

# YIN NEWS

mensile di informazione & cultura olistica



*Cristina Petroselli*

N° 6 – Giugno 2015

## La nostra redazione



**Jolanda Pietrobelli** Giornalista pubblicista dal 1974, proviene dalla Scuola di Giornalismo di Urbino conclusa con una tesi su Picasso. E' autrice di numerose monografie sull'arte contemporanea. ha diretto per quindici anni la collana della galleria pisana il Prato dei Miracoli. Con lo studio delle Grandi Religioni e aprendosi alle varie tecniche di consapevolezza e sviluppo interiore, porta avanti la pratica di antiche tradizioni giapponesi come il Reiki con il quale ha iniziato a sondare il campo delle energie sottili, approfondendo molti maestri. Ha acquisito il master di Reiki metodo Usui negli anni 90, conseguendo il Livello <Teacher>. Ha ricevuto l'attivazione al livello master nel metodo <Tiger Reiki> e l'attivazione al livello master nel metodo <chi-ball- orb of life>. E' Deeksha Giver. Si occupa di Discipline Olistiche ed i suoi interessi sono maturati nel campo delle Energie. Ha fondato la Casa editrice CristinAPietrobelli.



**Claudio Bargellini** Scrittore, Biologo e Tecnico Erborista, naturopata, è presidente ANTEL (Associazione Nazionale Tecnici Erboristi Laureati) e ABEI (Associazione Bioenergetica Italiana). È direttore della Scuola Superiore di Naturopatia con sede a Cascina (Pisa) È ricercatore scientifico e membro del Tavolo di Naturopatia in Regione Toscana, ricercatore Centro Studi ABEI s.a.s, membro direttivo settore DBN Confartigianato, consulente scientifico S.I.S.T.E, consulente scientifico AGRI-SAN srl, Master di Reiki, tiene conferenze e scrive su riviste di settore. Parte della sua vita oscillante continuamente tra scienza e parascienza, l'ha trascorsa viaggiando per il mondo, tra Africa, India, America, Europa, sempre alla ricerca di tecniche terapeutiche varie e di tradizioni antiche, mettendo sempre avanti un sano scetticismo e una personale sperimentazione. L'incontro con un grande Maestro francese, protrattosi per oltre venti anni, ha segnato in modo sostanziale la sua vita. Alcune tappe indicative: Reiki Master, Teacher Reiki, Master Karuna, Master Radiestesia, Naturopata, Erborista, Master CFQ, Operatore Theta Healing, Utopista.



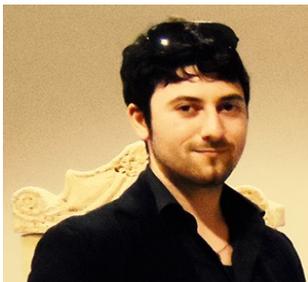
**Silvia Cozzolino** Vice Presidente ABEI, è naturopata, Reiki Master, svolge la sua attività di creativa, prevalentemente in Italia. Cura la Scuola Superiore di Naturopatia negli aspetti di immagine; esperta nel campo della fisiognomica, si occupa di grafica pubblicitaria, è ricercatrice olistica. Tiene corsi sulla cromoarmonia. È tra i massimi esperti di riflessologia, in Italia.



**Elisa Benvenuti** E' una psicologa libera professionista e psicoterapeuta in formazione presso la Scuola di specializzazione in Psicoterapia dell'Istituto Gestalt Firenze (IGF). Socia fondatrice e presidente dell'Associazione Aurora che promuove nella città di Pisa il benessere psicologico dell'individuo e della comunità attraverso attività gratuite come gruppi sul benessere, laboratori sul corpo e laboratori creativi. Da anni si interessa a diverse discipline olistiche, lavorando con il Reiki e interessandosi alle diverse scuole. È Deeksha Giver.



**Franca Ballotti e Roberto Aiello** Sono operatori delle Dicipline del Benessere Naturale, Cranio Sacral Balancing, e Naturopatia. Sono Maestri di Reiki. Sono specializzati in tecniche di meditazione, respirazione e rilassamento, Fiori di Bach, Channeling, Thanatologia e Theta Healing. *Franca* : La vita per me ha significato solo se vissuta con intensità e profondità. Già dall'infanzia trascorsa in uno dei più bei castelli della Montagnola Senese è stato tracciato il mio cammino all'insegna del mistero e della ricerca. *Roberto* : Viaggiando in diversi continenti, ho incontrato culture interessanti e delle bellissime persone, maestri che guidano il nostro cammino, e fra di loro Osho che mi ha invitato a seguire la strada del cuore e della meditazione, in modo da liberarmi delle abitudini e ritrovare la mia vera essenza nella forza del silenzio. Sia Franca che Roberto sono Deeksha Giver



**David Berti** Dottore in Mediazione Linguistica Applicata, scrittore, tiene conferenze e seminari su argomenti su comunicazione, percezione e spiritualità. Ricercatore nel campo del benessere, delle energie sottili, dell'alimentazione e della parascienza, è Reiki Master e radiestesista, specialista nel campo delle tecnologie e dell'informatica. Amante della musica, ingegnere del suono, compositore e arrangiatore, ha ideato e coordinato la produzione di vari album, curandone musica e immagine. In qualità di designer realizza opere che espone a mostre ed eventi.



