare gli altri è sempre ben presente e credo che sia difficile trovare qualche persona che possa dichiarare di non essere mai disposto a porgere aiuto a chi ne ha bisogno.

Questo significa che tale concetto è ormai stato acquisito all'interno della popolazione umana, ma solo a livello prettamente logico e mentale mentre non ha ancora raggiunto in maniera stabile il livello del sentire individuale.

Ecco, quindi, che l'individuo arriva a porsi la domanda che tu stessa ti sei posta: fino a che punto debbo sforzarmi di aiutare gli altri se questa mia disponibilità va contro i miei bisogni e, di conseguenza, diventa un peso non indifferente renderla operativa?

In realtà credo che si tratti di una domanda che non ha molta utilità porsi: se si arriva di fronte alla duplice possibilità di scelta tra l'aiutare gli altri o dare la precedenza ai propri bisogni significa che l'Io ha in mano le carte del gioco e che, per quanto esso cerchi di salvare magari le apparenze aiutando in maniera parziale gli altri, il risultato tenderà sempre e comunque a cercare di salvaguardare se stesso e i propri interessi.

La ragione e il codice etico (quest'ultimo, in particolare modulato dalla sperimentazione degli Archetipi Transitori) pongono quasi sempre l'individuo nella condizione di avvertire come un peso, come un limite alla propria realizzazione, il mettere da parte i propri bisogni in favore di altri ma, d'altro canto, hanno la funzione di indurlo a sforzarsi di cercare delle soluzioni che possano apportare un utile ad entrambe le parti in causa (sempre dando, comunque, la precedenza a ciò che è utile per se stesso).

Perché ho affermato che è una domanda che non è molto utile porsi?

Perché ognuno di voi (e non può essere altrimenti) segue il proprio sentire, di conseguenza il suo aiutare gli altri sarà sempre correlato al grado di sentire che avete conseguito fino a quel momento del vostro percorso, seguendo una logica evolutiva individuale imprescindibile che vi porterà ad alternare grandi comportamenti egoistici a grandi azioni altruistiche, in

special modo quando le azioni compiute saranno messe in essere dall'impulsività del momento.

Agire impulsivamente significa permettere al proprio sentire di manifestarsi in maniera meno contrastata dall'Io dal momento che non è condizionato dalla razionalità, ma non significa, comunque, arrivare ad agire, senza alcun dubbio, altruisticamente: se il proprio sentire non ha ancora un grado di completezza tale da permettere all'individuo di andare oltre ai propri bisogni per aiutare quelli degli altri difficilmente le sue azioni saranno veramente altruistiche. Senza contare il fatto che – come vi abbiamo detto spesso – chi riceve il vostro aiuto non si interessa del fatto che esso sia mosso da spinte egoistiche.

Ma non vorrei, con queste mie parole, far nascere in voi un pessimismo su voi stessi che non dovete assolutamente avere!

Per quanto il vostro altruismo possa avere ampie sfumature egoistiche, tuttavia resta sempre un modo per ampliare il vostro sentire e per aiutarvi ad arrivare, gradatamente, ad un altruismo sempre più sentito e vero.

E' giusto, quindi, che cerchiate di sforzare voi stessi ad essere altruistici, pur restando consapevoli che, proprio per il fatto che si tratterà di un comportamento che vi costa uno sforzo, il vostro aiutare gli altri continuerà ad avere una componente egoistica non indifferente.

D - Ci è sempre stato detto (nell'insegnamento, ovviamente) che, nell'agire e in particolare nell'aiutare gli altri, dobbiamo partire da poco e da vicino; ecco, a breve, gli immigrati dal

continente africano, via mare e dall'Est, via terra, in Italia, saranno talmente tanti, che ce li troveremo molto molto vicini, anche fisicamente, dentro e fuori casa e in tutti i luoghi pubblici, al chiuso e all'aperto. Sono questi, ora, i più vicini da aiutare, con quel poco che si ha? Nell'ottica dell'insegnamento, cosa significa aiutare questi nuovi fratelli? Ora, visto che ormai, siamo tutti qui, stretti come sardine, insieme ai bisognosi nostrani e ai nuovi bisognosi, sempre più numerosi, sia gli uni che gli altri, intorno ad una torta sempre più piccola, chi dobbiamo aiutare e come?

Il concetto che vi abbiamo sempre proposto, ovvero quello dell'aiutare partendo da poco e da vicino tiene conto del processo di apprendimento dell'Archetipo dell'Amore: non potremmo proporvi, se non come meta ultima, di aiutare qualunque persona abbia bisogno di aiuto sul pianeta, perché di tratterebbe di una proposta utopistica e irrealizzabile, mentre incominciare ad aiutare chi vi sta accanto fornisce all'Io le motivazioni e le gratificazioni che lo aiutano a darsi da fare per venire incontro ai bisogni delle persone che condividono più strettamente con lui l'esperienza all'interno del piano fisico.

E' un primo passo - sempre giocato sul filo sottile del dare per ricevere che l'Io attua continuamente - che permette al vostro sentire di acquisire nuova esperienza e, di conseguenza, ampliare se stesso nel tentativo di risuonare in maniera appropriata con i modelli di riferimento degli Archetipi Permanenti.

L'immigrazione che attualmente coinvolge diverse parti del vostro pianeta non cambia le vostre priorità nell'aiutare gli

altri bensì il vostro modo di trovarvi davanti a un problema che non è soltanto di ordine etico ma anche sociale ed economico, e coinvolge, di conseguenza, tutto il pianeta.

L'introduzione nella storia umana di questo nuovo fattore così travolgente non potrà che portare a nuovi punti di vista, obbligando i Paesi più benestanti a trovare nuove ottiche di osservazione della vita sociale e rendendo sempre più evidenti le disuguaglianze presenti sul pianeta che fino a ieri venivano ignorate ma che ora, sotto la pressione dell'immigrazione, saranno costretti ad osservare più seriamente per cercare quelle soluzioni che possano disinnescare quella che sembra una grande bomba pronta a deflagrare modificando in maniera inaspettata la vita di tutti e non solo quella dei Paesi più direttamente interessati al fenomeno migratorio.

Cambiare le regole sociali, distribuire in maniera più equa le risorse, salvaguardare i più deboli e gli indifesi, garantire protezione senza prevaricazioni e in maniera equilibrata, non favorire lo sfruttamento delle persone in ambito lavorativo, limitare l'azione delle grandi potenze economiche e industriali e via dicendo, saranno tutte cose che dovranno essere fatte, prima di tutto, per rendere più giuste ed eque le vostre società, e, in secondo luogo, per permettere l'assorbimento del fattore migratorio nella maniera più indolore possibile.

Per far questo ci dovranno essere delle rinunce, sia individuali sia collettive, ma non sarà possibile fare altrimenti.

Come aiutare queste persone, state chiedendo? Cambiate un attimo prospettiva e chiedetevi se, in realtà, queste persone non stiano invece già aiutando voi, fornendovi quelle spinte evolutive che da troppo tempo state disattendendo adagiando-

vi in un finto benessere e nel perseguimento di modelli di vita disarmanti per la loro pochezza, il loro crescente individualismo e l'inconsistenza delle loro mire, così fuorvianti dal fine dell'evoluzione della razza e del raggiungimento di quel sentire comune che, solo, può far comprendere cosa sia la vera fratellanza universale. (Moti)

D - Se uno non dispone del necessario per vivere dignitosamente (cibo, salute e alloggio sicuri) non credo abbia modo di porsi il problema di aiutare gli altri bisognosi! Purtroppo il grado di corruzione e delinquenza nel nostro Paese (ma credo anche in tutti gli altri, soprattutto a livello di chi gestisce il potere) ci ha portati a questa feroce condizione di "lotta tra i poveri" per cui non sono molti quelli in grado di preoccuparsi a dare aiuto agli immigrati. La mia opinione è che aiuti il prossimo chi è in grado di poterlo fare, in qualsiasi modo gli sia possibile, ma la decisione non può essere presa che dalla coscienza di ognuno (nel caso ce l'avesse!).

Una vita veramente dignitosa non è quella che ha cibo, salute e alloggio sicuro, ma quella che permette di relazionarsi con gli altri in maniera equa e giusta: quante volte è accaduto, nei secoli, che sia chi meno possiede a compiere le azioni più eclatanti, arrivando persino ad andare contro il proprio istinto di sopravvivenza, pur così difficile da superare, per restare fedele ai principi e ai valori che riteneva giusti?

Tu dici che la tua opinione è "che aiuti il prossimo chi è in grado di poterlo fare".

Bene, creatura mia, sono d'accordo con te.

Ma - un po' maliziosamente, come mio solito - mi chiedo se tu ti poni tra quelli che sono in grado di poterlo fare o se la tua non è una nuova accezione del classico "armiamoci e partite!".

Chiunque, anche la persona ritenuta più povera, ha qualcosa che potrebbe condividere con altri, se lo volesse. E tu che non sei tra gli indigenti ma che ti ritieni tra i più vicini alla povertà apri, per esempio, le porte del tuo "povero" armadio e guarda quanti vestiti hai che, per un motivo o per l'altro, non usi o prendi nota di quanto cibo lasci spesso nei tuoi "poveri" piatti buttando nella spazzatura ciò che ad altri sembrerebbe un tesoro inestimabile!

Persino il Papa attuale si sta rendendo conto che la Chiesa si è allontanata in maniera abnorme dall'insegnamento etico del Cristo e sta cercando, anche se forse tardivamente e tra molte difficoltà interne, di riportare i suoi fedeli - dopo aver contribuito per millenni ad ammassare ricchezze e a fare del fasto il tratto distintivo del Cristianesimo, così lontano dal Cristianesimo delle origini - ad un concetto di proprietà diverso dal punto di vista spirituale e più vicino al pensiero originario del Cristo.

Credo che non sia più il tempo del "dire" bensì il tempo del "fare" (e non certo nell'accezione propagandistica adoperata da alcuni vostri uomini politici attuali).

D - Fra le tante vibrazioni possibili, perché sono stati presi in considerazione i colori?

Prima di tutto perché la richiesta di parlare dei colori e delle loro proprietà è pervenuta proprio dai partecipanti agli incontri. Purtroppo, all'epoca, il concetto di vibrazione era stato trattato ma non ancora sufficiente approfondito, così avevamo preferito rimandare il discorso al momento in cui le nozioni che vi avremmo portato potessero costituire una base un po' meno superficiale sulla quale basare la discussione di quanto ci veniva richiesto.

In secondo luogo ci è sembrato che considerare il colore dal punto di vista vibratorio avrebbe potuto darvi una prospettiva diversa della vostra visione della Realtà.

Considerate il fatto che abbiamo spesso sottolineato che il Cosmo, nella sua interezza, è attraversato da vibrazioni che espletano la loro funzione di strutturazione della Realtà così come la potete osservare con i vostri sensi.

Sottolineare che il colore è definito da ogni individuo incarnato come la percezione di un movimento vibratorio significa rendersi conto che l'intera Realtà ha delle proprietà colorimetriche che, magari, non vengono identificate dai vostri sensi ma che, tuttavia, esistono, dando alla Realtà le proprietà di una immensa tavolozza di colori in cui ogni vibrazione si manifesta attraverso la tonalità che la contraddistingue.

Questa prospettiva vi offre la possibilità di inserire, nella vostra osservazione della Realtà, il concetto di unitarietà della manifestazione: ogni colore corrisponde a un valore vibratorio, ogni vibrazione interseca e reagisce alle altre vibrazioni, mescolandosi con esse e rendendo la Realtà, se osservata da questo punto di vista, qualcosa di veramente unico e unitario,

riflesso di quell'unità che sta alla base dell'insieme dei Cosmi, ognuno a se stante ma, comunque e sempre, unito agli altri Cosmi, e indispensabile alla struttura e all'esistenza stessa della Realtà anche se non viene percepita nella sua totalità e complessità dalle creature che in essa sono immerse per condurre il loro percorso evolutivo.

Il fatto che la vibrazione (e, quindi, il movimento) appartenga non soltanto alla materia fisica ma a tutte le materie che compongono il Cosmo potrebbe aiutarvi a comprendere la complessa intersecazione tra le materie dei vari piani di esistenza – nessuna delle quali considerabili solamente per se stesse ma profondamente relazionabili con tutte le altre materie – e a rendervi conto di quanto sia grande e difficilmente comprensibile da ognuno di voi il Grande Disegno, almeno fino a quando non sarete in grado di non pensare più in termini strettamente razionali o emotivi ma sarete capaci di interpretare la Realtà attraverso a ciò che è più vicino alla Vibrazione Prima, ovvero la materia del corpo della coscienza e, quindi, il vostro sentire.

Capisco che per molti di voi questo potrebbe sembrare il classico “fare tanto rumore per nulla” ma non abbiamo cercato, nel tempo, di sforzarvi a comprendere ciò che, per vostri intrinseci limiti strutturali, non potete davvero comprendere ma solo intuire, bensì abbiamo incominciato a spargere in voi quei semi che potessero farvi giungere a una prospettiva più ampia di ciò che significa veramente essere una parte della Realtà.

D - L'aura ha anche una vibrazione sonora oltre che visiva?

E' ovvio che non possa che essere così: se è vero, com'è vero, che ogni colore è vibrazione e che la vibrazione è movimento, credo che sia relativamente facile arrivare al passo successivo, ovvero a considerare che il movimento delle materie che vibrano producano anche delle vibrazioni sonore.

Da quest'idea possiamo arrivare alla concezione di un Cosmo non soltanto pervaso dal colore ma anche pregno di sonorità!

La vostra scienza parla di vuoto assoluto e questo potrebbe portare a pensare che in tale condizione non vi possa essere materia che, vibrando, trasporti il suono o il colore ma, in realtà, il vuoto assoluto non esiste veramente perché in una porzione di spazio può essere tolta ogni particella fisica ma tale porzione di spazio conterrà comunque la materia degli altri pieni di esistenza del Cosmo (cosa, ovviamente, non riconosciuta dalla scienza attuale né da essa facilmente accettabile se non a livello teorico) che tiene coesa la realtà cosmica, e queste materie, per mantenere integro il Cosmo, vibrano e interagiscono tra di loro, producendo con i loro movimenti colori, sfumature e suoni che aiutano a unificare la trama del Grande Disegno. (Scifo)

D - Che interazioni ci sono tra l'aura dei diversi esseri viventi? Può esserci un rapporto di "sintonia" di vibrazione che potrebbe essere anche curativa? (mi vengono in mente i fiori di Bach, la cromoterapia, la musicoterapia...). Quale rapporto può esserci tra l'aura dell'individuo e l'ambiente

che lo circonda?

Credo che sia abbastanza facile da comprendere che tra l'aura degli individui ci possa essere interazione.

Se ricordate avevamo portato a questo proposito il discorso dell'aura della madre e quella del neonato che entrano in contatto e si influenzano vicendevolmente, al punto che se la madre manifesta dei picchi vibratorii il bambino, a causa del contatto delle due aure, può arrivare a percepirli e ad esserne anche coinvolto...

In quanto al collegamento tra aura e possibilità curative preferisco che sia Francesco, eventualmente, a portare avanti il suo esame delle varie terapie mediche possibili.

D - I colori sono il risultato della percezione da parte dell'individuo dei vari tentativi di decodifica che vengono attuati dai suoi vari corpi sia nella fase di discesa delle vibrazioni, che in quella di risalita, nel corso dell'attuarsi del piccolo ciclo corpo akasico/corpo fisico?

Sinceramente trovo la domanda abbastanza incomprensibile e mi trovo in difficoltà a darti una risposta...

Non trovo giusto ciò che affermi, ovvero che "i colori sono il risultato della percezione da parte dell'individuo dei vari tentativi di decodifica che vengono attuati dai suoi vari corpi": i colori sono il risultato dei movimenti vibratorii ed esistono sia che vi sia un individuo che li percepisca sia che non vi sia alcun percipiente, altrimenti sarebbe come dire che nel deserto più de-

serto che si possa immaginare la sabbia sia priva di colore perché nessuno è presente per vederlo.

Per quanto riguarda la percezione del colore da parte dell'individuo essa è graduata e resa possibile dalle varie decodifiche che le possibilità percettive dell'individuo mettono in atto per distinguere gli elementi che lo circondano ed è, di conseguenza, strettamente soggettiva.

Ma tale soggettività non implica l'incomunicabilità delle percezioni da un individuo all'altro perché, proprio per il fatto di essere soggettiva, viene comunicata non attraverso la comprensione della tonalità esatta percepita dall'individuo ma attraverso l'insieme di informazioni che sono ad essa collegata... lo trovo molto difficile da spiegare.

Provo con un esempio: se due individui osservano una stessa fragola può accadere, sulla scia delle possibilità percettive individuali, che uno di loro la veda rossa e l'altro gialla. Questo significa che la percezione della fragola da parte di un individuo non possa essere condivisa anche dall'altro? Certamente no, perché il colore è solo uno degli elementi percettivi che contraddistinguono la fragola mentre ve ne sono altri che possono essere percepiti in maniera simile (che so: il profumo, la forma, la consistenza, il sapore e via dicendo). Il risultato porterà a un'idea di fragola comune nella quale la differente percezione del suo colore non inibisce o impedisce la comunicazione del concetto di fragola.

Spero proprio di non avervi confuso ancora di più le idee!

D - Le vibrazioni dei colori potrebbero essere percepite tramite il processo che viene definito "sogno"?

Anche in questo caso non capisco quale sia la domanda: il sogno è un'elaborazione tramite immagini di ciò che l'individuo ha vissuto o ha pensato o ha manifestato, il tutto sottoposto alle varie censure interne applicate dall'Io, e usano nella loro "realtà alternativa" gli stessi elementi percettivi che l'individuo adopera nella sua sperimentazione sul piano fisico, quindi anche il colore. Ma il sogno in se stesso non ha la proprietà di definire la percezione di un colore in un modo o nell'altro.

D - Che significato ha il fatto che mi piace/mi fa star bene un colore piuttosto che un altro, oppure al contrario un colore mi disturba, mi deprime... in qualche modo anche gli stati d'animo sono somatismi... C'è una relazione tra il mio piacere/disturbo verso un colore e le mie comprensioni/incomprensioni? Posso usare i colori per agire sui miei somatismi e quindi essere poi più ricettiva nei confronti degli stimoli della vita per risolvere le mie incomprensioni?

Anche in questo caso mi sembra che sia più un argomento che possa riguardare il lavoro che sta portando avanti Francesco piuttosto che il mio.

D - La simbologia dei colori, secondo me, non va presa in modo troppo rigido ma messa sempre in relazione con il modo di essere del momento della persona, soprattutto se si parla dei colori indossati o di quelli che si scelgono per

completare il proprio ambiente di vita (l'arredamento in casa, il dettaglio in ufficio, ...). Per esempio, leggere il nero solo come simbologia della paura mi sembra restrittivo ... nero può essere anche l'abito elegante per l'occasione particolare, può essere il dettaglio che dà movimento all'arredamento di un locale. Così come il rosso può essere la maglietta allegra e sbarazzina ma anche il tendaggio cupo e pesante di un salotto retrò.

Posso essere in gran parte d'accordo con quanto dici sulla relazione tra la percezione del colore collegata allo stato d'animo del percipiente.

Non dimentichiamo, però, che esiste l'interpretazione del colore come comunicazione della percezione attraverso il dizionario simbolico che si crea all'interno, per esempio, di una società: se in tale dizionario il nero ha assunto l'attribuzione simbolica prevalente del colore della morte e della paura tutti gli individui appartenenti a quella società tenderanno a considerare come prima ipotesi di decodifica simbolica prima di tutto quella esistente all'interno del dizionario che sta adoperando.

D - Da sempre io ritengo che seguire il proprio sentire significhi agire come le proprie comprensioni e incomprensioni permettono di fare, cioè mostrarsi per quello che si è, non mascherarsi per apparire migliori di quello che si è. Solo così le proprie incomprensioni (azioni sbagliate) provocheranno all'esterno quelle reazioni che ci sono indispensabili

per poter individuare i propri errori e arrivare infine alla comprensione.

Direi che la tua, più che una domanda, è un'affermazione sulla quale, per altro, non posso che essere d'accordo.

D - Mi sorge sempre un grosso dubbio: in una situazione faccio una rapida analisi dei vari elementi e scelgo il comportamento che poi andrà a crearmi meno sensi di colpa, quello che ritengo più vicino al mio ideale morale ... oppure scelgo quello che mi fa più comodo essendone consapevole, tanto ciò che conta è non mentire a se stessi, e sono pronta anche a prendermene le conseguenze. Beh, in entrambi i casi: come faccio a distinguere la consapevolezza /inconsapevolezza delle mie comprensioni / incomprensioni da quelli che sono i sottili giochi dell'Io?

Bella domanda che, però, mi mette un po' nei guai, perché per risponderti dovrei tirare in ballo tutti gli elementi che sono connessi all'evoluzione della coscienza individuale!