**Gianni Tucci** Dopo aver iniziato la sua formazione nelle arti marziali nel 1959 col Judo, nel quale ha conseguito il grado di I Dan, il M° Tucci ha iniziato lo studio del Karate Shotokan sotto la direzione del M° Naotoshi Goto, proseguendo successivamente sotto l'egida dei migliori Maestri in Italia e all'estero; fra di essi possiamo

citare Hiroshi Shirai, Tetsuji Murakami, Plée, Masaru Miura e Roland Habersetzer. Oltre al Karate Shotokan, ha praticato altri stili di Karate a contatto pieno e non, oltre a stili meno noti come il Nanbudo Sankukai con il M° Yoshinao Nanbu e il M° Sergio Mor Stabilini; ha poi studiato alcune basi di Karate Shotokai, Ashiara, Shito Ryu e Koshiki Ryu, non disdegnando di interessarsi all'approccio al karate seguito da altre scuole, come lo Uechi Ryu e lo Shidokan, e riuscendo anche a studiare il lavoro di alcune scuole antiche di Okinawa. A parte il suo studio del Karate, ha praticato anche il Kung Fu Nan Quan con il M° Weng Jan, il Tai ji Quan e il Qi Gong (discipline nelle quali vanta un'esperienza di oltre vent'anni), e il Ju Jitsu, per il quale è Istruttore Tecnico W.J.J.F. - W.J.J.K.O.. È inoltre istruttore di Kali Arnis Escrima (I.S.A.M.), istruttore di Pesistica e Cultura fisica (F.I.P.C.F.), Warm-up Dance (U.I.S.P.) e ginnastica metodo Pilates. Dirige, oltre al Kosmos Club, anche l'attività dell'Associazione Reikija Toscani metodo Usui (A.R.T.U.), da lui fondata nel 2000, ed è stato dichiarato ufficialmente Maestro Emerito presso la F.I.J.L.K.A.M.; attualmente ha il grado di VI Dan presso la stessa F.I.J.L.K.A.M. e il C.S.E.N. (Comitato Sportivo Educativo Nazionale). Apprezzato scrittore, ha pubblicato per la Sperling & Kupfer e per le Edizioni Mediterranee i volumi: *Karate Katas Shotokan (1977)*, *Tambo Karate (1982)*, *Tai Chi Chuan (1986)*, *Ninja 1° e Ninja 2° (1990)*, *Shiwari-Tecniche di rottura (1996)*, *Combattimento col coltello (2005)*, *Key Stick Combat (2008)* e, assieme a Luciano Amedei, *Reiki-un percorso tra scienza, realtà e leggenda (2010)*. Ha ricevuto nel 1983, la nomina ad Accademico dello Sport. Lungo il corso della sua carriera marziale, ha avuto modo di tenere numerose conferenze sugli argomenti studiati, spaziando dalle arti marziali alle tecniche di longevità e riequilibrio energetico, dagli anni '70 ai tempi più recenti. Attualmente sta svolgendo ricerche teorico/pratiche sulle cosiddette "energie sottili" o "vibrazionali" e sul campo energetico umano, insieme ai suoi allievi dei corsi di Tai ji Quan e Qi gong.



**Daniel Asar** Da tempo si occupa di arte, le sue creazioni spaziano dalla pittura alla scultura, dalla fotografia, alla poesia e alla scrittura. E' fautore del metamorfismo artistico e presidente dell'Associazione culturale "Lumina et Imagines" tiene contatti culturali ed artistici anche in ambito europeo.

E' apprezzato autore di saggi, le sue ultime ultime pubblicazioni:< I pilastri del cielo- Il grande popolo dei piccoli esseri – Astrazioni, metamorfosi,immagini- La fossa dei serpenti>

*In copertina: Sri Bhagavan – Sri Amma*

**Comitato di Redazione:**

Roberto Aiello  
Daniel Asar  
Franca Ballotti  
Claudio Bargellini  
Elisa Benvenuti  
David Berti  
Silvia Cozzolino  
Jolanda Pietrobelli  
Gianni Tucci

**Collaborazioni**

Chiunque è libero di collaborare con testi, foto e quanto altro, fornendo il materiale alla redazione, al seguente indirizzo di posta elettronica: [libreria.pietrobelli@libero.it](mailto:libreria.pietrobelli@libero.it) purché sia in sintonia con la linea del giornale. È chiaro che gli autori sono responsabili dei propri scritti