Io credo che non sia molto facile riuscire a comprendere se il modo in cui si agisce sia in armonia con ciò che si è (quindi con le proprie comprensioni e incomprensioni) o sia, invece, l'effetto dell'ingerenza dell'Io.

Mentalmente e a priori credo proprio che non sia possibile dare una risposta soddisfacente al quesito.

Per aiutare a sciogliere questo dilemma non resta che l'e-

sperienza e l'azione che ci forniranno (a posteriori, ovviamente) i dati necessari per poter propendere per una delle due possibilità. (Georgei)

Grande Padre,

se osservo il mio pianeta dallo spazio non posso che restare meravigliato dalla sua bellezza e dalle mille sfumature con cui manifesti la tua creatività.

Ma, a mano a mano che mi avvicino, incomincio a scorgere le mille e mille ferite che deturpano il tuo capolavoro e il mio cuore si stringe nel vedere con quanta meticolosa incomprendimento l'uomo si è dedicato a rendere più brutto ciò che era di una bellezza inestimabile.

Può davvero essere solo così, egoista, indifferente, incurante, insensibile la creatura a cui tu hai donato una tale bellezza?

Poi vedo, qua e là, dei punti dalla luce accecante che sembrano combattere contro tale devastazione e capisco che è la coscienza dei pochi che si sta risvegliando e che, a mano a mano che l'era del risveglio si farà più vicina, finirà con l'illuminare il mondo intero, aiutandolo a diventare nuovamente il pianeta meraviglioso e accogliente che tu hai immaginato e a riconoscere che annusare il profumo di un fiore prodotto dalla natura è cosa ben diversa dall'annusare un fiore di plastica, per quanto esso possa essere ben fatto.

Dovrò avere pazienza, Grande Padre, ma alla fine, ne sono certo, il tuo mondo risorgerà dalla cenere più bello ed emozionante che mai. (Hiawatha)

Placebo, nocebo e terapie a base vibratoria

Fino ad ora mi sono occupato della medicina tradizionale che, basandosi principalmente sulla somministrazione di sostanze quasi sempre di sintesi, mi ha permesso di lasciare un po' nell'ombra il fatto che l'individuo non è costituito dal solo corpo fisico ma che tutto ciò che lo riguarda (e quindi anche le varie malattie da cui può essere colpito) è originato quanto meno dall'interconnessione tra il suo corpo fisico, la sua emotività e il suo raziocinio... lasciando da parte, per non complicarci troppo le cose, l'influenza derivante dalle necessità karmiche e dagli equilibri interni alle energie cosmiche in cui il microcosmo umano si trova a sperimentare la sua vita.

Ma, adesso che affronteremo alcune delle molte medicine alternative a disposizione dell'uomo, il discorso dovrà per forza di cose farsi più ampio, dal momento che pressoché tutte queste terapie alternative tengono in grande considerazione l'individuo nell'insieme delle sue componenti, cosicché la sfera emotiva e quella psichica diventano elementi di cui tenere maggiormente conto rispetto a quanto fatto fino ad ora.

Prima, però, di dedicarci al nocciolo della nostra disamina delle principali medicine alternative, ritengo che sia necessario

chiarire alcuni punti che costituiscono la base di quello che affronteremo e ritengo non siano affatto trascurabili nel cercare di aiutarvi a crearvi delle opinioni personali.

Il primo punto che vorrei sottolineare è il fatto che quasi tutte le medicine alternative vengono solitamente trattate con sufficienza (quando addirittura non con derisione) dalla medicina ufficiale che le ritiene generalmente inaffidabili e non valide, portando come argomentazione a sostegno il fatto che nessuna delle varie ricerche condotte su di esse ha evidenziato elementi tali da poter affermare che esse conseguano dei risultati terapeutici degni di nota.

Anzi, è opinione comune in ambito "scientifico" che anche ove vi siano stati dei risultati essi sono dovuti non tanto alla terapia seguita quanto al famoso "effetto placebo".

Tale posizione intransigente è facilmente comprensibile nel momento in cui ci si ricorda l'enormità degli interessi economici in gioco per quanto riguarda la salute dell'uomo e l'influenza che tutte le grandi case produttrici di farmaci esercitano sulla gestione della sanità mondiale.

Il mio buon senso (e mi auguro caldamente che sia così anche per il vostro) mi induce a pensare che è difficile fare affidamento sulle ricerche portate come prove inconfutabili della non validità delle varie medicine alternative: ci sono molti modi per far dire alle statistiche commissionate quello che si desidera, dalla scelta dei campioni della popolazione esaminati alla prospettiva usata per analizzare i dati raccolti.

Dal momento che ho avuto la fortuna di poter essere osservatore "non-visto" della maniera in cui la maggior parte di

tali ricerche viene manipolato a seconda degli interessi che devono tutelare – e questo persino per quelle ricerche che fanno capo all'Organizzazione Mondiale della Sanità, cioè l'ente che dovrebbe essere al di sopra di ogni parte per garantire la protezione della salute dell'umanità -, mi sento in grado di affermare che distinguere, come si suol dire, il grano dal loglio in quelle ricerche è abbastanza difficile quando non addirittura impossibile, cosicché in coscienza non mi sentirei proprio di attribuire ad esse una gran validità.

Prima di essere mal interpretato, tuttavia, vorrei specificare che non intendo, con queste mie parole, affermare che le medicine alternative hanno una forte componente di validità non riconosciuta dalla medicina ufficiale, ma solo che ognuno che intende provare una di tali alternative curative non si deve lasciare condizionare da ciò che legge o viene detto ma deve quanto meno provare direttamente, sulla propria pelle, l'efficacia che esse possono dimostrare, e poi trarre le sue personali conclusioni.

Arrivati a questo punto, ecco che ci troviamo davanti a quell'altro elemento frequentemente messo in campo dai detrattori che è il cosiddetto "effetto placebo".

Ma che cos'è l'effetto placebo?

Come abbiamo visto in precedenza il microcosmo dell'individuo è formato da molteplici elementi che ne formano il tessuto e permettono la sua sopravvivenza all'interno dell'ambiente in cui si trova a compiere la sua esperienza di vita.

La sua fisiologia gestisce i laboratori chimici interni del

corpo e regola i flussi e la produzione delle componenti biochimiche che risultano necessarie all'individuo per poter interagire con il mondo fisico in cui si trova ad operare, attivando, per esempio, le difese immunitarie e procedendo a regolare la maggiore o minore produzione di determinate sostanze in funzione dell'equilibrio fisiologico del corpo dell'individuo.

Attraverso alla sua reattività emotiva, d'altra parte, l'essere umano è messo di fronte alle sue reazioni nei confronti delle esperienze che si trova a dover affrontare, trovando la spinta a interagire con esse e a non essere un semplice spettatore degli accadimenti che si trova a dover fronteggiare, bensì ad essere un attore, spesso protagonista (talvolta anche in maniera eccessiva, quando l'io prende in mano le redini del comando) all'interno del suo vissuto.

Tale protagonismo viene modulato anche grazie alle elaborazioni compiute dalla sua sfera psichica grazie alle quali l'individuo viene messo in grado di poter operare continuamente delle scelte reattive che aiuteranno il microcosmo umano a seguire la sua traiettoria di vita e a proseguire la sua acquisizione di dati per – come ormai sappiamo bene – avanzare nel suo percorso evolutivo.

L'effetto placebo (e l'effetto "nocebo" del quale per altro non si fa mai cenno, pur avendo, in fondo, la stessa importanza dell'effetto placebo dal momento che ne è l'esatto contrario) si colloca proprio all'interno di quest'insieme di processi che appartengono al sistema microcosmico dell'uomo e nasce in misura variabile per ogni individuo dall'interazione tra le tre componenti dei corpi inferiori (fisico, astrale e mentale).

Ma come si può, nella maniera più semplice, definire cosa

sia l'effetto placebo?

Si può dire che esso sia considerabile come l'insieme delle reazioni fisiologiche, emotive e psichiche che l'individuo mette in atto di fronte ai problemi che si trova ad affrontare, mettendo in moto meccanismi che stimolano le reazioni fisiche, emotive e psicologiche di cui necessita per continuare la sua immersione nell'esperienza. Tali reazioni a loro volta stimolano le componenti del corpo umano a reagire positivamente o negativamente (da questa predisposizione negativa deriva il termine "nocebo") a quanto si trova ad affrontare.

Perché è importante in ambito medico?

Perché la convinzione e l'aspettativa che un certo intervento terapeutico possa o non possa avere un effetto di qualche tipo, prepara le componenti del corpo a reagire positivamente o negativamente alla terapia che viene adottata e, di conseguenza, già di per sé produce l'attivazione delle migliori condizioni reattive dell'intero microcosmo oppure delle barriere che a loro volta rendono, invece, il microcosmo individuabile refrattario ai cambiamenti.

Se vogliamo fare un esempio pratico, anche se semplicistico, la persona che ha scelto di ubriacarsi e che è convinto di cadere facilmente in preda. Agli effetti degli alcoolici si ubriacherà molto più velocemente (effetto placebo) e ingerendo una minore quantità di alcool rispetto alla persona che è convinta di non potersi ubriacare (effetto nocebo).

Da questo esempio che ho appena fatto (certamente un po' insulso, ma non ho trovato niente di meglio, quindi perdonatemi per la mia poca originalità) si capisce chiaramente la stretta correlazione che c'è tra stato emotivo, processi intellettivi

vi e fisiologia dell'individuo.

D'altra parte non devo certo mettermi a spiegarvi quello che ormai dovrete sapere bene, visto i tanti messaggi che sono stati dedicati dalle Guide a cercare di farvi comprendere la provenienza, la nascita e l'espressione dei vari effetti somatici all'interno del microcosmo umano individuale.

Quello che vorrei sottolineare, però, è il fatto che il concetto di effetto placebo non è usabile limitatamente solo a quello che riguarda il rapporto tra l'individuo malato e la sua disposizione interiore verso la possibilità che un qualche tipo di cura possa o meno funzionare, ma che esso è valido ed applicabile a tutto l'insieme delle reazioni dell'individuo verso ogni tipo di esperienza cui va incontro, risultando, così, generale e valido all'interno di ogni microcosmo umano.

Di conseguenza, mi permetto di affermare con una certa sicurezza che – restando nell'ambito particolare su cui ci stiamo soffermando, ovvero le varie terapie mediche – l'effetto placebo è presente e ha una sua funzione importante anche quando si osservano le reazioni individuali ai farmaci adoperati dalla medicina tradizionale, aldilà della semplice costituzione o predisposizione fisiologica dell'individuo verso le varie sostanze che possono essergli somministrate.

Per fare, come mio solito, un esempio terra-terra, il ricevere una cura da parte di un medico del quale si ha fiducia, predisporre i meccanismi interni ad avviare quei processi che possono coadiuvare o aiutare l'efficacia del farmaco somministrato.

E' anche per questo motivo che, se ricordate, in precedenza avevo stigmatizzato la perdita di un reale rapporto "umano"

tra medico e paziente, rapporto, secondo me, essenziale per ottenere i maggiori benefici dalle cure che vengono somministrate alle persone.

Questo può anche essere giudicato un ragionamento semplicistico e banale, eppure io lo ritengo di notevole importanza, proprio in conseguenza dell'effetto placebo che viene in essere grazie dalla formazione di un rapporto di fiducia tra medico e paziente.

Dopo questa lunga – e forse anche un po' noiosa per tutti voi – digressione, incominciamo ad esaminare alcune delle terapie alternative possibili, partendo da quelle terapie che ho deciso di denominare “terapie a base principalmente vibratoria” in quanto cercano di adoperare alcune proprietà vibratorie della materia.

Il campo è molto vasto e variegato e ho deciso di scegliere, per iniziare, tre generi di terapia che permettono di fare dei discorsi che ritengo possano essere interessanti in quanto riferibili anche a concetti che le Guide hanno espresso abbastanza recentemente: cromoterapia, cristalloterapia e musicoterapia.

La cromoterapia ha come scopo quello di usare le vibrazioni proprie dei colori a scopo terapeutico.

La base teorica, in soldoni, si fonda sull'idea che i vari colori possano aiutare il corpo fisico, la sfera emotiva e quella psichica a raggiungere l'equilibrio naturale che l'individuo potrebbe aver perso trovandosi, così, a subire una diminuzione delle sue capacità reattive, restando maggiormente indifeso di fronte alle problematiche che si trova a dover affrontare.

Detta così, bisogna proprio dire che ci si trova davanti a una base teorica molto fragile e anche approssimativa e semplicistica, elementi negativi che la medicina tradizionale non ha esitato a sottolineare, supportata dal fatto che non vi è stato alcun riscontro positivo nelle diverse ricerche cliniche che sono state fatte.

Certo, secondo quanto abbiamo appreso dall'insegnamento più recente, l'accostamento dei vari colori alle percezioni, sensazioni e persino pensieri dell'individuo esiste (d'altra parte, come sappiamo, ogni vibrazione ha degli effetti di qualche tipo, specialmente se interagisce con altre vibrazioni, sommandosi ad esse o stemperandone l'azione) tuttavia credo che arrivare a pensare che vestirsi di azzurro o di rosso possa portare a un'efficacia terapeutica di qualche tipo il passo sia veramente un po' azzardato.

Senza dubbio certi colori predispongono l'interiorità dell'individuo a particolari condizioni (per esempio vivere in campagna, in mezzo al verde, predispone l'individuo a sentirsi più vicino alla natura e ai suoi tempi e, se ci pensate, il modo di affrontare la vita di chi vive in campagna ha dei tempi molto più tranquilli e dilatati rispetto a quelli delle persone che vivono, magari, in zone altamente cementificate) ma le vibrazioni dei vari colori non sono mai così potenti e influenti da interferire in maniera più che apprezzabile sullo stato generale dell'individuo; tutt'al più, a mio avviso, possono influire sull'umore e sull'emotività dell'individuo o facilitarne la lucidità di ragionamento e, quindi, operare in maniera limitata su aspetti particolari del microcosmo dell'essere umano.

Non ritengo, di conseguenza, che attraverso le vibrazioni

emesse dei colori si possa davvero ottenere un reale effetto terapeutico su qualsiasi tipo di malattia fisiologica mentre qualche risultato può, invece essere raggiunto adoperando il colore specialmente nei confronti della sfera emotiva individuale, specialmente se viene fatta la giusta correlazione tra tipo di vibrazione del colore e la sua percezione da parte dell'individuo, in special modo se vengono collegate alla simbologia che l'individuo associa a quel particolare colore, diventando, così, per lo meno uno strumento di indagine utile, in special modo per psicologi o psicoterapeuti

Analoghe considerazioni possono essere messe in campo per quello che riguarda la cristalloterapia.

Derivazione diretta della magia popolare e delle varie teorie alchemiche, la cristalloterapia ritiene che si possano ottenere degli effetti terapeutici adoperando i campi energetici (e, quindi, vibratorii) dei minerali, riportando in essere antiche credenze molto fantasiose, secondo le quali ad ogni individuo può essere accostato un minerale (curiosamente quasi sempre prezioso, difficilmente chi si occupa di queste cose dirà mai a qualcuno che il suo minerale "personale" è il gesso o l'arsenico) principalmente con la funzione, come nel caso che abbiamo visto in precedenza, di ristabilire l'equilibrio interiore dell'individuo.

Anche in questo caso devo dire che le vibrazioni in gioco sono veramente molto basse e insufficienti a smuovere in maniera importante il complicato sistema vibratorio dell'essere umano, così penso che non vi sia una reale possibilità di ottenere degli effettivi risultati terapeutici importanti, se non quelli

legati strettamente a ciò che l'individuo ritiene che gli faccia o non gli faccia effetto, smuovendo al suo interno quell'insieme di meccanismi di predisposizione in senso positivo o negativo verso la presunta terapia che, come abbiamo visto, viene comunemente definito effetto placebo.

Ovviamente non esistono delle prove scientifiche che possano essere portate a favore della cristalloterapia.

Per quello che riguarda i possibili riferimenti all'insegnamento delle Guide l'accostamento che può venire immediatamente alla mente di tutti noi che l'abbiamo seguito per così tanti anni è il fatto che ogni individualità, nel suo percorso evolutivo all'interno del mondo fisico, ha attraversato per lungo tempo, agli inizi del suo cammino, la forma minerale.

Così viene da chiedersi quali tracce ha lasciato tale percorso nella formazione dell'individualità che è arrivata a incarnarsi in un corpo fisico umano e se e quanto tali tracce possano avere ancora, raggiunta la forma umana, un'importanza di un certo rilievo.

Come sappiamo, ogni passaggio nelle varie forme di vita lascia un imprinting nell'individuo, formando un percorso che lo porta ad essere così com'è nella forma incarnativa umana.

Io credo di aver capito che tale imprinting non sia più che un larvato e inconsapevole insieme di vibrazioni che vengono ormai sovrastate e tenute in disparte come preziose e indispensabili per la storia evolutiva individuale, tuttavia ormai relegate a un sottofondo che scarsa influenza può avere sulle dinamiche molto più complesse che rendono l'individualità dell'essere umano scarsamente raffrontabile con ciò che è stata nel suo più lontano passato.

Per fare un esempio più facile - perché molto più recente nella storia dell'individualità che si sta incarnando - il suo esistere nel passato come forma animale gli ha lasciato qualche forma di imprinting che ha iscritto nel suo modo di essere alcune delle caratteristiche che più ha posseduto nelle varie forme animali che ha sperimentato, ma credo di aver capito - studiando i messaggi dell'insegnamento - che su tali imprinting, con l'avanzamento dell'evoluzione dell'individuo, agiscano in maniera preponderante fattori più complessi e più affinati quali l'ampliamento graduale del sentire con le maggiori comprensioni che porta con sé.

Tali fattori finiscono inevitabilmente col modulare la rilevanza attiva di tali imprinting al proprio interno, lasciandoli agire solamente nelle occasioni in cui la necessità delle esperienze da affrontare lo richiede, altrimenti li lascia, presenti ma inespressi, nella sua interiorità.

In conclusione non rilevo né la necessità né l'utilità di fare ricorso a un tale tipo di teorica terapia... fatta salva la curiosità individuale di provare a sperimentare qualcosa di inusuale che stimola la propria curiosità.

Ma questa, ovviamente, è solo la mia idea in proposito.

Tra le terapie a base vibratoria non posso non parlare anche della musicoterapia, considerato anche il fatto che la musica - specialmente tra i giovani - è diventata uno degli stimoli sensoriali più generalmente apprezzati e adoperati.

L'uso della musica e del suono a scopo terapeutico è sempre stato presente nelle culture umane fino dagli albori della civiltà, probabilmente - secondo me - dal ragionare sulle

reazioni che provocavano nell'individuo i rumori insolitamente forti, inaspettati o inconsueti in natura (come, per esempio, la paura susseguente al rumore del tuono) induce l'osservatore ad applicare al suono aspetti magici e religiosi, rafforzati con la scoperta della riproduzione di suoni musicali attraverso strumenti musicali in grado di esprimere più facilmente sensazioni non solo negative ma anche positive.

Nei secoli più recenti la musicoterapia ha trovato una sua collocazione nel novero delle terapie – principalmente in ambito psicologico, ma non solo – che in qualche modo vengono accettate anche dalla scienza medica tradizionale, anche se viene considerata comunque una terapia di supporto e non di reale risoluzione delle problematiche del paziente.

Ovviamente, osservando tale terapia dal punto di vista dell'insegnamento, troviamo diversi punti di contatto: in un messaggio recente è stato detto che ogni vibrazione che attraversa la materia del Cosmo è accompagnata da vibrazioni di tipo sonoro. Tali vibrazioni impregnano, dunque, tutta la Realtà e tutta la materia che la compone, trasmettendosi in essa anche se, spesso, ad una soglia di percezione troppo alta o troppo bassa rispetto alle possibilità percettive dell'individuo incarnato.

Difficilmente, allo stadio attuale dello studio della musicoterapia, si può ritenere che essa possa servire per risolvere problematiche fisiologiche ad ampio raggio, tuttavia mi piace pensare che in futuro ci potrebbero essere sviluppi importanti per trasferire i benefici che le vibrazioni sonore possono portare alla psiche dell'individuo anche in ambito più strettamente fisiologico: le tecniche degli ultrasuoni e gli interventi col laser

(fatti sì con vibrazioni luminose ma, come ci è stato presente, accompagnate anche da vibrazioni sonore) sono, secondo me, un passo che può portare a risultati impensati fino ad ora...

Come potrete intuire la mia opinione sulla musicoterapia è positiva, anche perché soddisfa quegli elementi di base che, come ho detto e ripetuto, per me sono essenziali per potenziare i risultati ottenibili con una terapia, quali lo stabilirsi del rapporto di fiducia tra paziente e musicoterapeuta, la necessità di centrare sul paziente e sulle sue reali problematiche il tipo di suono e di armonia con cui operare ritornando, in questo modo, a rendere il paziente e non la terapia la figura centrale dell'intera operazione curativa.

Penso che tutti voi vi siate resi conto nel corso della vostra vita delle associazioni non solo emotive ma anche fisiche e fisiologiche con i suoni e con la musica in particolare: spesso una musica fa sentire l'individuo allegro, sereno, arrabbiato, combattivo o depresso stimolando tutte le emozioni presenti nell'arcobaleno emotivo dell'individuo e questa stimolazione proveniente dall'esterno arriva non solo a riflettersi sul pensiero dell'individuo ma anche a influire sulle sue reazioni somatiche. Si tratta, evidentemente, del coinvolgimento provocato dall'onda sonora nei vari corpi inferiori dell'incarnato che trovano assonanze vibratorie con i suoni percepiti alle quali essi reagiscono in un complesso intreccio di risonanze e di complementarietà vibratoria.

Il neo principale lo possiamo trovare ancora una volta nell'effetto nocebo: perché la musicoterapia riesca ad influire ai vari livelli di profondità è necessario che il paziente sia disponibile all'ascolto o alla riproduzione dei suoni e che ritenga che

tale terapia gli possa servire. Se così non accade ogni corpo inferiore dell'individuo che viene sottoposto alle vibrazioni sonore metterà in atto quei meccanismi di resistenza e di ostacolo che renderanno i risultati ottenibili poco interessanti.

Il discorso, ovviamente, sarebbe molto lungo, ma penso che ognuno di voi, con un po' di buona volontà, se gli interessa farlo, può ampliarlo, così mi fermo a questo punto, riservandomi di rispondere in seguito ad eventuali domande che i miei ragionamenti vi avranno fatto sorgere. (Francesco)

Incontro di giugno con le Guide

Sommario: il coraggio di agire, l'evoluzione dell'individuo, il Dna, il concetto di esperienza, perdonare e accettare se stessi, il rapporto tra sensi di colpa e vergogna.

Pace a voi, figli e fratelli che vivete in una società tormentata e travagliata, ferita e squarciata dagli estremismi, dall'intolleranza e dagli egoismi personali di pochi che calpestano i molti apparentemente impossibilitati ad opporsi a eventi dolorosi e drammatici verso i quali la coscienza si sente impotente e inerme.

A tutti voi, figli e fratelli che fate parte dei molti, ricordo che non siete così inermi e impotenti come il vostro Io vi fa sentire, e che vi manca principalmente il coraggio di fare sentire le vostre molte voci come se fossero una sola voce, dimostrandovi più pronti, comunque sia, a salvaguardare i vostri interessi e i vostri privilegi – per pochi che essi vi possano sembrare – piuttosto che accettare anche solo quei piccoli sacrifici che, pure, renderebbero più facile e più vivibile dignitosamente il vissuto dei vostri fratelli.

E' sempre più facile piangere e addolorarsi per vittime delle quali dopo pochi giorni non ricorderete più né i volti né i

nomi, piuttosto che far sbocciare un sorriso in chi è nella vostra sfera esistenziale e, quindi, rientra nelle vostre possibilità di azione.

Come potete adirarvi per i fondamentalismi quando voi stessi non riuscite ad accettare veramente chi ha una cultura, una religione, un modo di essere che si discosta da quelle che sono le vostre tradizioni, tendendo ad aspettarvi che i “diversi” da voi si sforzino di diventare simili a voi e non viceversa, come se voi foste in possesso dell'unica ed eterna Verità?

Fate risuonare le vostre voci in un'unica voce, perché soltanto in questa maniera potrete stemperare, se non addirittura annullare, le voci dei pochi che sembrano avere in mano le sorti dell'umanità.

Se ci ponete attenzione, vi accorgerete che questo, in realtà, comincia già ad accadere, e che in molte parti della Terra gruppi di molti incominciano a unirsi e a far sentire la loro protesta e questo senza bisogno di ricorrere agli stessi metodi che i pochi mettono in atto per affermare se stessi e i loro interessi: la violenza, la prepotenza, il ricatto, la coercizione, l'assassinio.

Giorno verrà in cui il sentire dei molti prevarrà sull'incomprensione dei pochi e, finalmente, l'uomo si troverà a vivere in una società in cui tutti, magari, saranno anche relativamente più poveri di beni materiali ma saranno comunque più ricchi di senso di fratellanza, di unione di intenti e di comunione del sentire.

Pace a voi, figli e fratelli. (Baba)

D – Da quanto è stato detto dalle Guide, mi sembra di capire

che si afferma che, per l'individuo incarnato, non è necessario e indispensabile l'osservazione del proprio Io, ovvero il "conosci te stesso", in quanto si evolve comunque sotto la spinta del dolore. È vero, non c'è dubbio, tutti evolvono anche se non conoscono l'Insegnamento delle nostre Guide! Resta allora da chiedersi perché le Guide di tutti i tempi e in tutti i modi abbiano suggerito di praticare il "conosci te stesso", oltre al fatto che la scelta resta tra il procedere sul cammino evolutivo tramite la conoscenza della propria verità interiore oppure tramite il dolore! Ovviamente, va benissimo anche chi sceglie di evolvere grazie al dolore! Contento lui!

Al di là del fatto che ci fai dire qualcosa che non abbiamo mai detto, trovo la tua concezione di evoluzione dell'individuo estremamente pessimistica (e, oserei dire, piuttosto tendente al vittimismo) e frutto di una cattiva interpretazione di quello che vi siamo andati dicendo nel tempo.

Ogni individuo incarnato non trova evoluzione solamente o principalmente sotto la spinta del dolore (sarebbe davvero ingiusto, deprimente e drammatico se fosse davvero così!), ma la via del dolore è l'ultima via che percorre l'individuo quando l'esperienza non riesce a tracciare al suo interno nuove comprensioni.

Infatti, prima di forzarlo a ricercare la comprensione attraverso al dolore, gli viene offerta sempre, e più volte, la possibilità di comprendere attraverso ciò che il suo sentire ha acquisito, ovvero le molteplici sfumature dell'amore che speri-

menta nel corso della vita, dall'amicizia alla sessualità, dall'essere genitore all'essere figlio, dalla condivisione dei propri moti più intimi alla felicità della creazione di un rapporto di reciprocità e di mutuo sprone verso il miglioramento della propria interiorità.

In quanto al "conosci te stesso" non è un insegnamento in cui viene tracciata una modalità a sé stante di autoconoscenza, bensì un processo inevitabile che l'individuo mette in atto in continuazione anche senza rendersene conto, perché viene messo incessantemente in condizione di osservare e riconoscere la valenza positiva o negativa delle scelte che compie, grazie al fatto di trovarsi davanti alle conseguenze provocate dal suo agire.

Voglio ancora chiarire che l'indicazione data dalle Guide di ogni tempo sul "conosci te stesso" come via maestra per evolvere rispecchia, come ho appena detto in precedenza, una realtà inderogabile per l'individuo ma, certamente, vi è una grande differenza tra perseguire il "conosci te stesso" in maniera inconsapevole e, invece, applicarlo in maniera consapevole, ed è proprio quella maggiore consapevolezza di tale percorso che le varie Guide hanno sempre indicato come meta da perseguire per facilitare il progresso evolutivo individuale.

Per finire credo che nessun individuo incarnato (tranne in casi limiti di gravi disfunzione psicologiche) scelga mai volontariamente di cercare di evolvere attraverso il dolore.

Anzi, molto spesso il dolore viene in essere proprio nel momento in cui l'Io individuale cerca di compiere delle scelte che lo porteranno, secondo lui, ad essere meno in balia della sofferenza.

Senza dubbio il dolore dà una spinta molto forte all'Io per spingerlo verso la comprensione a seguito del suo tentativo di evitare la sofferenza, tuttavia la comprensione viene raggiunta anche grazie alle esperienze felici che ogni incarnato vive e ai periodi di serenità che attraversa, altrettanto frequenti dei momenti pervasi di dolore anche se, certamente, l'Io attribuisce maggiore importanza e dà maggiore attenzione alle situazioni che più lo destabilizzano, come avviene di fronte a un'esperienza dolorosa.

D - Ma secondo te non esistono dei caratteri universali, qualcosa che ci accomuna tutti almeno sulle necessità fisiche? Dopotutto siamo fatti delle stesse sostanze, abbiamo organi che funzionano allo stesso modo... Alla fine, se da oggi sia io che te cominciamo a mangiare polistirolo prima o poi schiattiamo entrambe! Quello che voglio dire è: ci sarà un punto dove finisce il bisogno mentale/culturale/emotivo ed inizia quello prettamente fisico. E ci dovranno pur essere delle linee guida che ci dicano "questo cibo fa bene a tutti" e "questo cibo fa male a tutti". O siamo talmente influenzati dagli altri corpi e dalle altre nostre necessità che fare questo ragionamento è impossibile?

Chiaramente ogni aspetto dell'individuo che riguarda il complesso dei suoi corpi inferiori ha caratteristiche personali che rendono l'individuo stesso diverso da tutti gli altri.

E' comunque altrettanto vero che ogni suo corpo, invece, ha delle necessità di base che lo accomunano ai corpi possedu-

ti dagli altri individui incarnati.

Se osserviamo il corpo fisico, per fare un esempio il più semplice possibile, ci rendiamo conto che per il suo corretto funzionamento è necessario che l'individuo assuma giornalmente una certa quantità di acqua, e questo vale per ogni individuo incarnato sul pianeta. Allo stesso modo si possono trovare aspetti sia emotivi che psichici che accomunano gli altri corpi inferiori in tutta la razza umana, anche se sono più difficili da trovare; dal punto di vista emotivo, per esempio, un'emozione comune a tutti gli uomini è la paura di fronte a un pericolo, da quello psicologico potrebbe essere considerato comune il bisogno di comunicare con le altre persone.

D - Il discorso del Dna che si modifica nel tempo e ci fa adattare ai cambiamenti è vero, ma non credo sia il caso di farvi affidamento "immediato". Alla fine si parla di cambiamenti che avvengono nel corso di migliaia di anni, probabilmente decine di migliaia di anni. Tant'è che se c'è così tanta gente ammalata di tumore è proprio perché ci stiamo avvelenando con una velocità di molto superiore alla nostra capacità di adattamento, io credo...

Un conto sono i cambiamenti dipendenti dalle modificazioni genetiche che fissano in una specie determinate caratteristiche sotto la spinta di necessità di adattamento ambientale e che diventano patrimonio genetico stabile e tramandabile alle nuove generazioni attraverso a mutazioni genetiche che si fissano nel patrimonio genetico della specie attraverso a un

graduale adattamento del Dna.

Un altro conto, invece, riguarda quelle mutazioni genetiche che possono essere considerate di effetto più immediato: pensate alle specie che cambiano il colore del loro pelo per adattarsi alle necessità derivanti dall'avvicinarsi delle stagioni.

In questo caso il cambiamento è relativamente rapido ed è la diretta conseguenza dell'attivazione, momentanea, di una diversa sequenza genetica. Questo significa che ogni specie ha la possibilità di attivare (entro certi limiti, naturalmente) dei mutamenti genetici individuali abbastanza rapidi allorché sono necessari per aiutarla a compensare le mutate condizioni ambientali in cui si trova, magari, a dover operare; mutamenti che, col passare di lunghi lassi di tempo e con la loro continua attivazioni, potrebbero anche diventare comuni nell'intera specie fissandosi nel Dna che viene tramandato alle generazioni successive.

D - Ecco un altro bel punto che, secondo me, si potrebbe chiarire ulteriormente, il cui significato può sembrare ovvio e si dà spesso per scontato, ma ...Che cosa intendiamo per "esperienze che si presentano"? Si tratta di fare viaggi in terre più o meno lontane? ... o di nuove persone da incontrare? ... o di frequentare dei "corsi" di vario genere? ... o di cimentarsi in nuove discipline sportive? ... o che altro?

Il concetto di esperienza è molto meno semplice di quanto si pensi e senza dubbio di grande portata.

In realtà potremmo semplicemente definire esperienza ogni situazione, all'interno delle proprie giornate, in cui ci si trova davanti alla necessità di operare delle scelte, e non è possibile fare una graduatoria tra le esperienze affrontate e le scelte che vengono effettuate, in quanto le scelte che vengono messe in atto hanno tutte un sottofondo di necessità di comprensione di qualche fattore che, fino a quel momento, non era stato compreso, e anche la più piccola comprensione risulta indispensabile all'individuo per mettere a posto i tasselli del suo sentire tanto quanto una grande comprensione.

D'altra parte, tenete presente che le grandi comprensioni, per essere veramente tali in maniera definitiva, devono essere complete in ogni loro aspetto – quelle che noi, normalmente denominiamo “sfumature” - e, di conseguenza, sono favorite dall'acquisizione di tante comprensioni apparentemente piccole.

In quest'ottica che tiene conto del cimentarsi nell'individuo nel compiere le sue scelte, si può facilmente arrivare a comprendere che, in realtà, ogni avvenimento a cui partecipiamo nel corso della nostra vita, per piccolo che esso sia, può essere definito “esperienza”, e questa considerazione non può portare ad altro che a considerare l'intera vita che si vive come una continua palestra di esperienze nella quale esercitiamo a ogni piè sospinto la nostra reale comprensione.

Dal momento che ogni nostra scelta è “guidata” dalla nostra comprensione e messa in atto dal nostro Io all'interno della vita che si affronta durante l'incarnazione, è evidente che ogni esperienza contiene aspetti reattivi che riguardano l'intera somma delle reazioni dei corpi dell'individuo, dal corpo della

coscienza (che suggerisce le scelte sulla scorta delle comprensioni raggiunte – e, quindi del grado di sentire dell'individuo al momento della scelta) ai riflessi che le scelte compiute e gli effetti che ne derivano hanno all'interno del circolo vibratorio akasico/fisico che, come sappiamo, esiste per portare alla coscienza dell'individuo quelle briciole di comprensione che, vivendo, via via acquisisce, dando luogo, in questo percorso di interiorizzazione, a sensazioni, emozioni e riflessioni che completano il quadro dell'esperienza affrontata, portando al corpo della coscienza il massimo dei dati che l'individuo, a quello stadio della sua evoluzione, può recepire.

Gli esempi che hai portato esaminano soltanto un tipo di esperienza, cioè quell'esperienza che riguarda principalmente la parte esterna della vita dell'individuo, portandolo a cercare soddisfazione ai suoi bisogni attraverso i viaggi in paesi esotici e lontani, con abitudini e modi di vivere, dai propri, oppure a dedicare parte del suo tempo alla frequentazioni di corsi (quasi sempre, a loro volta, esotici o inconsueti, nell'illusione dell'io che ciò lo innalzi sui suoi simili), oppure ancora ad allargare i rapporti a persone nuove o il dedicarsi a discipline sportive, teoricamente salutiste ma che, in realtà, molto spesso sottopongono a stress fisiologici corpi non abituati a tali sforzi.

Se analizzassimo ognuna di queste scelte di esperienza ci renderemmo conto che esse corrispondono a bisogni personali ben precisi (il sentirsi più "globali" degli altri, o il sentirsi di più ampie conoscenze rispetto ad altri, o il desiderio di cercare di supplire alla mancanza di rapporti profondi con una quantità massiccia di rapporti superficiali con molte persone – e al giorno d'oggi i cosiddetti "social" contribuiscono largamente al dif-

fondersi di un tale tipo di illusione – o il tentativo di apparire esteticamente piacevoli, convinti, magari, che la persona bella esteriormente sia sinonimo dell'essere belli anche interiormente.

In ogni caso si tratta comunque e sempre di esperienze e dell'applicazione di quella sorta di comandamento che vi diamo spesso ovvero: “quello che è oltremodo importante per la vostra crescita è che viviate il più pienamente possibile la vostra vita per quanto difficile essa vi possa apparire”.

D - Mi sono chiesta: “Ma in casa nostra, senza andare tanto lontano o addirittura partire per luoghi remoti, non abbiamo già abbastanza esperienze da affrontare? Non siamo già circondati da situazioni e persone (magari la famiglia o parenti vari) che non ci siamo mai preoccupati più di tanto di conoscere veramente? Può l'esperienza di frequentare degli estranei (nella speranza che nascano belle e nuove amicizie) essere più fruttuosa, più utile per la nostra crescita, dell'esperienza di aiutare un familiare in difficoltà (che spesso fingiamo di ignorare, per non sentirci in colpa!), una vecchia zia malata, o un vicino di casa, un vecchio amico, un immigrato, un senzatetto, o un conoscente qualsiasi?”

Vedi, mia cara, l'Io dell'essere umano ha la tendenza ad elevarsi al di sopra degli altri, quindi trova difficile essere messo alla pari con gli altri anche per quanto riguarda le esperienze che compie, e aiutare chi è lontano risulta, secondo lui, più appagante che aiutare chi gli è vicino perché, in fondo, non lo co-

stringe a un reale mettersi in gioco e gli dà la possibilità, comunque, di essere portato in palmo di mano relativamente al giudizio altrui per la sua disponibilità e il suo altruismo.

Aiutare chi è vicino comporta, indubbiamente, un coinvolgimento molto maggiore, e questo porta con sé un aumento delle responsabilità che l'individuo si assume ad ogni scelta che mette in atto, e tutto ciò all'Io fa paura perché non sa se e quanto riuscirà a gestire il rapporto che si crea con le persone vicine che aiuta in maniera da non sentirsi sminuito, inadeguato o incapace di fornire un reale aiuto all'altro.

E tale sensazione l'Io, se solo può farlo, cerca di evitarla, perché sa che gli porterebbe sofferenza e la sofferenza significherebbe ammettere con se stesso di non essere quella gran creatura superiore che vuole convincersi di essere.

D - Perché sento necessario 'nascondermi' anche con le persone che mi sono più care e vicine? La fiducia nel loro affetto per me è proprio così scarsa?

La risposta a questa domanda direi che è insita in quanto ho detto in precedenza.

Non si tratta quasi mai di non avere fiducia nell'affetto altrui, quanto della paura di non essere veramente in grado di non tradire tale fiducia e, quindi, di trovarsi a perdere una parte dell'affetto che si riceve.

D - Ci dicono che, per procedere, è necessario "perdonare se stessi" ... Che vuol dire? Chiudere un occhio e consolarsi

dicendo che "tanto, tutti fanno degli errori!"?

Non significa certamente quello che dici.

Significa, invece, rendersi conto degli errori e delle scelte sbagliate compiute, accettare di averli compiuti e lavorare sulle proprie incomprensioni in maniera che in un futuro più o meno prossimo tali errori non vengano più ripetuti. Si tratta, in fondo, di non nascondere la testa sotto la sabbia come fanno gli struzzi per evitare di scorgere i propri errori ma di porsi attivamente nei loro confronti per far sì che ciò che al nostro interno ci ha portato a commetterli venga a poco a poco modificato in maniera che essi non possano ripetersi più.

D - Che cosa significa "accettare la propria realtà"? Significa forse: "Eh, io sono così, e non posso fare di meglio" ?

Così come poni tu la questione sembra che si tratti di una giustificazione (accompagnata da un'alzata di spalle rassegnata).

Il senso dell'"accettare la propria realtà" è ben altro e va letto esattamente negli stessi termini in cui ho risposto alla domanda che è stata fatta in precedenza, ovvero acquisire la consapevolezza delle proprie mancanze e degli errori compiuti nell'effettuare le proprie scelte, non nell'ottica di colpevolizzarsi, di giustificarsi o di trovare scusanti ai propri errori ma in quella di fare tesoro degli errori compiuti per comprendere le incomprensioni che li hanno generati in maniera da evitare una ripetizione delle stesse scelte sbagliate.

D - Qual'è la relazione tra Senso di colpa e Vergogna? La seconda è solo ed esclusivamente una conseguenza del primo?

Sono due concetti che, apparentemente, possono sembrare molto simili.

In realtà si tratta di due cose ben diverse, perché diversa è la loro origine: il senso di colpa, come abbiamo visto, nasce nell'interiorità dell'individuo allorché si confronta con i modelli degli Archetipi Permanenti, mentre la vergogna ha origine, nella maggioranza dei casi, dal sentirsi lontani dai modelli sociali presentati come giusti dagli Archetipi Transitori... ma qui il discorso si farebbe veramente molto lungo e sono certo che ognuno di voi, forte delle cose che vi abbiamo detto in questi ultimi anni, è in grado di comprendere a fondo che cosa significhi quanto vi ho appena detto!

D'altra parte, come ben sapete, l'ottimismo ad oltranza è uno dei miei... difetti! (Scifo)

Come tutti gli anni vi lasciamo qualche mese di pausa.

Vi siete mai chiesti perché lo facciamo?

Certamente non perché abbiamo bisogno di radunare le idee per trovare ancora qualcosa da dire dopo tutti questi decenni di nostri interventi!

I perché sono, ovviamente, molteplici.

Prima di tutto per far riposare gli strumenti, specialmente in una stagione in cui la temperatura li affaticherebbe troppo:

sebbene se non vi sono più “sedute”, anche i nostri interventi per portare le nostre parole richiedono comunque da parte loro non solo attenzione e disponibilità, ma anche un certo dispendio di energie, e non possiamo certamente non prenderci cura, per quanto ci è concesso, del loro equilibrio energetico, specialmente ora che, con l'avanzare della loro età, tale equilibrio è votato – come è giusto che sia – prima di tutto al collaborare con i processi del loro corpo fisico nel tentativo di compensare nel miglior modo possibile le diverse priorità fisiologiche che l'anzianità, inevitabilmente, comporta.

In secondo luogo per lasciarvi il tempo di introiettare e, se lo desiderate, lavorare su quanto vi è stato detto nel corso del ciclo, senza accatastare nuovi stimoli e nuove domande che, sommandosi, andrebbero oltre le vostre capacità di gestione, costrette a sottostare ai limiti che la costituzione dei vostri attuali corpi inferiori vi pone.

In terzo luogo per ricordarvi che non dobbiamo essere noi il centro della vostra vita bensì la vostra vita stessa, con le esperienze che vi mette continuamente a disposizione.

Come vi abbiamo sempre detto nei decenni, non dovete fare di noi una nuova Bibbia alla quale fare riferimento per dirimere i vostri quesiti interiori né, tanto meno, usare i volumi con le nostre parole come degli oracoli da aprire a caso per ricercare nelle pagine così selezionate le risposte che cercate o le soluzioni che non riuscite a trovare.

Può sembrare strano che io dica quanto ho appena detto, eppure più di uno di voi fa proprio questo, mettendo in atto una sorta di... “ifiormanzia”, alquanto opinabile.

Certo, qualcuno di voi potrebbe ricordarmi che nulla suc-

cede a caso e che, quindi, aprire un libro a caso e puntare il dito su una frase, può portare a delle indicazioni utili per le questioni che vi stanno a cuore, e non posso che concordare con voi, solo che le cose non sono proprio come voi tendete a immaginarle (ovvero come responsi di un oracolo portatore di presunti suggerimenti divini): in realtà è la vostra interpretazione del brano o della frase selezionata quello che tendete a prendere come espressione del volere della divinità, ed è, quindi, strettamente collegata a ciò che voi siete e ai bisogni e ai desideri che vi governano.

Tant'è vero che, quasi sempre, le risposte che pensate di ottenere sono confuse e quasi sempre piegate all'interpretazione di parte che viene fornita dal vostro Io.

In tutti questi anni di nostri interventi il nostro scopo non è mai stato quello di darvi delle soluzioni (ben miseri Maestri saremmo, eventualmente, se fosse stato così!), bensì quello di fornirvi elementi logici, razionali, emotivi e, perché no, sentiti come veri che vi potessero aiutare a compiere le vostre scelte ogni volta che vi trovavate davanti ad un bivio in cui la necessità di compiere una scelta diventava imprescindibile e impossibile da evitare.

In altre e più semplici parole, figli nostri, abbiamo cercato di insegnarvi a vivere nel modo più consapevole possibile per voi la vostra vita. (Moti)

Se noi non ci fossimo stati, avreste forse messo di vivere?

Certamente no.

Se noi non vi avessimo portato i nostri insegnamenti

aureste forse fatto più errori?

Può anche essere, anche se magari ne aureste fatti altri che altrimenti non aureste commesso.

Comunque sia, aureste vissuto sempre e comunque la vostra vita manifestando, nella sua conduzione, ciò che avete compreso e ciò che, invece, è ancora lontano dalla vostra comprensione, simili a tanti Urzuk perennemente alla ricerca del loro vero essere. (Scifo)

Medicine a base fitoterapica

L'efficacia reale della quasi totalità delle medicine alternative viene contestata dalla medicina ufficiale in quanto afferma – con ragione – che, nella maggioranza dei casi, non vi siano stati negli anni studi clinici seri che ne abbiano comprovata la validità.

Come medico non posso che convenire su tale constatazione ma, d'altra parte, come osservatore e ricercatore che cerca di essere il più possibile imparziale, non posso che fare un paio considerazioni.

Per prima cosa vorrei sottolineare che la constatazione che non sia stata effettuata una ricerca organica e sufficientemente attendibile sulla maggior parte delle medicine alternative non è certo una prova del fatto che non possano esistere cure alternative rispetto a quelle ufficiali (credo che ciò possa essere ritenuto, d'altra parte, un fattore a discapito della serietà della ricerca medica – sottoposta, come ben si sa, alle logiche di mercato delle grandi case farmaceutiche – che dovrebbe avere il compito di stabilire l'efficacia di ogni possibilità di cura alternativa senza preclusioni di sorta).

Inoltre, se non vi è una prova scientificamente accettabile dell'efficacia di tali medicine non significa che esse non possano avere comunque una loro validità, per quanto limitata possa essere nei suoi effetti.

La tendenza attuale risulta essere quella di bollare come conseguenza dell'effetto placebo ogni risultato che tali cure possono apparentemente conseguire mostrando una scienza medica piuttosto spocchiosa e presuntuosa.

Per quanto mi riguarda mi trovo in accordo con quanto diceva Shakespeare: "Ci sono più cose in cielo e in terra, Orazio, di quante ne sogni la tua filosofia". Quindi preferisco essere possibilista, lasciando una risposta sulla questione all'esperienza individuale, anche perché non posso non tenere conto che ogni individuo incarnato è un universo a sé con, il più delle volte, reazioni personali spesso anche molto differenti da individuo a individuo.

Senza dubbio l'effetto placebo ha un'importanza non secondaria nell'influenza che esercita il paziente nei confronti di ogni terapia medica, ma ciò è valido anche nel caso delle terapie della medicina ufficiale: qualsiasi paziente convinto profondamente, a livello interiore, dell'utilità della terapia che sta seguendo, collabora, per quanto gli viene permesso dalla sua costituzione fisiologica, a rendere qualsiasi tipo di cura più o meno efficace sia nella risposta temporale più o meno veloce, sia nell'efficacia dei suoi effetti.

Come abbiamo visto in precedenza, la fitoterapia è stata la madre di ogni cura medica, sia scientifica che alternativa, e ancora oggi, specie nelle medicine non tradizionali, viene usa-

ta con frequenza come supporto alle varie teorie alternative che, nella maggior parte dei casi, si affida di frequente all'uso di sostanze vegetali per cercare di curare le patologie.

Le teorie che vorrei brevemente esaminare questa volta sono proprio quelle che hanno alla loro base una forte componente di uso della fitoterapia.

Ne esistono innumerevoli ma vorrei soffermarmi solo su alcune per non diventare noioso e pedante.

Prima, però, di entrare nel dettaglio, vorrei fare un'ulteriore considerazione.

La maggior parte delle medicine che da qui in avanti andrò ad esaminare si basa sul concetto che l'uomo è qualcosa di più del suo corpo fisico o della sua psiche, ma è il risultato dell'interazione e degli equilibri tra le sue diverse componenti (fisiche, emotive, psichiche e, nelle teorie più complesse e articolate, anche spirituali).

Ritengo che la medicina ufficiale abbia perso un po' di vista l'insieme dell'essere umano e che abbia finito col tenere in massimo conto la sua condizione fisica, trascurandone quanto meno la parte emozionale e quella psicologica e questo, secondo me, risulta essere un limite non indifferente all'operato di qualsiasi medico (per carità, come ho già detto in precedenza, il medico attuale, specialmente quello di base, è ormai quasi costretto ad essere più un impiegato e un dispensatore di farmaci che un curatore del benessere complessivo del paziente, quindi non voglio certo metterlo alla gogna riconoscendogli, invece, molte attenuanti).

Il mio auspicio, come ho già detto in precedenza, è che venga recuperata la concezione del paziente come il prodotto

di diversi elementi interagenti (e non solo di quello fisico) e credo che, a ben vedere, il fiorire delle varie medicine alternative possa quanto meno aiutare a ritrovare, dal punto di vista concettuale, una maggiore considerazione dell'idea fondamentale della complessa e molteplice struttura del benessere dell'individuo.

Ma veniamo alle medicine di cui vorrei brevemente occuparmi questa volta.

Da qualche tempo ha preso campo – diventando una sorta di moda terapeutica - una terapia basata sui fiori, denominata, sulla base delle teorie del suo ideatore, Fiori di Bach.

La teoria alla base di questa medicina alternativa suggerisce che, alla base dell'insorgenza della sintomatologia fisica, vi siano le emozioni e i fattori psicologici dell'individuo.

In parte – dato che non posso svincolarmi dall'insegnamento che ho seguito assieme a voi in questi decenni – questa concezione coincide con quanto insegnato dalle nostre Guide, anche se credo che la semplifichi eccessivamente, trascurando o non tenendo conto del cammino spirituale che l'individuo ha compiuto nel suo percorso evolutivo.

La terapia suggerita – detta in maniera molto semplice - è basata sull'impiego dei fiori, ai quali viene attribuita la capacità di modificare positivamente l'emotività del paziente e, di conseguenza, il suo porsi in maniera razionale, nei confronti della malattia, dando in questa maniera il via al processo di guarigione del sintomo grazie al conseguimento di un ritrovato equilibrio tra i propri desideri e le proprie attività reattive e

decisionali.

Non voglio entrare nella diatriba con la scienza medica ufficiale che bolla come conseguenza dell'effetto placebo ogni risultato apparentemente conseguito da tale medicina alternativa ma vorrei limitarmi ad alcune considerazioni di tipo teorico e basate sul semplice buon senso (e quindi, probabilmente, facilmente contestabili da ognuno di voi).

Che i fiori possano, col loro aspetto e con le loro essenze, esercitare una certa influenza sulla condizione emotiva dell'essere umano ritengo che sia indubitabile: nella tradizione dell'umanità molti fiori sono stati adoperati come simboli, accettati comunemente nel pensiero delle varie civiltà (si pensi, ad esempio al giglio come simbolo di purezza) ed entrati stabilmente nell'immaginario collettivo. Da lì, però, ad arrivare ad affermare che abbiano la capacità di equilibrare lo stato emotivo e psichico dell'individuo il passo, secondo me, è piuttosto lungo e azzardato ritenendo che con tale terapia si possa arrivare ad ottenere effetti curativi tali da risolvere la malattia e non solo di innescare qualche effetto di temporanea attenuazione del sintomo mentre le risposte del fisico dell'individuo operano per cercare di opporsi allo squilibrio fisiologico che ha innescato la patologia.

Non ritengo, quindi, che sia concettualmente facile da accettare che l'impiego delle proprietà dei fiori come cura possa veramente portare all'eliminazione della patologia (tuttalpiù, lo ripeto, a una cura o a un sollievo del sintomo), così come la fitoterapia può essere utile e coadiuvante per molte patologie ma difficilmente arriva a curare veramente gran parte delle malattie di una media o grande gravità, a meno che non si tratti di

patologie di livello in un certo qual modo superficiale e non profondo, quali i problemi dermatologici, di stomaco, di intestino, di ipertensione e via dicendo, specialmente nei casi in cui non si tratti di malattie derivanti da altre disfunzioni organiche ben più profonde e complesse.

Passiamo ora all'Omeopatia.

Questa è una medicina alternativa relativamente moderna, anche se nella sua teoria di base si possono incontrare concetti già trovati sia in ambito magico che in ambito esoterico.

Ad esempio il concetto di base di tale processo terapeutico ovvero il "principio di similitudine del farmaco" secondo il quale esiste il rimedio appropriato per qualsiasi tipo di malattia, e tale rimedio verrebbe identificato dal tipo di sostanza che, nell'individuo sano, causa gli stessi sintomi che possono venire osservati nell'individuo affetto dalla malattia: tale concetto, secondo me, trova le sue radici teoriche nelle teorie di Paracelso, il quale affermava che, per esempio, per curare le problematiche epatiche ci si doveva cibare di fegato.

Benché i prodotti omeopatici siano entrati nella catena di distribuzione farmaceutica e sia diventato abbastanza consueto trovare nelle farmacie una sezione dedicata proprio a questo tipo di prodotti, la scienza ufficiale non ha dato alcun crisma di validità e di efficacia a tale terapia alternativa e, anzi, gli studi compiuti (in verità, in questo caso, per una volta, non pochi) sembrano determinare la reale inefficacia dei suoi prodotti e la mancanza di validità in particolare del suo principio di base, ovvero proprio il "principio di similitudine del farmaco".

Che dire?

Se gli studi clinici sono stati molteplici, complessi e ben condotti (come, in effetti, sembrerebbe), questo dovrebbe stare a significare (tralasciando il lavoro sotterraneo della fisiologia dell'individuo) che gli eventuali risultati ottenuti sono una diretta conseguenza dell'effetto placebo...

“Ma – potrebbero obiettare alcuni – io ho somministrato a un bimbo molto piccolo un farmaco omeopatico ed ho visto dei risultati. Come posso considerare che l'effetto placebo abbia potuto avere una tale efficacia anche su un bimbo molto piccolo?”.

Non dimentichiamoci che il fatto che anche il bimbo molto piccolo possa subire l'influenza dell'effetto placebo è indubitabile: il genitore che somministra una medicina al figlioletto innesca l'effetto stesso grazie alla visione che il bimbo ha del genitore, fatta di fiducia, amore, e abbandono alle sue attenzioni.

Ma c'è dell'altro: non dimentichiamo neppure che, comunque, viene somministrata al paziente un qualche tipo di sostanza la quale avrà certamente qualche tipo di effetto, anche se magari solo limitatamente importante, sugli equilibri del fisico dell'individuo.

La combinazione dell'effetto placebo con l'assunzione della sostanza in questione, pur non essendo probabilmente una vera e propria cura, mette comunque in moto le reazioni immunitarie interne del paziente aiutandolo a coadiuvare il processo di guarigione (che, comunque, sarebbe probabilmente avvenuto lo stesso anche se, magari, in tempi relativamente più lunghi).

L'espandersi della comunicazione a un livello globale che ha permesso di entrare più facilmente in contatto con elementi di altre culture che prima erano quasi solo appannaggio di una limitata porzione di popolazione, per lo più interessate alle teorie spirituali o spiritualistiche, assieme alla più facile circolazione delle nozioni (sia quelle veritiere che quelle superficiali e persino bugiarde) attraverso i mezzi di comunicazioni e quel potente motore di propagazione delle idee che si è rivelato essere la rete Internet, ha contribuito a diffondere anche medicine alternative provenienti da altre culture, specialmente di provenienza orientale.

Una di queste è la medicina ayurvedica.

Tale medicina, proveniente dall'India, considera l'individuo come una somma di fattori (fisici, psicologici e spirituali) che, con i loro reciproci equilibri, ne determinano la condizione di benessere e di salute.

Dal punto di vista teorico ha una stretta vicinanza con l'insegnamento delle Guide, in particolare ha in comune con esso la visione dell'individuo come un'unità di fattori che vanno dal fisiologico allo spirituale e la concezione della necessità di trovare un equilibrio interiore tra tali fattori, equilibrio strettamente individuale e riferibile al tipo di percorso evolutivo compiuto dalla persona.

Un punto, a parer mio, di un certo interesse è il fatto che la medicina ayurvedica non si occupa solamente della cura delle malattie ma anche del benessere individuale, del suo mantenimento e dell'attuazione di una sorta di prevenzione per impedire l'insorgere dei problemi di salute, anticipando di secoli l'attuale tentativo della medicina ufficiale di tipo "scientifico" di

ampliare i programmi medici di prevenzione (certo, un tentativo stimolato più che altro da ragioni economiche ma, comunque, condivisibile).

Non mi addentro ulteriormente nella filosofia che sta alla base di questa medicina che è realmente molto articolata e che, nei secoli, si è andata strutturando, dal punto di vista teorico, in maniera decisamente complessa cosicché rischierei di essere superficiale o molto approssimativo.

Vorrei, invece, spendere alcune parole su alcuni aspetti (anche fortemente criticati dalla medicina ufficiale).

Dal punto di vista delle terapie la medicina ayurvedica adopera molti preparati tipici della fitoterapia, combinandoli però, spesso, con l'impiego sia di minerali che di metalli.

L'uso di questi ultimi è il punto di maggior contrasto con la medicina occidentale, dal momento che prevede l'impiego di metalli tossici per il fisico dell'individuo (ad esempio piombo e arsenico).

Concordo che l'impiego di tale sostanze possa essere più dannoso che utile alla salute delle persone anche se mi vengono in mente alcuni elementi che mi mettono in una posizione non di condanna a priori di tale tipo di terapia, bensì di attenta cautela.

E' noto che nel nostro Medio Evo era pratica - se non comune in tutta la popolazione ma quanto meno attuata talvolta dalle fasce della nobiltà più in pericolo di subire avvelenamenti nell'effettuarsi dei crudeli giochi di potere dell'epoca - l'assumere giornalmente piccole quantità di veleno, al fine, si teorizzava, di abituare il corpo a non venire devastato dalla somministrazione di quantità maggiori dei veleni che

andavano per la maggiore in quei tempi.

Sarebbe una ricerca interessante quella di vedere se nelle popolazioni in cui la medicina ayurvedica è praticata da tanto tempo l'assunzione di tali sostanze teoricamente dannose non abbia indotto delle modificazioni a livello genetico nelle capacità di assorbimento di tali sostanze finendo col permettere loro di diventare, in determinate condizioni, utili invece che dannose.

D'altra parte – come ho detto allorché abbiamo parlato dell'alimentazione – il fisico delle popolazioni occidentali non può, comunque, avere subito queste eventuali modifiche genetiche e, di conseguenza, ritengo che l'uso di tali farmaci ayurvedici sia, in generale, sconsigliabile in occidente.

Giudico, invece, corretta e praticabile da chiunque la parte dell'ayurveda relativa al benessere e alla prevenzione, in perfetta linea, d'altra parte, con le linee di condotta principali suggerite sia dal buon senso che dai medici che si occupano della salute, ovvero l'uso appropriato del cibo per favorirne le capacità medicinali, i comportamenti che aiutano a perseguire una condotta di vita sana, l'esercizio fisico come coadiuvante del benessere fisiologico dell'individuo. (Francesco)

Incontro di ottobre con le Guide

Sommario: gli Archetipi Permanenti, l'illuminazione, giusto e sbagliato, il vittimismo, la dialettica e il confronto, il momento giusto per cambiare, i tempi del cambiamento,

Eccoci arrivati a questo nuovo ciclo di nostri interventi.

Come avrete notato non abbiamo più niente di veramente nuovo da portarvi, ma stiamo approfittando del tempo che ci resta per intervenire presso di voi per chiarire o specificare meglio cose che già sono state dette.

Per alcuni di voi questo potrà sembrare una ripetizione anche un po' noiosa ma, miei cari, ricordate che altri possono aver bisogno di queste chiarificazioni e che noi non parliamo mai per uno solo di voi bensì per tutti coloro che hanno desiderio di ascoltare le nostre parole.

Ma veniamo alle vostre domande. (Moti)

D - A me viene difficile pensare agli Archetipi Permanenti al plurale e mi suona meglio pensare all'Archetipo Permanente al singolare, identificandolo alla fine con l'Assoluto. Quindi adesso mi sorge il pensiero di assimilare gli Archetipi Permanenti ai 33.000 dei della tradizione induista, dove cia-

scuna divinità rappresenta un aspetto del Brahman (il principio divino), e quindi ci sta che gli Archetipi Permanenti siano nella molteplicità pur rappresentando un primo stadio di unità.

Il concetto di Archetipo Permanente si può trovare senza dubbio in molte altre concezioni filosofiche, anche se, magari, con nomi e attributi diversi da quelli con cui ve lo abbiamo presentato noi in questi decenni.

Effettivamente la concezione induista relativa all'esistenza di 33.000 dei, ognuno dei quali è riferibile ad un aspetto del Brahman può essere correlata a quanto noi vi abbiamo spiegato a proposito degli Archetipi.

Tuttavia il ragionamento che si può sviluppare a proposito di questa moltitudine di dei risulta molto complesso, tanto che potremmo coinvolgere in esso sia il concetto di Archetipo Permanente che quello di Archetipo Transitorio.

Infatti, mentre un numero limitato di questi dei sono chiaramente riferibili agli Archetipi Permanenti in quanto collegati ad aspetti del divino che trascendono la semplice realtà terrena e si collegano a quelle forme di codificazione che discendono direttamente dai dettami della Vibrazione Prima nello stabilire le linee guida della costituzione della Realtà, la maggior parte degli altri, invece sono più strettamente collegati agli Archetipi Transitori, in quanto fanno riferimento a quei percorsi di sperimentazione temporanei che si vanno formando per permettere alle individualità incarnate di compiere il loro percorso all'interno della realtà soggettiva che hanno bisogno di sperimentare per acquisire quei dati mancanti alle loro comprensioni al fine

facilitare il loro personale cammino di adeguamento a come vengono "descritte" come reali, imprescindibili e immutabili le regole che danno vita all'esistenza della Realtà. (Ombra)

D - Purtroppo sappiamo che per arrivare al "salto di qualità" non basta la "conoscenza" e, quindi, è ovvio che finché non si arriva alla "comprensione" (con l'ampliamento del sentire e la conseguente riduzione/superamento dell'Io) l'interesse principale dell'individuo è concentrato su se stesso e sui suoi presunti "bisogni" (che in realtà sono "bisogni di comprensione"; no?).

E' ormai evidente che, secondo l'insegnamento che vi abbiamo portato nel tempo, non basta conoscere i perché di quello che si vive ma è necessario, per proseguire lungo il proprio percorso evolutivo, arrivare a quel qualcosa di più che è la comprensione di quali sono gli elementi che non abbiamo compreso, ottenendo, in questo modo, la possibilità di superare i punti che ostacolano il cammino individuale favorendo una maggiore strutturazione del sentire personale arrivando così a darci la possibilità di occuparci di quegli altri elementi che abbisognano di una nostra maggiore attenzione al fine di ampliare maggiormente il proprio sentire.

Il percorso che deve compiere l'individuo si muove sempre, nel mondo del divenire, da una condizione più limitata ad una più ampia e strutturata, in accordo con le comprensioni che egli va via via acquisendo nel compiere la strutturazione del suo sentire.

Quindi, come abbiamo visto in passato, tale percorso lo porta a passare gradatamente da una concezione strettamente egoistica - in quanto centrata essenzialmente su se stesso e sui propri bisogni - a una concezione più allargata che tende a inglobare nella sua visione del suo personale rapporto con la realtà in cui si trova a essere inserito creando e stringendo sempre maggiori rapporti con ciò che fa parte della sua sfera di influenza.

Per poter compiere questo passaggio che, indubbiamente, comporta un non indifferente salto di qualità, l'individuo deve seguire sempre la gradualità del suo percorso, passando dalla conoscenza di ciò che lo tocca interiormente a livello sia emotivo sia mentale alla comprensione di quelle che sono le cose che deve ancora comprendere e che stanno alla base dei suoi errori e delle sofferenze che costellano la sua vita.

È chiaro che non è possibile saltare la fase della conoscenza e passare direttamente alla fase della comprensione dal momento che non è mai possibile comprendere veramente ciò che non si è prima conosciuto.

Questo discorso potrebbe sembrare in contrasto con il concetto di "illuminazione", ovvero con il raggiungimento improvviso della comprensione che, in alcune teorie spiritualistiche, viene descritto come immediato.

In realtà le cose non stanno veramente a questo modo: la cosiddetta illuminazione è il risultato finale del grande lavoro sotterraneo - e quasi sempre inavvertito dalla consapevolezza dell'individuo - compiuto dal corpo akasico individuale attraverso il completamento del suo sentire grazie agli elementi acquisiti tramite l'esperienza. (Vito)

D - Io mi chiedo dove rimane l'indicatore che classifica in qualche modo la mia strafottenza nel cercare di possedere, qual è il divario che può distinguere una azione giusta da un azione errata e controproducente?

In realtà l'etichettatura di "giusto" o "sbagliato" applicato a qualsiasi elemento della vita dell'individuo nel corso della sua incarnazione non è poi così semplice e facilmente attribuibile come potrebbe sembrare a prima vista.

Per comprendere questo, basta pensare a una qualsiasi azione compiuta che venga ritenuta giusta e chiedersi, cercando di essere il più sinceri e obiettivi possibile, "giusta per chi?". Vi renderete conto, così, che anche in questa semplice domanda è individuabile la presenza della legge dell'ambivalenza che mi è così cara!

Infatti, compiendo un'analisi degli effetti dell'azione in questione ci si potrebbe rendere facilmente conto che se essa risulta giusta per alcune delle persone coinvolte, può risultare, per converso, essere sbagliata o dannosa per altre persone.

Facciamo un esempio semplice semplice: la persona che spara per difendersi da un'aggressione o da un furto compie un'azione che non può essere definita, secondo le concezioni comuni, sbagliata, in quanto difende se stesso o le persone che gli sono care (e non soffermiamoci, per non complicarci troppo le cose, sul chiedersi se è giusto sparare per difendere non la propria incolumità ma i propri possedimenti materiali).

Ma basta allargare un po' la prospettiva di osservazione

per rendersi conto che se anche può essere ritenuto giusto che chi compie un'aggressione debba essere in qualche maniera punito e che l'agredito debba avere la possibilità di difendersi, contemporaneamente vengono spesso punite altre persone che, magari, non hanno alcuna responsabilità diretta e importante nell'espletamento del comportamento aggressivo - un compagno, dei genitori, dei figli e via dicendo . che subiscono la ricaduta dell'azione "giusta" compiuta da chi è stato aggredito.

Come vedete le cose non sono davvero così semplici da etichettare come potrebbe sembrare!

D - Quale può essere il modo corretto per non scivolare nel vittimismo giornaliero che ti fa dire: "non c'è la faccio più, così non si può andare avanti".

Il punto di partenza da tenere in considerazione prima di ogni altro è che in qualsiasi situazione ogni individuo si trovi non si tratta mai di una condizione di totale passività in confronto agli eventi che sta vivendo (o subendo, come di solito preferisce pensare per trovare consolazione o autogiustificazione), ma vi è sempre qualche cosa che egli può fare per modificare (in maniera totale o, per lo meno, parziale) lo stato delle cose.

Non vorrei essere ripetitivo o noioso citandomi ancora una volta ma certamente la frase "se vuoi cambiare la tua vita, cambiala!" secondo me non ha perso di importanza o di validità.

Il fatto è che il comportamento comunemente adottato dall'individuo incarnato di non altissima evoluzione è comunemente quello che lo porta a piangersi addosso per ottenere visibilità, attenzione, aiuto, gratificazione piuttosto che cercare di agire per modificare la situazione che lo opprime e che fa scattare il suo vittimismo ad oltranza, nella speranza che siano gli altri, principalmente, a trovargli e a fornirgli soluzioni ai suoi problemi, invece di prendere atto delle sue difficoltà e operare per cercare se non di annullarle quanto meno di attenuarle.

Molte volte vi ho sentito chiedervi se è proprio necessario che esista la sofferenza come percorso evolutivo.

Io non posso che rispondere che, finché è il vostro Io al timone della vostra navicella esistenziale, la sofferenza è necessaria e indispensabile per spingervi alla ricerca di quei cambiamenti interiori che renderanno meno pesanti e insopportabili gli effetti di ciò che vi porta a fare le vittime!

Vi siete mai domandati quale siano la genesi e il percorso che alimenta la vostra sofferenza?

Alla base della sofferenza vi è la condizione di disagio del corpo akasico che si accorge di non vibrare all'unisono con i dettami della Vibrazione Prima.

Questa condizione lo porta a cercare di raggiungere un maggiore sentire che lo faccia sentire più a suo agio con le vibrazioni degli Archetipi Permanenti.

Per far questo spinge la sua parte incarnata a compiere esperienza in maniera da acquisire un maggior numero di dati che gli possano essere utili per il raggiungimento del suo scopo.

Arrivata sul piano fisico la richiesta di esperienza quasi

sempre si trova ad essere ostacolata dai bisogni dell'Io e dai suoi meccanismi di difesa entrando in contrasto con essi.

Ecco, a questo punto, che scatta la sensazione di sofferenza o di dolore, proprio in conseguenza di tale condizione di disarmonia interna dell'individuo.

Considerato questo percorso che vi ho descritto nella maniera il più semplice possibile, vi sembra che la sofferenza possa essere evitata? Certo che no, dal momento che siete proprio voi stessi, alla fin fine, che ve la causate, anche se solitamente preferite attribuire la sua ingerenza a qualcosa di esterno a voi stessi.

Da quanto vi ho appena descritto, risulta anche evidente che la sofferenza non può che risultare più o meno intensa in rapporto alla maggiore o minore ampiezza del sentire dell'individuo e che non è inevitabile ma che può essere attenuata o addirittura eliminata acquisendo comprensione.

"Non c'è la faccio più, così non si può andare avanti" vi sento affermare di frequente.

Non ti resta, creatura mia che mettere in atto proprio ciò che stai affermando: visto che sei arrivato al punto di massima sopportazione di ciò che ti sta opprimendo, vai avanti senza piangerti addosso ma cercando di essere attivo e reattivo nel confronto di quello che la vita ti pone davanti.

Insomma, se posso anche arrivare a comprendere e a giustificare almeno in parte il tuo vittimismo, non posso fare a meno di esortarti con immenso affetto a non cucirti addosso i panni della vittima, visto che è evidente che ti stanno così stretti e che ti mettono in una condizione di disagio che mal sopporti! (Scifo)

D - Mi sembra che dalle Guide venga ribadita con forza e chiarezza l'inderogabile necessità degli scambi di opinioni tra gli individui. Secondo quello che credo di capire io (ovviamente in base alla mia interpretazione personale) quella "comprensione" che tutti ci auguriamo di conseguire può essere agevolata dalla comunicazione con gli altri individui che con noi e come noi stanno proseguendo nel cammino evolutivo. Naturalmente ciò che deve essere comunicato sono le proprie idee, conclusioni e convinzioni, al fine di avere qualcosa di "esterno" da confrontare con ciò che è esclusivamente frutto del proprio Io. In sostanza, secondo me, ciò significa mettere in discussione le proprie idee rivalutandole (seriamente ed onestamente) con quanto viene prospettato dagli altri. In altre parole: essere eventualmente disponibili a "farsi convincere" dalle idee dell'altro; ovvero a "farle proprie". Solo in quel modo un'idea diventa "comune"

La Realtà nel suo complesso si regge sul concetto di comunicazione, intesa, nella maniera più estensiva del termine, come il passaggio di informazioni tra i suoi elementi costitutivi: tutto nel Cosmo è collegato, interagisce e comunica, ed esso è attraversato senza sosta dai flussi di dati e informazioni che dapprima hanno espletato al compito di determinare le linee direttive di creazione del Cosmo e, successivamente, hanno la funzione di contribuire a mantenere intatta l'unità e la coesione dell'intero Cosmo.

Ovviamente, la comunicazione non opera soltanto a livello macrocosmico, ma anche a livello microcosmico, secondo il concetto del “così in alto, così in basso” che più volte negli anni vi abbiamo suggerito.

Così, come la comunicazione risulta essere essenziale per la creazione e lo sviluppo del Cosmo, altrettanto essenziale essa si rivela essere in ambito microcosmico, al fine di stabilire le interrelazioni tra gli individui incarnati, contribuendo in maniera determinante allo sviluppo dell'individuo e, di conseguenza, dell'intera popolazione presente sul pianeta, fornendo la circolazione delle informazioni all'interno dell'intera umanità, servendo da esempio o da traino agli altri incarnati per confrontarsi con i nuovi dati che vengono messi a disposizione dai sentire individuali.

Il formarsi degli Archetipi Transitori, dal canto suo, come sappiamo, aiuta la costituzione di gruppi di sperimentazione, cosicché anch'essi, in fondo, risultano basarsi in primo luogo proprio sulla comunicazione e il passaggio di informazioni all'interno degli individui collegati all'Archetipo sperimentato: questo elemento finisce col favorire il crearsi di rapporti interpersonali e l'interazione tra individuo e individuo dando a questo due elementi una grande importanza per il percorso evolutivo dell'umanità al punto che si può arrivare ad affermare che senza l'apporto delle informazioni provenienti dalle creature che circondano l'individuo, questi si troverebbe senza nuove informazioni e, così, la sua evoluzione risulterebbe bloccata e impossibilitata a raggiungere gradazioni maggiori di sentire .

D - Non sarà che il non voler cogliere l'occasione/opportuni-

tà di confrontarsi con gli altri ed, eventualmente, cambiare le proprie idee procurerà, come conseguenza, del "karma negativo"?

Non c'è alcun dubbio che restare rigidi sulle proprie posizioni senza mantenere intatta la propria capacità di essere elastici e disponibili a riconoscere l'infondatezza di quelle che riteniamo, con una certa presunzione, opinioni portatrici di verità assolute, provoca delle conseguenze non soltanto nella gestione dei rapporti con l'esterno di noi e, in particolare, con le altre persone con cui veniamo in contatto, ma anche nel riflesso su di noi e sulla nostra vita degli effetti dovuti alla nostra rigidità.

Questa rigidità farà nascere del karma negativo?

Se può essere interpretata come karma negativo la ricaduta che porta sull'individuo il suo essere rigido, ovvero le reazioni più o meno negative da parte degli altri con cui egli si sta confrontando, allora la risposta alla tua domanda non può che essere sì.

Tuttavia si tratta di un karma negativo immediatamente risolvibile; basta un po' di buona volontà, la capacità di stare ad ascoltare veramente ciò che dagli altri viene proposto e l'umiltà di saper accettare anche le opinioni diverse che altri possono manifestare.

D - "Non è il mio momento" (di cambiare, di evolvere)... ma, in realtà, chi può sapere se è il proprio momento o no?

Hai ragione, il più delle volte l'individuo non sa se è arrivato, per lui, il momento di cambiare.

Molto spesso il cambiamento avviene senza che l'individuo ne sia realmente consapevole: il cambiamento reale e stabile, infatti, è la conseguenza di un ampliamento del sentire all'interno del corpo akasico e, come sappiamo, molto spesso ciò che avviene all'interno del proprio corpo akasico sfugge alla capacità di consapevolezza del corpo fisico che può arrivare a riconoscere l'esistenza di tale cambiamento solamente attraverso l'osservazione delle modifiche al suo modo di essere all'interno del piano fisico, osservazione che, d'altra parte, non gli fornisce quasi mai la sicurezza che il cambiamento avvertito sia reale e definitivamente acquisito, cosa, questa, che, d'altro parte, alimenta i tentativi del suo Io di raggiungere una sempre maggiore stabilità e presa di distanza dalla sofferenza e dal dolore.

Il lavoro interiore che accompagna il tentativo di comprendere se è giunto il momento di cambiare o se quel momento non è ancora arrivato è modulato proprio dai desideri e dai bisogni dell'Io.

In realtà, non si può arrivare a comprendere se tale momento è arrivato o no, tant'è vero che, molto spesso, l'idea del cambiamento resta soltanto una dichiarazione di intenti alla quale sovente non fa seguito una reale operatività in tal senso.

Questo accade proprio perché il cambiamento non può avvenire attraverso una sorta di evoluzione dell'Io (non dimentichiamo che l'Io, in fondo, è una grande illusione, il prodotto di un processo a disposizione dell'individuo per interagire con l'esperienza) ma solamente attraverso al raggiungimento di nuo-

vi elementi di comprensione da parte del sentire di coscienza.
(Rodolfo)

D - Io mi sento estremamente confusa e mi chiedo se questi due modi si potranno mai incontrare in un equilibrio che farebbe bene ad entrambi. Moti dice che i cambiamenti partono dalle scelte individuali di ciascuno di noi ... mah! Sì ... forse ... certamente i cambiamenti per il singolo individuo che nelle sue grandi o piccole contraddizioni può dare una svolta alla propria vita in una direzione piuttosto che in un'altra, ma si deve comunque sempre adattare a quelli che sono i movimenti della massa ...

Padre mio,

nell'osservare il mio modo di condurre la mia vita mi rendo conto che ci sono molti aspetti del mio essere vivo all'interno del piano fisico che dovrebbero essere modificati.

Arrivato a questo punto della mia evoluzione conosco quali sono i punti principali su cui dovrei operare per trovare un maggiore accordo con ciò che la mia coscienza mi suggerisce, osservando il mio modo di essere in cerchi sempre più ampi.

Io dovrei essere un compagno, un genitore, un figlio, un amico migliore.

Io dovrei mostrare più facilmente i miei sentimenti e le mie emozioni senza timore di non essere capito o di essere ferito.

Io dovrei essere disponibile a porgere la mia mano a chi ha bisogno di aiuto, senza fare distinzioni di alcun tipo e senza

che le mie scelte siano governate da un qualche tipo di interesse personale.

Io dovrei dire senza timore quello che penso veramente, facendomi portatore delle verità che dentro di me sento essere vere, pur restando pronto ad accogliere le verità che altri possono porgermi e che, magari, sono più indubitabili delle mie.

Io dovrei rendermi conto che, veramente, Tutto è Uno e che il detto "morte tua, vita mia" è un detto orribile perché attribuisce alla violenza e all'aggressione la preminenza sulla possibilità di mediare tra due sofferenze, nell'illusione che eliminandone una l'altra perda importanza.

Io dovrei ricordarmi sempre che l'ambiente planetario in cui conduco il mio percorso è essenziale alla fattibilità di tale percorso e che esso non è solo mio, ma appartiene ad ogni altra creatura che sul pianeta sta a sua volta perseguendo i fini dell'evoluzione, e questo pensiero mi dovrebbe spingere a essere sempre rispettoso nei suoi confronti.

Io dovrei preservare l'ambiente in cui vivo dai danni che il mio egoismo può apportargli, perché io sono parte di esso ed esso è parte di me.

Io dovrei... ma il più delle volte, malgrado io desideri farlo, non riesco ad andare oltre la conoscenza di ciò che dovrei cambiare di me stesso per aiutare non solo me ma il mondo intero! (Scifo)

Figlio mio, non devi angustiarti oltre il lecito per ciò che non riesci a fare per modificare te stesso, pur sapendo che tali modifiche sarebbero giuste e utili.

Io ti ho dato un corpo della coscienza proprio affinché tu

avessi uno strumento che ti permetta di cambiare non a livello superficiale ma a un livello più profondo, talmente profondo che tende a sfuggire alla tua consapevolezza.

Anche se tu non te ne rendi conto, figlio mio, stai gradatamente cambiando e io ho creato un intero Cosmo per metterlo a tua disposizione al fine di aiutarti a raggiungere quella comprensione interiore che è necessaria, indispensabile e condizione "sine qua non" affinché i tuoi cambiamenti diventino reali, effettivi e acquisiti definitivamente.

Non devi avere fretta di cambiare, perché non c'è modo di accelerare la tua comprensione: essa segue un percorso continuo e omogeneo in cui ogni elemento è conseguenza dell'acquisizione di altri elementi, cosicché tu cambierai sempre e solamente nel momento in cui arriverai al punto di avere una reale possibilità di comprendere.

Per il momento, figlio mio, accontentati di cercare di sforzarti di mettere in atto con le tue azioni, quando ti è possibile farlo, i cambiamenti che riconosci essere giusti, e non ti angustiare se per ogni volta in cui riuscirai a farlo ce ne saranno altre dieci in cui non sarai riuscito a metterlo in atto.

Invece di tormentarti con i sensi di colpa per ciò che non sei riuscito a fare trova in te la felicità e la soddisfazione per le volte in cui, invece, sarai riuscito a farlo.

Tempo verrà, figlio mio, indubitabilmente, in cui sarai un compagno, un genitore, un figlio, un amico, un uomo capace veramente di amare, di tendere la mano, di preservare la vita e di vivere in accordo con l'ambiente di cui fai parte, perché sarai cambiato, profondamente e definitivamente, all'interno della tua coscienza.

Ti amo, figlio mio, e che la pace e la speranza siano con te. (Moti)

Medicine e terapie a base manipolatoria

Questa volta vorrei parlarvi di medicine e terapie a base manipolatoria, intendendo con questa definizione l'uso della manipolazione da parte del medico effettuata sul corpo del paziente e usandola in senso molto ampio (tant'è vero che ho incluso in questa sezione l'agopuntura che, pure, non è realmente definibile come attività manipolatoria vera e propria).

Per prima cosa vediamo di chiarire la differenza tra i termini "medicina" e "terapia", visto che ho deciso di accomunarli nel titolo.

La medicina viene ritenuta una scienza, anche se, secondo me, la variabilità individuale che si trova a dover gestire finisce spesso col far decadere uno dei crismi che dà consistenza alla definizione di scienza, ovvero la ripetibilità dei risultati a parità di procedimento usato.

D'altra parte, per inciso, è sempre stato presente nel mio ragionare che nessuna scienza è veramente tale e nessun fenomeno è veramente ripetibile nel tempo considerate le molte cose che restano al di fuori della conoscenza e della compren-

sione dello "scienziato"... ma approfondire questo aspetto mi porterebbe lontano dai temi che sono stato incaricato di trattare, quindi mi fermo qui.

Cos'è la medicina? E' la risposta dell'uomo al desiderio di cercare di salvaguardare, mantenere e ottimizzare lo stato ottimale del proprio corpo, ovviamente non solo dal punto di vista fisico ma anche da quello emozionale e psichico, ricercando i provvedimenti migliori da attuare per arrivare a raggiungere tale scopo.

E' ovvio che sia necessario, per ottenere i migliori risultati senza essere costretti ad andare a tentoni affidandosi alla propria intuizione o alla fortuna, avere una conoscenza il più chiara e precisa possibile della fisiologia e dell'anatomia del corpo umano, il che costituisce la base imprescindibile da cui ogni medico deve necessariamente partire per poter individuare la soluzione ai problemi di salute che cerca di risolvere.

Una volta che il problema di salute viene identificato e che viene individuata l'area fisiologica che è correlata alla malattia è compito del medico trovare la terapia adatta per cercare di ristabilire lo stato di salute del paziente.

Le terapie mediche usate sono, quindi, l'attuazione pratica della metodologia scelta per affrontare e cercare di ricondurre lo stato di salute del paziente alla sua condizione ottimale.

Il medico attuale ha molti ausili che lo aiutano in questo procedimento, che una volta era molto più collegato all'intuizione e al metodo di prova ed errore: dagli esami di laboratorio alle strumentazioni sempre più accurate che vengono messe a sua disposizione per individuare l'area interessata dalla malat-

tia. E anche le terapie adottabili si sono a loro volta moltiplicate e affinate, spesso riprendendo *modus operandi* già adoperati nei secoli all'interno delle varie civiltà che si sono succedute nei secoli confermando la validità di certe intuizioni o, di frequente, svalutandone la reale utilità dal punto di vista medico.

Dopo queste brevi considerazioni, secondo me necessarie per ragionare in maniera articolata e dare risposta al perché della mia associazione, nel titolo, tra medicine e terapie, dedichiamoci a quelle che ho definito "tecniche manipolatorie".

Ovviamente tali tipi di tecniche sono molto più numerose di quelle che esaminerò ma, siccome non sto facendo un trattato ma soltanto un breve excursus sui vari argomenti che sto trattando in modo da fornirvi una visione il più generale possibile, mi limiterò solamente ad alcune di esse particolarmente in auge in quest'epoca attuale.

Una delle tecniche manipolatorie più antiche come uso medico è il massaggio, ovvero la manipolazione da parte dell'operatore medico della massa muscolare dell'individuo e dei tessuti connettivali che collegano il suo sistema osseo.

Attraverso il massaggio si effettua una riattivazione del sistema sanguigno e di quello nervoso nella parte massaggiata, aiutando lo scioglimento di quelli che possono essere ritenuti dei piccoli vortici vibratori (per restare collegati all'insegnamento dei Maestri) che bloccano il fluire delle energie in una particolare zona del corpo.

E' evidente che il massaggio, come un po' tutte le tecniche manipolatorie, in realtà, non ha grandi effetti profondi ma le vi-

brazioni che il massaggiatore imprime alla materia del paziente agiscono principalmente sulla porzione di materia fisica assoggettata direttamente al massaggio e, di conseguenza, non ci si può aspettare che con un massaggio si possano risolvere problemi di grande portata o che derivino da disfunzioni collegate agli organi più interni dell'individuo.

Come qualsiasi sportivo sa, per averlo spesso sperimentato direttamente, un massaggio risolve di frequente problemi di contrattura o affaticamento muscolare dando anche sollievo al dolore nelle situazioni più complesse in cui il danno fisiologico è più ampio.

Con questa tecnica si ottengono anche degli effetti collaterali che non riguardano strettamente la fisiologia del corpo di chi viene sottoposto al massaggio e, per comprenderlo meglio, basta fare il collegamento con ciò che sappiamo dell'insegnamento: quando in qualche parte dei corpi dell'individuo si formano nei vortici vibratorii, per piccoli che essi siano, la loro presenza disturba il fluire ottimale dell'intero sistema vibratorio del corpo dell'individuo, provocando sensi di fastidio o addirittura di dolore, arrivando a ripercuotersi in maniera più o meno accentuata sull'umore generale e sulla condizione psicologica dell'individuo.

Di conseguenza, lo scioglimento dei piccoli vortici vibrazionali interni alla massa muscolare della persona porta a uno scorrere più fluido delle energie al che corrisponde di conseguenza una maggiore sensazione di benessere percepita dal paziente che inevitabilmente si riflette sia a livello emozionale che psicologico.

Insomma, se avete bisogno di rilassarvi e scaricare un po'

dello stress che avete accumulato nell'affannosa corsa che accompagna quotidianamente la vostra esistenza, un buon massaggio che duri almeno mezzora credo proprio che possa essere un ausilio ideale!

Mentre le tecniche manipolatorie occidentali si basano sulla manipolazione materiale di zone del corpo del paziente, una tecnica proveniente dall'Oriente e attualmente adoperata anche in occidente, ovvero lo Shiatzu, adopera le mani del terapeuta non per "impastare" particolari porzioni di materia del corpo della persona, bensì per effettuare delle pressioni, a vari livelli di durata o di intensità, su punti particolari del corpo del paziente.

Si tratta di una tecnica che affonda le sue radici nei secoli (sembra che venga praticata da almeno millecinquecento anni) e, come accade per tutte le medicine e tecniche provenienti dall'Oriente, ha un substrato filosofico di ampia portata in cui l'individuo viene considerato nell'interezza delle sue componenti (concetto spesso trascurato nella medicina e nelle terapie occidentali più frequentemente mirate al sintomo o a zone particolari della fisiologia del paziente), e il concetto risanatore che sta alla base dell'intero procedimento non è tanto l'azione messa in atto dall'operatore ma il tentativo di indurre nel paziente un più attivo e fluido contatto con la sua coscienza più profonda con la finalità di aiutarlo a mettere in atto quei processi di autoguarigione che, secondo tale teoria, esistono, spesso ostacolati dalle incomprensioni individuali, all'interno di ogni individuo.

Sebbene gli operatori di tale tecnica la promuovano come

un coadiuvante delle altre tecniche usate dalla medicina occidentale in quanto ritenuta idonea per stimolare le reazioni immunitarie dell'organismo dell'individuo le varie ricerche effettuate non hanno evidenziato la possibilità che attraverso questa tecnica sia possibile veramente curare le malattie.

In fondo, gli effetti benefici che si possono ottenere sono assimilabili a quelli che si ottengono con il massaggio di tipo occidentale anche se, a ben vedere, la teoria di base è abbastanza vicina all'insegnamento che conosciamo e che ci dice che ogni individuo ha in sé la possibilità di agire efficacemente sui propri processi fisiologici, emozionali e psichici.

Resta il fatto, secondo me, che i processi di autoguarigione teorizzati si trattano comunque non di un raggiungimento consapevole e acquisito da parte dell'individuo ma di uno stato temporaneo e indotto dall'esterno, quindi limitato dalle condizioni del sentire dell'individuo e dai suoi bisogni evolutivi, fattori che si possono arrivare a risolvere veramente soltanto attraverso l'esperienza e la comprensione che essa porta con sé.

Infine, anche se non è una vera e propria teoria manipolatoria diretta, vorrei occuparmi anche dell'agopuntura.

Questo tipo di medicina ha origini (probabilmente cinesi) che si perdono molto lontano nel tempo, addirittura nell'ordine di millenni, anche se l'uso attuale di aghi metallici viene fatto risalire "soltanto" a circa duemila anni fa.

La tecnica pratica consiste nell'inserire degli aghi sottilissimi in determinati punti del corpo dell'uomo.

La teoria che sta alla base di questo procedimento è mol-

to complesso, in quanto prende spunto dalla filosofia spirituale cinese e dalla sua concezione dell'individuo come "centralina" delle energie cosmiche che lo attraversano.

Naturalmente non è questa sede quella adatta per fare un discorso approfondito di concezioni così complesse, mi limito ad accennare ai due concetti "pratici" che stanno alla base dell'intero procedimento dell'agopuntura: il corpo umano è attraversato continuamente da un flusso energetico che viene chiamato "chi" (la trascrizione del cinese ha creato diverse traslitterazioni del termine, per cui potete trovare diverse trasposizioni del termine nell'alfabeto occidentale) che non percorre il corpo dell'individuo in maniera caotica e casuale, ma lo fa seguendo dei principali canali di flusso, comuni a tutti i corpi degli individui, che vengono definiti "meridiani". La teoria dell'agopuntura afferma che inserendo gli aghi nei punti nevralgici dei meridiani è possibile influire sullo scorrere delle energie, fornendo la possibilità di sciogliere quei blocchi energetici che, secondo tale metodologia, sono la causa degli squilibri energetici che causano le malattie e l'eventuale sintomatologia ad esse associata.

Salta subito agli occhi la condivisione di alcuni dei punti principali della filosofia che ci è stata portata negli anni dalle nostre Guide: il corpo come intreccio vibrazionale e la malattia come derivazione di blocchi vibratorii interni al corpo.

Ragionando sulla questione sono arrivato alla conclusione (certamente non definitiva ma in via di sviluppo) che anche l'agopuntura, come molte altre medicine alternative, finisca con l'essere troppo rigida nel tentativo di schematizzare la costituzione dell'individuo: senza dubbio vi sono molti elementi

comuni da persona a persona, specialmente nei meccanismi e nei processi che vengono messi in atto al suo interno, ma l'estrema variabilità da individuo a individuo della condizione evolutiva e, di conseguenza, dei flussi vibratorii che accompagnano ogni incarnazione rendono ogni essere umano un microcosmo in qualche maniera unico, con proprietà, reazioni e sviluppo dei processi che lo attraversano molto peculiari, per cui è difficile che quanto vale per un individuo abbia la stessa validità ed efficacia per un altro.

E questo, secondo me, è vero anche per la medicina ufficiale, tant'è vero che persone diverse reagiscono alle cure in maniera anche molto diversa l'uno all'altro.

E, ovviamente, per restare coerente con l'insegnamento che conosciamo, non possiamo non ricordare che a complicare viepiù le cose vi sono elementi che sfuggono inevitabilmente a un qualsiasi approccio scientifico e metodologico quali i bisogni evolutivi individui e l'influenza degli effetti karmici sulla loro vita.

Dal punto di vista della scienza medica tradizionale sono state effettuate diverse ricerche per testare la reale efficacia dell'agopuntura e, come è ormai prassi comune in questo tipo di ricerche, non è stato possibile giungere a una risposta sicura e definitiva, in quanto i risultati sono stati contrastanti da una ricerca all'altra, non solo per quanto riguarda l'eventuale efficacia di tale tecnica sulle malattie ma anche semplicemente sul semplice effetto dell'annullamento del dolore che in taluni casi è stato riscontrato mentre in altri no, fornendo così ragionevolezza al dubbio che i risultati talvolta ottenuti siano dovuti essenzialmente all'intervento dell'effetto placebo.

Naturalmente la scienza ufficiale dichiara che non esiste alcuna prova scientifica della reale esistenza del "chi" o dei "meridiani" e, d'altra parte, non può essere che così, dal momento che si tratta di vibrazioni di materia non solo fisica (e quindi misurabili dalle apparecchiature adoperate all'interno del piano fisico) ma anche di vibrazioni molto più sottili di materia degli altri piani di esistenza, quanto meno di quelle materie che vanno dal piano astrale a quello akasico, vibrazioni che gli strumenti attuali della scienza non sono in grado di percepire e, quindi, di valutare dal punto di vista scientifico.

Questo fatto, naturalmente, non costituisce una prova sicura che tali elementi non esistano e sta all'obiettività degli scienziati e alla loro onestà intellettuale riconoscere che, pur non essendoci alcuna prova a sostegno della loro reale esistenza, non vi sono neppure prove certe che si tratti soltanto di elucubrazioni fantasiose e prive di alcun fondamento.

Fatte queste considerazioni immagino che vi chiederete, a questo punto, se le varie medicine abbiano veramente una loro efficacia o no e se, per esempio, sottoporsi all'agopuntura per eliminare un qualche tipo di sintomo può essere utile o è un percorso privo di una qualche utilità.

Non ho una risposta soddisfacente da potervi sottoporre, se non suggerirvi di provare e vedere se (effetto placebo o meno) un determinato tipo di terapia ha o no qualche effetto positivo sulla vostra condizione di paziente.

Un ultima cosa, prima di terminare questo mio intervento: ho visto che molto spesso, attualmente, vi sono correnti mediche (o pseudomediche) che invitano ad abbandonare la medicina ufficiale per avventurarsi in cure diverse e, spesso, molto

fantasiose.

Ritengo che questo sia un errore perché la medicina tradizionale aiuta, quanto meno, ad attenuare i sintomi del paziente.

In fondo, si possono provare le medicine alternative usando in parallelo con quelle tradizionali ottenendo, in questo modo, un'eventuale possibilità in più di trovare un sollievo ai propri sintomi. (Francesco)

Incontro con le Guide di novembre

Sommario: ciò che si è e ciò che si vorrebbe essere, sensi di colpa e somarismi, i bisogni propri e quelli degli altri, interagire con la vita.

Padre mio,

io vivo la mia vita in continua contrapposizione tra ciò che sono e ciò che vorrei essere, col risultato che, talvolta, provo quasi il desiderio fortissimo di smettere di lottare e di diventare una nuvola in balia di ogni sospiro di vento, lasciandomi trasportare nel cielo dovunque il vento si stia dirigendo.

Io guardo il mondo in cui sono inserito e mi chiedo se esso sia come sia perché io l'ho creato così o perché è stata la Tua volontà a condurlo a essere così com'è.

Ma come posso pensare che le guerre, gli eccidi, le ingiustizie, le prevaricazioni, le torture, le devastazioni dell'ambiente e della natura siano frutto della Tua volontà e non della mia, senza sentirmi colpevole per aver anche solo osato elaborare un pensiero così?

E per questo, Padre mio, il senso di colpa diventa un malevolo avvoltoio che mi guarda dall'alto della mia spalla, opprimendo il mio intero essere e facendomi sentire inadeguato e incapace di rendere diverso il mondo che abito.

Restami sempre vicino, Padre mio, a aiutami a superare me stesso e la mia pochezza. (Viola)

D - Esistono sensi di colpa non collegati ai somatismi?

Considerando quella che abbiamo descritto essere la causa scatenante dell'insorgenza dei somatismi mi sembra che non sia proprio possibile dare una risposta affermativa a questo quesito.

Se, infatti, accettiamo la considerazione basilare che il somatismo sia la ripercussione, all'interno del piano fisico, delle incomprensioni che non sono state risolte dell'individuo incarnato nella struttura del corpo della sua coscienza e ricordiamo che i sensi di colpa vedono la loro nascita e il loro evolversi in conseguenza del raffronto che compie il corpo della coscienza con i dettami provenienti dagli Archetipi Permanenti portati nel Cosmo dalla Vibrazione Prima, non possiamo non renderci conto, a livello estremamente logico, che sia i sensi di colpa che i somatismi che ne derivano hanno il loro punto di contatto e di collegamento proprio nel senso di disagio avvertito dal corpo akasico nel suo rapportarsi con le norme stabilite come fisse, immutabili e universalmente valide dal tessuto stesso della costituzione della Realtà.

Questo, senza ombra di dubbio, conduce a concepire le incomprensioni dell'individuo come il nucleo fondamentale dei processi di formazione dei vari tipi di somatismo che si manifestano nella vita dell'individuo nel corso delle possibilità di sperimentazione che la sua condizione di creatura incarnata gli

offre come strumento per acquisire elementi che gli permettano di superare e risolvere ogni sua incomprensione interna.

Se questo può essere ritenuto vero e valido, come conseguenza logica e razionale, nella spiegazione della correlazione tra senso di colpa e somatismo, spostando l'attenzione dalla teoria filosofica alla pratica osservata dall'interno dell'esistenza bisogna tenere conto di quella che è, invece, la percezione dell'individuo di tale problematica che, apparentemente, potrebbe far arrivare con facilità alla conclusione che vi siano sensi di colpa che non provocano effetti somatici o che possano esistere effetti somatici che non sia possibile far risalire a un qualche senso di colpa particolare.

In effetti, buona parte dei sensi di colpa che costellano i movimenti interiori dell'individuo non vengono riconosciuti sempre come tali dall'individuo (e tale mancanza di riconoscimento è, con tutta evidenza, il derivato dei meccanismi di difesa dell'Io che cerca, in questo modo, di preservare se stesso e l'immagine che egli ha di se stesso e che si adopera per mantenerla inalterata con la finalità di tentare di garantire la sua stabilità e, quindi, cercare di evitare la sofferenza che ogni condizione di incertezza e di instabilità attiva nei suoi processi interni), ed è proprio tale mancanza di consapevolezza da parte dell'individuo incarnato che gli fa percepire come irrilevante o addirittura inesistente al suo interno la presenza di sensi di colpa attivi, il che può portarlo a ritenere che un qualsiasi somatismo che lo affligge sia attribuibile soltanto a meccanismi di tipo fisiologico se non, addirittura a cause esterne che non gli competono.

Noi sappiamo che l'individuo incarnato non è fatto di parti

a sé stanti, bensì è costituito da una somma di elementi inestricabilmente connessi e interagenti, e che, di conseguenza, una cosa è la percezione che arriva alla consapevolezza dell'individuo incarnato e un'altra è la complessa realtà dei vari processi che attraversano l'insieme delle sue componenti sia fisiche che emotive, psichiche ma, anche, spirituali.

Ovviamente nel gioco delle percezioni individuali non è trascurabile l'intensità posseduta dal senso di colpa in gioco: la maggior parte dei sensi di colpa, in effetti, non ha una forte intensità (dipendente, giova ripeterlo, dal grado di incomprendimento che sta alla sua base) e molti sensi di colpa, con i relativi somatismi che li accompagnano, si sciolgono velocemente a mano a mano che l'individuo incarnato acquisisce dall'esperienza di vita quegli elementi che gli erano necessari per risolvere l'incomprensione che sta alla loro base, cosicché tali sensi di colpa non hanno neanche la possibilità di arrivare alla consapevolezza dell'incarnato e trovano una loro naturale risoluzione attraverso i meccanismi che accompagnano il processo evolutivo dell'individuo e, come conseguenza diretta di tale meccanismo, anche i processi somatici che li accompagnano trovano un rapido decadimento della loro influenza, risolvendosi in maniera altrettanto veloce. (Vito)

D - Ci possono essere sensi di colpa (se è possibile chiamarli così) che devono la loro nascita solo ai contrasti tra il comportamento dell'individuo e le "norme" degli Archetipi Transitori a cui è collegato?

Non bisogna commettere l'errore di considerare gli Archetipi Transitori degli elementi a sé stanti e non inseriti nel microcosmo dell'individuo: senza dubbio la sperimentazione di un qualsiasi Archetipo Transitorio può far nascere nell'individuo che lo sta sperimentando dei sensi di colpa derivanti dal contrasto con ciò che viene etichettato come giusto/sbagliato dalle norme socio/ambientali che si trova a sperimentare, ma tali sensi di colpa costituiscono solo le propaggini più limitate e parziali del senso di colpa reale che è quello, come abbiamo visto in precedenza, che è derivante dal raffronto tra il corpo della coscienza dell'individuo e i dettami della Vibrazione Prima.

Se vogliamo fare un esempio pratico, chi sta sperimentando un Archetipo Transitorio che lo deve condurre a riconoscere la parità di diritti per qualsiasi essere umano incarnato può vedere nascere un senso di colpa nel momento in cui tale parità viene elusa in vista di un qualche tipo di vantaggio personale che lo induce ad applicarlo, magari, solo a particolari frazioni dell'umanità che, in quel particolare momento e condizione evolutiva l'individuo sente di condividere con chi sta compiendo assieme a lui quello specifico tipo di percorso.

Tale senso di colpa - che potremmo definire "parziale" - ha tuttavia l'importante compito di portare gradualmente la comprensione dell'individuo all'accettazione dell'Archetipo Permanente della Fratellanza, secondo il quale il principio della parità dei diritti vale per qualsiasi individuo incarnato, senza alcuna distinzione di religione, colore della pelle, sesso, età e via dicendo. (Ombra)

D - Ma come si fa a vivere un senso di colpa positivamente? Come se questi fosse una benedizione, o il somatismo allacciato non esistesse? Sembrano domande di non accettazione, ma credo che prima di una vera accettazione questi quesiti sorgano spontanei da chi affronta la questione.

Non vi sono modi diversi di poter vivere un senso di colpa in maniera positiva: l'unica reale possibilità per farlo è quella di accettare che esso è un attrattore della nostra attenzione su quegli elementi che non siamo ancora riusciti a comprendere.

Se osserviamo il senso di colpa in questa prospettiva, non possiamo fare altro che arrivare veramente a considerarlo una benedizione, dal momento che ci costringe ad occuparci di un nostro profondo bisogno che, altrimenti, chissà quando troveremmo il coraggio di affrontare veramente e a viso aperto.

Io credo che nessun essere umano incarnato possa mai per davvero vivere un somatismo che rende la sua vita difficile e faticosa come se non esistesse (se questo fosse veramente possibile gran parte dell'utilità e della funzione stessa del somatismo, se ci ponete un attimo di riflessione, andrebbero perduti), ma vi è una grande differenza tra il subire l'effetto somatico e il cercare di rendere tale effetto lo stimolo per il raggiungimento di una maggiore comprensione.

In entrambe le condizioni si arriverà, comunque, sempre alla risoluzione del senso di colpa, ma è evidente che i tempi in cui ciò accadrà saranno, con tutta evidenza, anche molto diversi nei due casi.

Immagino che, a questo punto, alcuni di voi tentenneran-

no affermando che esistono dei somatismi che non possono essere risolti e che neppure il raggiungimento della comprensione potrà eliminare, specialmente in presenza di danni fisiologici irreversibili, e credo che questa perplessità possa anche essere comprensibile.

Per comprendere come ciò possa essere giustificato bisogna fare un paio di considerazioni.

La prima (e anche quella più alla portata di ogni individuo incarnato, anche il più estraneo al corpus dell'insegnamento filosofico che vi è stato portato in questi decenni) consiste nel fatto che qualsiasi problematica sintomatica che accompagna il somatismo si rafforza e tende a diventare una "norma" nell'organizzazione fisiologica dell'individuo se non viene contrastata in alcun modo, acquisendo caratteri di cronicità che risultano, poi, più difficili da risolvere in maniera definitiva dato che la mancanza di intervento ha dato modo ai corpi dell'individuo di stabilizzare i percorsi alternativi di compensazione che i loro meccanismi interni mettono in atto per cercare, in accordo con le loro automatiche possibilità di intervento, di ristabilire un equilibrio interno il meno dirompente possibile.

Il meccanismo è lo stesso, per fare un esempio, di quello che accompagna una bronchite a lungo ignorata e trascurata e che porta al costituirsi di una sua cronicità che non è una condizione di salute fisiologica in quella direzione bensì un riequilibrio delle funzioni di reazione del fisico che inglobano la presenza di un elemento destabilizzante facendolo percepire ai meccanismi di difesa automatici come una condizione non certo ottimale ma, quanto meno, in qualche modo almeno in parte controllabile.

Lo stesso procedimento può essere individuato nei confronti delle problematiche spirituali, in particolare, tenendo conto dell'ambito in cui ci stiamo muovendo quest'oggi, nei confronti delle incomprensioni e del non occuparsi di esse in maniera adeguata: il trascurarle, l'ignorarle, il rimandare il confronto con esse finisce, alla lunga, con rendere più forti i vortici vibratorii che le accompagnano arrivando a creare quei nodi vibratorii di difficile o decisamente faticosa risoluzione che abbiamo definito, negli anni, "cristallizzazioni".

Un secondo elemento, proponibile in particolare soltanto a tutti coloro che conoscono un po' più profondamente l'insegnamento e i suoi molteplici elementi, è il karma.

Sappiamo che gli effetti karmici non sono interpretabili come una punizione divina ma come un estremo tentativo di insegnamento che riflette sull'individuo gli effetti di ciò che ha compiuto sia nel corso della vita che sta vivendo che nel corso di vite precedenti, facendogli avere l'esperienza personale diretta di ciò che la sua mancanza di comprensione ha propagato intorno a sé.

Spesso gli effetti karmici sono risolvibili velocemente (alla stregua, come avevamo accennato in precedenza, di gran parte dei sensi di colpa) a meno che l'incomprensione che sta alla base dell'effetto karmico non sia così profonda da possedere ormai una certa "cronicità", tale che soltanto un'azione "forte" può indurre l'individuo che lo subisce ad operare attivamente per cercare di modificare le condizioni che gli stanno portando disagio e sofferenza.

Da quanto appena detto, mi sembra che risulti più che evidente che in presenza di un effetto karmico di grande porta-

ta il somatismo abbia poche reali possibilità di essere risolto nel corso della sola vita corrente, e questa constatazione può aiutare a comprendere perché vi siano somatismi (sia di tipo fisico che emotivo o psichico) che accompagnano in maniera costante gran parte dell'esistenza di un individuo incarnato senza poter veramente essere scalfiti dagli interventi esterni che possono venire tentati per risolverli.

“Ma – sono sicuro che arriverete ad obiettare – se l'incomprensione di base viene risolta?”

In questo caso può accadere quello che comunemente viene definito “miracolo” ovvero accade che, al di là di ogni conoscenza scientifica e di ogni logica razionale, il somatismo scompare.

Questo, come potete desumere dalla rarità di una tale casistica, non accade di frequente ed è piuttosto ovvio che non possa essere che così.

Se, infatti, il somatismo ha una forte componente karmica che, con buona probabilità, è conseguenza di un'incomprensione che si è “cronicizzata” nel corso di più vite ha la necessità di sciogliere un po' alla volta la cristallizzazione che l'accompagna acquisendo quegli elementi di comprensione collaterale che aiutano, gradatamente, a rendere la cristallizzazione in grado di perdere via via la sua rigidità in concorso con il posizionamento di nuove sfumature di sentire all'interno del corpo della coscienza individuale, a cui fa seguito l'ovvio ampliarsi del sentire stesso. E questo, chiaramente, avviene non in maniera immediata ma attraverso le nuove esperienze affrontate nel corso non di una sola bensì di più vite.

Il cosiddetto “miracolo” viene erroneamente percepito

come una risoluzione immediata del somatismo in corso, ma questa è un'errata percezione da parte della consapevolezza limitata dell'individuo incarnato e la risoluzione che appare immediata, in realtà, è il frutto di un lavoro che è stato effettuato nel corso di più vite e il cui risultato finale si manifesta con un intervento risolutore apparentemente miracoloso alla consapevolezza dell'individuo che non ha quasi mai una corretta coscienza del reale lavoro che viene compiuto all'interno del corpo akasico.

D - Mi sorge la domanda: ma c'è differenza tra i due concetti? (somatismo e karma?)

In effetti i due concetti hanno un forte parallelismo e sono difficilmente considerabili separatamente.

Se proprio pensiamo di dover assegnare loro una differenziazione a livello filosofico, possiamo pensare al somatismo come la manifestazione percepibile degli effetti conseguenti alla presenza di una o più incomprensioni (quindi una sorta di regolamento interno del processo evolutivo dell'individuo all'interno del suo microcosmo personale) mentre il karma investe il processo dell'individuo non solamente nel suo essere individuo ma anche nel suo essere inserito in un macrocosmo che necessita di mantenere intatti e coerenti gli equilibri al suo interno partendo dal favorire il riequilibrio perduto nei diversi microcosmi che strutturano la Realtà. (Rodolfo)

D - Esercitare una certa "coercizione" verso noi stessi signi-

fica fare una certa "violenza" per accettare o imporci uno stato d'animo?

Accettare o imporsi uno stato d'animo sono due termini difficilmente accomunabili.

Credo che sia veramente necessario ricordare ancora una volta, che il nostro uso del termine "accettazione" non è sinonimo di rassegnazione e, quindi di passività nei confronti di quelle situazioni che possono provocarci delle problematiche, il più delle volte accompagnate da sensazioni di sofferenza.

Secondo il nostro... filosofeggiare, accettare significa prendere atto della realtà di ciò che si sta vivendo e del fatto che essa non sia a noi estranea o che non si abbia alcuna responsabilità in ciò che ci sta accadendo: le nostre responsabilità, grandi o piccole, sono sempre individuabili in ogni fatto della nostra vita, anche quelli apparentemente più indipendenti dalle nostre azioni, e la comprensione (e le eventuali compensazioni che è possibile mettere in atto) di quelle che sono le proprie personali responsabilità, per piccole che esse possano apparire, sono comunque il percorso da cercare di perseguire per provare a modificare quelle situazioni che ci mettono faccia a faccia con la nostra realtà.

Non è possibile imporsi l'accettazione di qualcosa a meno che non si intenda l'accettazione solamente come una facciata da presentare agli altri, una maschera benevolente per apparire diversi e, possibilmente, migliori di quello che si è. (Fabius)

D - Secondo me ci sono situazioni in cui l'individuo ricono-

sce che ci sono dei bisogni oggettivi da parte degli altri (es.: familiari) che richiedono la propria attenzione e dei bisogni propri che richiedono la propria ... soddisfazione.

La contrapposizione continua tra i bisogni delle persone che ci stanno accanto e quelli che vengono vissuti (quasi sempre sotto l'influsso dell'Io) come propri bisogni personali è uno dei motori che aiuta l'individuo a interagire con la realtà soggettiva che sta sperimentando nel corso dell'incarnazione, e trovare l'equilibrio tra la soddisfazione di bisogni spesso così diversi non è affatto facile o di soluzione immediata, come saprete certamente tutti voi per diretta esperienza personale ogni volta che, per esempio, un vostro figlio di pochi mesi si sveglia piangendo di notte perché ha fame, costringendovi a interrompere il sonno di cui avete una grande necessità dopo, magari, una giornata convulsa ed estenuante.

L'Io vi grida: "Lascialo piangere, continua a dormire, anche perché (con la sottile furbizia che l'Io a volte sa mettere in atto), se no, resti più nervoso e il piccolo ne risente".

La vostra coscienza, invece, vi dice "Alzati e soddisfa il suo bisogno perché è primario rispetto al tuo!"

Apparentemente entrambe le teorie hanno elementi di giustizia ma, allora, quale è più giusto praticare?

Difficile a dirsi, specialmente quando si è stanchi, nervosi e assonnati!

E' per questo che l'esistenza viene incontro fornendo gli elementi per aiutare a prendere la decisione migliore: il bimbo continua a urlare finché il suo bisogno primario non viene soddisfatto e il genitore sarà costretto ad alzarsi come un sonnambulo.

bulo per accontentarlo per poi, finalmente, poter ritornare al suo necessario sonno ristoratore.

Questo esempio può essere considerato come un esempio dei suggerimenti della Vibrazione Prima: secondo ciò che essa proclama come indubitabilmente giusto vi è un preciso ordine di precedenza nel soddisfacimento dei bisogni: prima dei propri dovrebbero (e lo dico al condizionale perché non è certo una cosa che avete ormai acquisito in maniera stabile e definitiva) venire soddisfatti prima i bisogni di chi è più indifeso, di chi ha meno possibilità di gestione della sua vita, di chi non ha i vostri mezzi fisiologici, culturali o economici per risolvere direttamente le sue difficoltà, tenendo presente che chi è in possesso di maggiori mezzi e di maggiore evoluzione ha in contemporanea anche una maggiore quantità di responsabilità nei confronti di tutti coloro che non hanno le sue stesse possibilità o qualità spirituali.

Ma può anche venire considerato come un'esemplificazione di quanto dicevamo in precedenza rispetto al concetto di accettazione: l'accettazione della realtà del bimbo che scardina il sonno del genitore con il suo pianto, spinge il genitore all'azione, arrivando a fargli mettere in atto la messa temporanea in disparte dei propri bisogni personali per ottemperare ad altri bisogni più pressanti, aiutato in questo (e sembra strano a dirsi!) dall'Io stesso che si rende conto che mettendo in atto questa dinamica che normalmente non attuerebbe dando la precedenza a se stesso ottiene, alla fine, il risultato collaterale di appagare se stesso ritrovando la possibilità di ritornare, finalmente, a dormire.

D - Mi sorge sempre un grosso dubbio: in una situazione faccio una rapida analisi dei vari elementi e scelgo il comportamento che poi andrà a crearmi meno sensi di colpa, quello che ritengo più vicino al mio ideale morale ... oppure scelgo quello che mi fa più comodo essendone consapevole, tanto ciò che conta è non mentire a se stessi, e sono pronta anche a prendermene le conseguenze.

Indubbiamente, se la tua vita è lasciata principalmente nelle mani del tuo Io, la tua scelta tenderà quasi sempre ad essere quella di scegliere ciò che per te sarà più comodo, senza minimamente pensare ai sensi di colpa che il tuo comportamento egoistico potrà eventualmente far nascere dentro di te. Naturalmente ciò comporterà delle conseguenze che, in maniera inevitabile, si rifletteranno su di te nel tempo, costringendoti a confrontarti con le tue scelte sbagliate.

Se, figlio mio,

ti rendi conto che le tue scelte sono frutto del tuo egoismo, non per questo devi smettere di scegliere, perché smettere di scegliere diventa arrenderti al tuo egoismo, rendere la tua vita insapore, impedire la manifestazione delle tue emozioni, negare alla tua mente la ricerca del senso della tua vita e negarti la possibilità di trovare una risposta ai mille perché che ti assillano e che fatichi a giustificare.

La tua vita è come una tavola apparecchiata su cui io ho disposto tutti gli strumenti per renderla soddisfacente ai tuoi bisogni, facendo sì che tu possa sperimentare anche i cibi più

apparentemente lontani dalle tue esigenze, trovando nella complessità e nella diversità quegli appagamenti che abbisognano non solo al tuo corpo fisico ma anche, e soprattutto, alla tua coscienza.

Non abbandonarti inerte al fluire della vita ma interagisci sempre con essa e vedrai che da essa riceverai sempre in cambio molto di più di quello che ti saresti potuto aspettare: ogni dolore e ogni gioia, ogni appagamento e ogni privazione, ogni difficoltà e ogni aiuto che incontrerai, ogni percossa e ogni carezza che sfiorerà la tua guancia insaporirà la tua esistenza facendoti sentire vivo, attivo, partecipe, uno e indivisibile con la Realtà di cui sei parte essenziale e insostituibile portandoti l'estrema consapevolezza che tu sei me e che io sono te in una maniera così profonda e piena d'amore che non la potrai mai perdere, sciogliendoti in essa pur nella piena coscienza di ciò che sei stato, di ciò che sei e di ciò che sarai, per sempre.

Ti amo, figlio mio (Scifo)

Medicine a base filosofico-spirituale

Con la classificazione “medicine a base filosofico-spirituale” intendo portare la nostra attenzione su quelle medicine che non seguono i percorsi tipici della medicina ufficiale occidentale ma osservano l’individuo fondando le loro teorie su un complesso castello di elementi filosofici, alla cui base è situato il concetto dell’esistenza di una dimensione dell’essere umano più complessa di quella concepita dalla scienza, dimensione che finisce con lo sfociare e, spesso con il confondersi totalmente, con concezioni strettamente filosofiche o addirittura religiose e, quindi, abbastanza distanti dalla concezione dell’uomo secondo il punto di vista della medicina di tipo “scientifico”.

Diciamo subito – prima di dare il via alla partenza di eventuali contestazioni – che nessuna di queste medicine (persino lo yoga che, pure, risulta essere la pratica più accettata ufficialmente) ha trovato una legittimazione di tipo scientifico e che non esistono prove incontestabili della loro reale efficacia curativa derivanti dagli studi fatti in ambito scientifico.

D’altra parte è evidente che non possa essere che così, vi-

sta la diversa collocazione nella Realtà che viene attribuita all'individuo: da una parte vi è l'uomo "scientificamente" considerato, inserito nel mondo fisico, con le sue reazioni fisiologiche all'ambiente e alle influenze esterne cui è sottoposto e che viene definito, nel migliore dei casi, come un incrociarsi di elementi fisiologici, emotivi e psichici.

Dall'altra, vi è l'essere umano considerato come elemento di un'architettura della Realtà che comprende il suo essere una creatura che possiede anche una sua dimensione spirituale, collegata, unita, dipendente e influenzata dal processo evolutivo che agisce sulla totalità della Realtà.

Sono, con tutta evidenza, due posizioni molto diverse e apparentemente del tutto inconciliabili tra di loro se osservate dal punto di vista scientifico, visto che la scienza non ha la possibilità di provare l'esistenza di forze che, per loro stessa natura, sfuggono alle possibilità di analisi di qualsiasi strumentazione scientifica attualmente a disposizione dei ricercatori.

Comunemente vengono indicate con il termine **yoga** una molteplicità di correnti diverse (un vero e proprio labirinto di tecniche spesso molto simili tra di loro ma, talvolta anche in contrasto) tutte facenti capo a una radice teorica comune, proveniente da un sistema filosofico indiano che risale per lo meno ad alcuni millenni fa e che fa capo ad antichi testi filosofico-religiosi come i Veda e le Upanishad.

La pratica dello yoga è formata da alcuni elementi essenziali, tipici delle filosofie orientali, ovvero il rapporto tra corpo e spirito gestito (e, almeno teoricamente, gestibile dall'individuo)

attraverso la meditazione compiuta - grazie ai canali spirituali che appartengono a ogni individuo - in special modo attraverso i ritmi della respirazione e l'esecuzione di particolari posizioni della parte fisica del corpo umano che possono aiutare a convogliare e a far fluire in maniera più regolare le energie dell'individuo all'interno del suo corpo fornendogli anche la possibilità, attraverso la pratica costante e la meditazione, di convogliarle lungo percorsi mirati allo scopo di coadiuvare la risoluzione di qualche particolare problema fisiologico dell'individuo.

Questa mia descrizione è (e non può essere che così, vista l'ampiezza delle teorie in questione e la complessità filosofica che le accompagna) indubbiamente parziale e limitata ma, d'altra parte, il mio compito è solo quello di presentarvi una panoramica delle varie medicine, non di fare sfoggio di cultura o di presentarvi un trattato su questo argomento!

Arriviamo adesso a qualche elemento un po' più sostanziale.

Gli effetti curativi che persino la scienza ufficiale accredita alla pratica dello yoga sono collegati in maniera particolare alle reazioni fisiologiche di chi pratica tale percorso e che vanno dall'alleviamento dello stress fisico e psichico, al miglioramento dei processi cardiovascolari (questo, in particolare, come conseguenza di tecniche respiratorie che aiutano a regolare il fluire dell'ossigeno all'interno dei vari organi, coadiuvandone o regolarizzandone la funzionalità) fino alla tonificazione della massa muscolare e dei legamenti dei tessuti, risultando, così, utili specialmente per le persone anziane che non possono fare attività sportiva ma hanno bisogno di ritrovare, almeno parzial-

mente, una certa elasticità e tonicità corporea.

Altri eventuali e presunti effetti curativi di tale pratica sono tutti da dimostrare e, comunque, non possono prescindere da un adeguato stile di vita corretto, cosicché credo che risulti difficile comprendere quanto i risultati ottenuti siano dovuti alla pratica dello yoga o all'aver adottato uno stile di vita più corretto e sano,

Le controindicazioni che si possono incontrare sono poche e principalmente collegate ad un uso scorretto delle tecniche che possono, se non applicate correttamente e con conoscenza di causa, sovraccaricare oltre il lecito particolari zone della fisiologia dell'individuo turbando o disturbando l'armonia del suo complesso fisiologico.

Un'altra pratica attualmente abbastanza in voga (ahimè, anche in questo campo esiste la moda!) è il **Reiki**, proveniente dal lontano Giappone.

Diversamente da altre medicine alternative il reiki come forma curativa è nato soltanto in tempi piuttosto recenti, anche se la sua base teorica affonda le sue radici in concezioni che sono vecchie di secoli, se non addirittura di millenni e che presuppongono come substrato teorico di partenza l'esistenza di un'energia vitale universale (il "ki") che viene ritenuta essere presente come forza spirituale all'interno di qualsiasi manifestazione della Realtà.

Secondo tale medicina ogni individuo ha la possibilità di entrare in contatto e dirigere o governare tale forza vitale con la propria volontà per indirizzare il ki in maniera curativa verso le zone del corpo che abbisognano di essere curate, arrivando a mettere in atto processi interni di autoguarigione.

Se pure tale concetto può essere in parte accettato (non è poi così lontano, ad esempio, dalla concezione del lavoro compiuto dal sistema immunitario per difendere o contrastare l'influenza di agenti patogeni che cercano di destabilizzare l'equilibrio interno del corpo fisico dell'individuo) tuttavia esso presta il fianco a molte critiche, specialmente nel momento in cui si è cercato di dare al reiki funzionalità alquanto aleatorie e "spettacolarmente" fantasiose, quali la possibilità di guarire a distanza, finendo con lo sfociare in collegamenti con pratiche magiche poco credibili.

Certo, l'affermazione dell'esistenza di un'energia vitale universale dà adito a immaginare la possibilità di proiettare la propria volontà in qualsiasi punto della Realtà e di usarla per modificare porzioni di tale energie nel senso voluto (cosa teoricamente ammissibile), se non che, personalmente, mi sembra una semplificazione un po' facilona che conduce a falsi sensi di potenza o a pericolose illusioni: certo, chiunque, con un bisturi in mano può praticare un taglio in un corpo ma da lì a sapere come, dove, quando e in quali condizioni tagliare per non finire col produrre più danni che benefici, il passo, a mio parere, è davvero molto lungo.

E' un po' lo stesso concetto che le Guide in passato hanno espresso a proposito della magia: teoricamente è possibile operare "magie", il problema è che bisogna sapere in maniera precisa e approfondita come farlo, altrimenti non vi è alcun risultato se non quello di vivere di illusioni e di autoconvincersi, anche contro ogni logica, che i cambiamenti che si notano sono l'effetto della propria azione "magica".

Credo che sia indubbio che nel caso del reiki possa avere

buon gioco sull'osservazione di presunti risultati curativi l'effetto placebo, ma vorrei anche aggiungere che il posizionamento del reiki all'interno di spunti magici e di teorie talvolta anche un po' strampalate può indurre le persone sprovviste a cadere in balia di sedicenti Maestri del Reiki, con tutte le problematiche di suggestione e di condizionamento psicologico che da ciò possono conseguire.

Non si può fare, ovviamente, di tuttata un'erba un fascio ma mi permetto di suggerire una buona dose di cautela e di non perdere di vista il principio fondamentale nell'affrontare questo tipo di cose, ovvero il buon senso.

Non vorrei sembrare troppo negativo con le mie affermazioni precedenti, così vi dico che, secondo me, con questa pratica si possono ottenere dei risultati (anche se non certo eclatanti o realmente risolutivi di situazioni patologiche) che si riducono, però, a una benefica osservazione di se stessi, al far propria la concezione che si è parte di un tutto e che è sempre utile perseguire la ricerca dell'equilibrio e dell'armonia non solo al proprio interno ma anche all'interno del proprio ambiente e della società in cui si conduce la propria vita.

L'ultima medicina di cui vi vorrei parlare è la medicina che ha le sue radici nell'**antroposofia** di Rudolf Steiner.

Rudolf Steiner ha seguito per alcuni anni la Società Teosofica dalla quale si è poi staccato in seguito a divergenze concettuali, arrivando a fondare una propria scuola di pensiero denominata appunto antroposofia.

I suoi studi esoterici sono alla base delle sue teorie che tendono a riportare l'attenzione dell'individuo ad una visione

più allargata della spiritualità che non comprenda solo il ristretto ambito individuale ma che consideri l'individuo come una parte microcosmica di una spiritualità che, invece, è di tipo macrocosmico.

In Antroposofia è centrale la concezione di base dell'essere umano (di chiara provenienza teosofica, scuola che, d'altra parte, ha attinto a piene mani dalle filosofie orientali, in particolare quelle di origine indiana) come un'unità composta da quattro componenti corporee che vanno dal corpo fisico al corpo spirituale, e l'idea che la malattia sia il risultato da una disarmonia tra le quattro componenti dell'individuo e, di conseguenza, sia il sintomo rivelatore di uno squilibrio interiore che non è più solamente fisico ma anche emotivo, psichico e spirituale.

Per cercare di ricreare l'equilibrio perduto l'antroposofia percorre diverse strade: una di queste è la somministrazione di farmaci per la maggior parte di origine naturale (e molti ritengono questo approccio molto simile a quanto proposto dalla medicina omeopatica). Ma, considerata la filosofia di base dell'antroposofia, l'uso dei farmaci non può essere considerato l'unica via percorribile perché limitato alla parte fisica dell'individuo che, invece, per l'antroposofia è ben più complesso e articolato nella sua struttura.

Per completare e integrare il trattamento con farmaci la medicina antroposofica ha allora escogitato degli strumenti di supporto e completamento strutturando una terapia complessa (e molto individualizzata, anche se basata su uno schema generalmente valido per qualsiasi individuo) che contempla sia l'uso di tecniche accessorie particolari, specialmente di tipo

psicologico e proiettive, come l'arteterapia, sia l'impiego di diete, massaggi, bagni e via dicendo, con lo scopo, come accennavo prima, di "soddisfare" e risolvere gli squilibri di tutte le componenti dell'individuo e non solo quelli della sua parte strettamente fisica.

Come potete immaginare non si tratta di un tipo di terapia che possa diventare autogestita (a differenza di quanto proposto da altre medicine, come ad esempio il Reiki), ma deve essere seguita e prescritta dagli operatori specializzati.

Ovviamente non è il caso che io mi addentri maggiormente nella questione, dal momento che quello che ci interessa di più è sapere se tale medicina possa ottenere dei risultati validi oppure no.

Anche in questo caso – come accaduto per le varie medicine alternative che abbiamo considerato – dal punto di vista scientifico non esistono prove di una reale efficacia terapeutica, se non per le risultanze che possono essere facilmente fatte risalire a remissione dei sintomi grazie ai meccanismi fisiologici interni del corpo dell'individuo o all'onnipresente effetto placebo, vero e proprio "deus ex machina" della medicina ufficiale nei casi in cui non trova un altro tipo di spiegazione scientificamente accettabile.

Prima di salutarvi, vorrei per un attimo ancora soffermarmi su questa "classe" di medicine che abbiamo appena osservato in relazione agli insegnamenti che ci sono stati dati in questi decenni dalle Guide.

Indubbiamente in tutte le loro teorie di base possono essere ritrovati molti dei concetti che compaiono anche nell'inse-

gnamento dei nostri Maestri, i concetti di armonia ed equilibrio sopra tutti.

La differenza principale risiede, a mio avviso, in una visione più ampia e più onnicomprensiva – senza mai perdere di vista la logica e il buon senso – nella quale tutto può essere ricondotto in maniera tale da permettere di trovare sempre una concatenazione di causa ed effetto che colloca tutto ciò che riguarda l'individuo in una dimensione che veramente lo determina come parte integrante di un disegno molto più ampio di quello limitato del suo essere "qui e ora" all'interno del piano fisico.

Nel corpo dell'insegnamento delle nostre Guide può essere, secondo me, trovata ogni risposta che si va cercando, senza dover fare rocamboleschi atti di fede o senza affidarsi a teorie "magiche", e il poco che può restare oscuro alla nostra osservazione, a mio parere, è principalmente dovuto a nostri difetti di ragionamento o di capacità di sintesi (oltre, ovviamente, alla nostra tendenza a essere estremamente soggettivi e, quindi, poco obiettivi). (Francesco)

Incontro con le Guide di dicembre

Sommario: i colori della Terra, l'atmosfera dell'individuo, i corpi spirituali, ripresa delle domande sui colori.

Adesso che ho la possibilità di osservare il nostro meraviglioso pianeta da diversi punti di osservazione, la mia meraviglia e il mio stupore per la sua bellezza ne escono accresciuti, confermando le sensazioni che provavo quando, incarnato, la mia percezione soggettiva della realtà in cui ero inserito mi permetteva soltanto una visione limitata e parziale di tale realtà, pur avvertendo già allora, dentro di me, la certezza che tale bellezza pervadeva non soltanto la piccola porzione di mondo in cui conducevo la mia esistenza ma tutto il pianeta e l'immenso cosmo di cui fa parte.

Questa sensazione che premeva dentro di me con forza non mi rendeva orgoglioso né mi faceva sentire il centro dell'universo e il perno attorno al quale esso ruotava ma, al contrario, suscitava in me un senso di estrema umiltà e consapevolezza della mia pochezza – anch'essa, non si può far a meno di riconoscerla, meravigliosa in se stessa – di fronte alla vastità e all'armonia del creato.

E queste considerazioni facevano sorgere in me un forte

senso di appartenenza e una profonda gratitudine per il posto che il Grande Spirito mi aveva riservato all'interno del suo incommensurabile disegno.

Osservando il pianeta dall'alto dello spazio la sua bellezza splende ancora come se nulla fosse mai cambiato e nulla abbia mai potuto intaccare la sua magnificenza.

Ma, avvicinandomi alla superficie del pianeta, le ampie ferite che gli sono state inferte nei millenni appaiono in tutta la loro crudezza e il mio cuore sanguina all'evidenza di quanto sia ancora lontana quella meta evolutiva che la razza umana sembra fare così fatica a raggiungere, pur facendo parte del suo inevitabile destino.

L'opera dell'uomo sta turbando l'equilibrio dell'intero pianeta che, d'altro canto, così come accade al corpo dell'uomo, tende a ricreare il suo equilibrio interno, cercando di trovare nuove armonie che gli permettano di assolvere al meglio la sua funzione di ambiente che ha la sua ragione d'esistere nel permettere il manifestarsi dei processi evolutivi che lo percorrono.

Molti tendono a interpretare le calamità che sembrano presentarsi in maniera sempre più frequenti come una ribellione del pianeta alle vessazioni continue a cui è sottoposto, ma in realtà non è così: il pianeta ha le sue reazioni naturali e una sua consequenzialità logica dei fenomeni che l'attraversano, tutti tendenti a mantenerlo intatto e a preservare integra la sua funzionalità evolutiva, e non è suo compito preoccuparsi del singolo individuo o, se per questo, neanche della singola razza: la sua priorità è e resta, sempre e comunque, quella di cercare di preservare intatti i vari ambienti che contiene o di crearne di nuovi in armonia che il Grande Disegno di cui fa parte.

Ecco, così, che si verificano i sommovimenti tellurici, lo scioglimento dei ghiacci e il conseguente innalzamento delle acque, l'inaridimento di certe zone controbilanciate dalla nuova – anche se non ancora evidente – fertilità di altre, preparando cambiamenti climatici e di zone abitative che possano coadiuvare i bisogni evolutivi della razza umana, in continua mutazione.

E, poiché nulla, nel Cosmo, è frutto del caso, ogni cambiamento dell'ecologia planetaria fa sempre da supporto al percorso evolutivo dell'essere umano, diventando fonte di insegnamento e di esempio di ciò che deve modificare nel suo modo di interagire con l'ambiente evolutivo in cui è inserito e di cui fa parte integrante.

La Terra dai mille colori manterrà intatto lo spettro di tonalità che la pervadono, anche se la loro distribuzione sul pianeta potrà essere anche estremamente diversa da era in era, continuando a suscitare stupore e meraviglia in ogni creatura che saprà osservarla non soltanto con gli occhi del corpo fisico ma specialmente con la più sottile e più ampia percezione del suo sentire e continuerà a mantenere intatta la tavolozza dei suoi colori fino a che vi sarà anche una sola creatura che avrà bisogno di lei per avvertire la sua completa appartenenza all'immensa totalità del Disegno che il Grande Spirito ha dipinto per lei. (Hiawatha)

D - In quale modo, anche la consapevolezza di essere immersi nella percezione soggettiva dei "colori", porta con sé delle conseguenze attraverso le quali possiamo "creare" un modo diverso di vivere la nostra vita?

In realtà si tratta di acquisire non la specifica consapevolezza della percezione soggettiva dei colori ma quella più generale della percezione soggettiva che caratterizza ogni specifico aspetto della vita da incarnato che riguarda un qualsiasi individuo.

Avere acquisito tale consapevolezza significa incominciare ad allargare la propria visuale del mondo e della realtà, spostando il suo baricentro dalla nostra persona per incominciare a includerla in una realtà più ampia e meno limitata.

Già questo spostamento di prospettiva è sufficiente per indurre un cambiamento epocale nel proprio modo di vivere la vita.

D - Vorrei una conferma in merito al concetto che segue: "questo concetto (atmosfera) è applicabile non soltanto ai corpi transitori dell'individuo (fisico, astrale e mentale) e a quello akasico, ma anche ai suoi corpi spirituali....in quanto all'interno dell'atmosfera dell'individuo vi è anche la presenza delle vibrazioni che da essi dipartono (Abn-el-tar)." La mia domanda: per corpi spirituali dobbiamo intendere i sottopiani più sottili (i più alti) di cui sono composti i nostri corpi?

No, non è così. Con la denominazione "corpi spirituali" intendiamo i tre corpi dell'individuo (ricordate che abbiamo sempre detto che i corpi incarnativi dell'individuo sono sette) composti da materia più "sottile" di quella che compone il cor-

po akasico, e dei quali non vi abbiamo mai dato delle notizie particolarmente dettagliate.

Senza dubbio vi chiederete perché non abbiamo fornito spiegazioni strutturate anche di questi tre corpi, così come abbiamo fatto per i corpi che vanno da quello fisico a quello akasico.

Le spiegazioni sono molteplici, e tra i motivi non vi è certamente quello di tenervi nascosto qualche misterioso particolare esoterico!

Il fatto è che i corpi spirituali sono talmente lontani dalla vostra possibilità di comprensione che abbiamo ritenuto inutile approfondire la loro descrizione, per non saturare la vostra comprensione – già messa a dura prova dalle molte nozioni che in questi anni abbiamo sottoposto al vostro lavoro mentale – con dati che sfuggono alla vostra elaborazione e che, in fondo, non sono strettamente necessari allo sviluppo dell'insegnamento che vi stiamo portando e per il quale risulta, invece, essenziale approfondire ciò che riguarda i corpi transitori e, ovviamente, il corpo della coscienza che, con la strutturazione del suo sentire nel corso dell'evoluzione, è il principale motore del percorso evolutivo di ogni individuo incarnato.

D - La mia opinione è che qualsiasi cosa siano questi corpi spirituali, per esistere, devono avere al loro interno, una serie di vibrazioni che fornisce loro una intrinseca "coesione". Partendo da questo presupposto, secondo me, nell'atmosfera che noi manifestiamo sul piano fisico, sono comprese anche le vibrazioni dei piani spirituali.

Questo è senza alcun dubbio vero: non dimentichiamoci di pensare all'individuo non come una serie di corpi a sé stanti, ma come l'unione delle vibrazioni provenienti da tutti i suoi corpi che circolano nella sua struttura e, nel loro circolare, interagiscono e reagiscono tra di loro moltiplicando le vibrazioni interne dell'insieme/individuo attraverso la creazione di vibrazioni "temporanee" scaturite dall'incontro/scontro tra i vari tipi di vibrazione presenti.

Questo significa che all'interno dell'atmosfera vibratoria che circonda ogni individuo incarnato sono presenti tutte le vibrazioni che percorrono la materia della totalità dei corpi collegati all'individuo, quindi anche quelle dei corpi spirituali che non hanno un'influenza diretta sulla vostra vita e sulle reazioni dei vostri corpi inferiori ma risultano essere indispensabili e necessari per mantenere intatto e attivo il collegamento col Tutto e a fornire dinamicità ai processi che percorrono il vostro corpo della coscienza, permettendogli di non perdere la possibilità, per esempio, di raffrontarsi con le vibrazioni degli Archetipi Permanenti alla ricerca di un suo più completo allineamento con i loro dettami.

D - Fra le tante vibrazioni possibili, perché sono stati presi in considerazione i colori? L'aura ha anche una vibrazione sonora oltre che visiva? che interazioni ci sono tra l'aura dei diversi esseri viventi? può esserci un rapporto di "sintonia" di vibrazione che potrebbe essere anche curativa? (mi vengono in mente i fiori di Bach, la cromoterapia, la musicote-

rapia, ...). Insomma: quale rapporto può esserci, in questa prospettiva, tra l'aura dell'individuo e l'ambiente che lo circonda?

Come abbiamo già detto, vi abbiamo parlato in maniera un po' più dettagliata dei colori principalmente per soddisfare una vostra richiesta in merito e ottemperare alla promessa che vi avevamo fatto di ritornare sull'argomento.

Non lo riteniamo un argomento indispensabile per comprendere la struttura della Realtà che abbiamo cercato di mettere a disposizione del vostro ragionare, ma sappiamo che una delle qualità più tipica dell'essere umano è la curiosità, così abbiamo scelto di soddisfarla comunque in maniera un po' più elaborata.

D - I colori sono il risultato della percezione da parte dell'individuo dei vari tentativi di decodifica che vengono attuati dai suoi vari corpi sia nella fase di discesa delle vibrazioni, che in quella di risalita, nel corso dell'attuarsi del piccolo ciclo corpo akasico/corpo fisico?

La percezione dell'individuo è uno degli elementi essenziali che accompagnano tutto lo sviluppo dell'esperienza dell'individuo durante le sue fasi incarnative.

Se non esistesse la percezione, l'individuo incarnato non avrebbe la possibilità di adoperare le risultanze della sua esperienza per acquisire elementi di comprensione, in quanto verrebbe a mancare l'introiezione delle reazioni alle esperienze di vita e, di conseguenza, verrebbe a mancare la possibilità di osservare le

proprie personali azioni e reazioni nei confronti delle esperienze affrontate.

D - Le vibrazioni dei colori potrebbero essere percepite tramite il processo che viene definito "sogno"?

Non mi è molto chiaro che cosa tu voglia sapere in merito...

Il sogno è in qualche modo un processo di elaborazione interiore dei movimenti che avvengono all'interno dell'individuo incarnato, una sorta di realtà virtuale che l'individuo crea in un ambiente non reale ma, appunto, virtuale, sulla scorta dei processi vibratori che si muovono al suo interno e che il suo corpo mentale cerca di ordinare e strutturare in una maniera il più possibile comprensibile e logica per il suo tipo di razionalità.

In questa realtà virtuale confluiscono gli effetti delle vibrazioni dei corpi dell'individuo, dando vita a una sorta di mondo alternativo con leggi sue proprie dotate, però, di un'elevata labilità operativa che rende tale mondo frammentario, estremamente cangiante e, in ultima analisi, fortemente soggettivo a seguito del variare continuo e incessante delle vibrazioni che lo percorrono.

Essendo una sorta di copia del mondo in cui l'individuo compie la sua esperienza di vita, in esso sono presenti anche i modi e le qualità percettive che l'individuo mette in atto nel corso della sua esistenza e, tra questi, anche la percezione delle forme, dei colori, delle emozioni provate e dei pensieri elabo-

rati, supplendo con elementi simbolici che ovviamente vengono adoperati dall'Io (più libero di agire, all'interno di questa realtà virtuale approfittando delle minori costrizioni derivanti dalla più concreta influenza dei vincoli soggettivi propri dei corpi individuali all'interno dell'esistenza sul piano fisico dell'individuo) per cercare di rendere la realtà virtuale il più possibile aderente ai suoi bisogni e ai suoi desideri.

D - Possiamo dire che i colori risultano dall'attività di decodifica attuata dai vari corpi dell'individuo e quindi potrebbero presentarsi sotto forma "simbolica" e ciò in relazione alle incomprensioni e alle "reazioni" che inducono l'individuo nel vivere la sua esperienza?

Anche se la tua è un'elaborazione un po' confusa direi che, in linea di massima, può essere considerata accettabile.

In quanto alla relazione tra percezione dei colori e il loro aspetto simbolico è fuor di ogni dubbio che tale simbologia sia strettamente collegata al sentire dell'individuo, alle sue comprensioni e alle sue necessità evolutive.

Per altro, questo è vero per ogni fattore che è correlato al percorso evolutivo individuale ed è l'elemento principale che modula la percezione soggettiva dell'individuo all'interno della sua esperienza sul piano fisico. (Scifo)

D - Posso usare i colori per agire sui miei somatismi e quindi essere poi più ricettiva nei confronti degli stimoli della vita per risolvere le mie incomprensioni?

Questo è un concetto che è possibile riscontrare nella teoria di base della cromoterapia.

Secondo tale teoria ad ogni colore è possibile associare specifiche particolarità individuali sia di tipo psichico che di tipo spirituale, ricollegandosi in buona parte con teorie di tipo magico.

Non vi è dubbio che ogni colore, essendo un tipo di vibrazione, possa avere un collegamento con le vibrazioni tipiche di ogni individuo ma, considerato il fatto che la percezione del colore è strettamente soggettiva e collegata alle possibilità percettive di ogni individuo, credo che risulti veramente difficile poter costruire una teoria dei colori in ottica terapeutica che possa essere valido genericamente per ogni persona.

Basta pensare a come possa essere ambivalente la percezione di un colore da persona a persona, in maniera tale che per alcune, per esempio, il nero suscita sensazioni di paura ricollegandosi al simbolismo della notte e dell'annullamento della vita, mentre per altre il nero non ha caratteristiche di disagio o di paura ma possiede, invece, qualità che fanno avvertire un senso di protezione perché simbolicamente riferito alla possibilità di restare nascosti e, quindi, invisibili a ciò che si teme. Tutto fa capo, insomma, all'interiorità, ai bisogni e alle esperienze (e non della sola vita corrente) della persona.

Soffermandoci ancora un attimo sulla cromoterapia: ancora una volta sono costretto a sottolineare il fatto che, dal punto di vista scientifico, non esista alcuna prova valida che ne affermi la validità curativa e la tendenza – ancora una volta – è quella di attribuire ogni eventuale miglioramento dello stato di

salute di chi si sottopone a tale tipo di terapia alla panacea universale, ovvero l'effetto placebo. (Francesco)

Con quest'incontro termina un altro anno di nostri interventi presso di voi.

Cogliamo l'occasione per manifestarvi, come sempre, la nostra vicinanza e il nostro costante affetto e per portarvi il saluto e l'amore di tutte le vostre persone care che, in questi anni, hanno oltrepassato il velo per essere accolti nel nostro abbraccio, unendo il loro amore al nostro in un afflato d'amore che, come vi andiamo ripetendo instancabilmente da decenni, non può né potrà mai diminuire nel tempo o venire mai meno.

Ci uniamo a loro nell'auguravi ogni bene, ricordandovi che la vita che vivete non è una matrigna ma una madre che si prende senza sosta cura di voi anche se, come ogni vero genitore affettuoso e sollecito, talvolta deve essere dura e insegnarvi con la crudezza della sincerità a prendere coscienza di ciò che veramente siete, con i vostri dolori e le vostre gioie, i vostri rimpianti e le vostre felicità, le vostre sollecitudini e le vostre indifferenze, il vostro prendere e il vostro dare. le vostre comprensioni e le vostre incomprensioni.

Vi amiamo, figli nostri, uno per uno e nessuno più di altri.
Che la pace sia con tutti voi. (Moti)