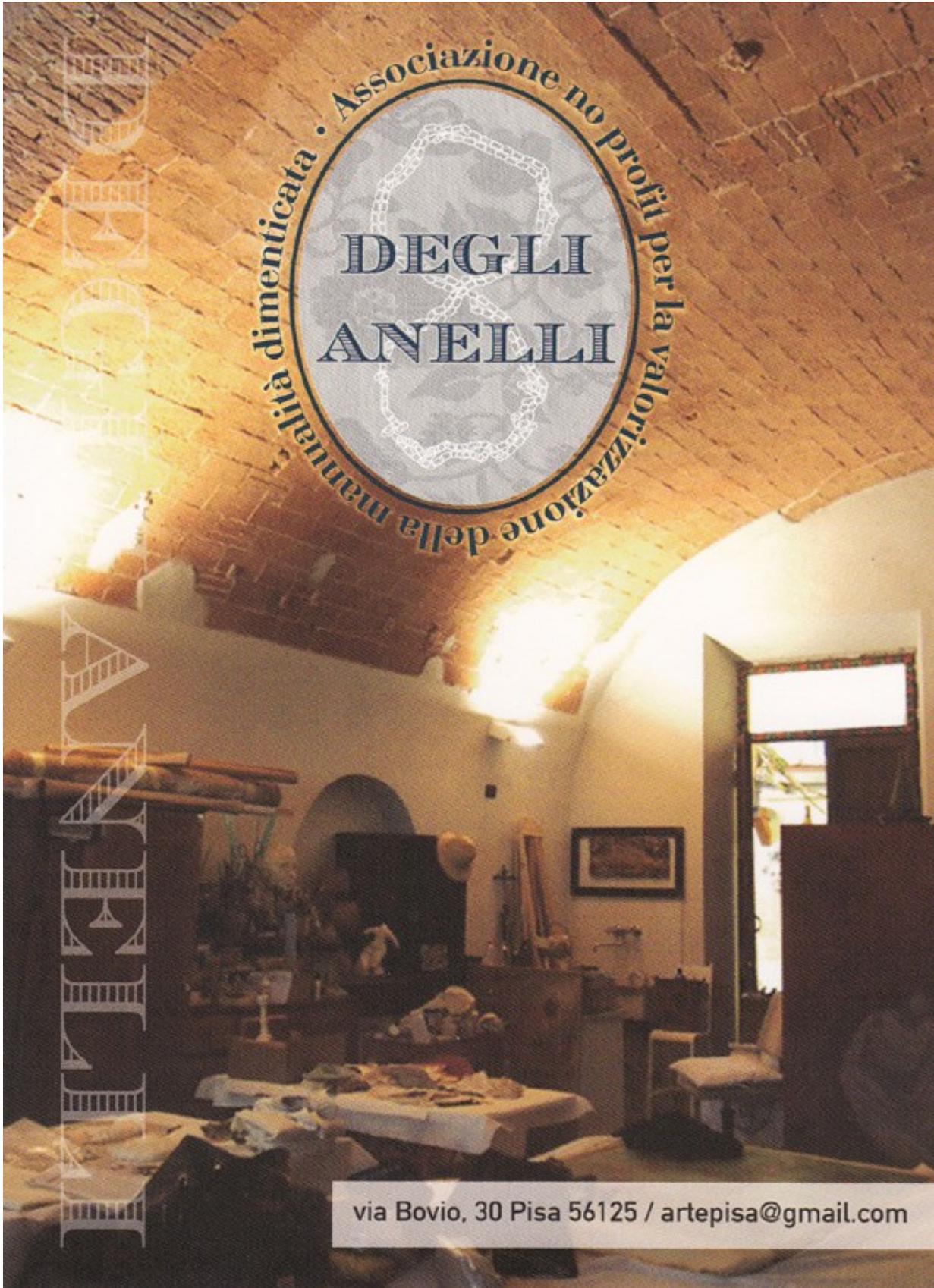
**YIN NEWS mensile** di informazione & cultura olistica. **Quarto anno**

N°6- Giugno 2015 è scaricabile in pdf gratuitamente dal sito [www.librieriacristinapietrobelli.it](http://www.librieriacristinapietrobelli.it)



## Sommario

Darshana Patrizia Tedesco		14
Reiki e sanità	G. Magi	17
Diksha energia del risveglio		22
Oneness Deeksha		25
Ho'oponopono	J. Pietrobelli	27
Simbolo Kauna		28
Percorsi di luce e Ho'oponopono		29
Yoga Nidra e Sankalpa		32
Casagrande Il Nespolo programma		35
Digiunare come...		39
Cham le danze rituali del Tibet	G. Mattolin – P. Verni	44
Conversazioni con Dio	N. D. Walsch	49
L'Arcangelo Metatron		54
Raffaele Profeti e la sua importante erboristeria		58
I Templari		61
Hercules e Leo più umani dell'uomo	Veganzetta	65
Il (vero) Dante che non sentite da Benigni	A. Socci	67
Picasso super record		70



via Bovio, 30 Pisa 56125 / [artepisa@gmail.com](mailto:artepisa@gmail.com)

La nostra MISSION "dare di più"

Perché TU meriti di PIÙ



**Programmi di formazione**  
FORMAZIONE PROFESSIONALE  
18 hne settimana ad anno accademico

**CORSI MONOTEMATICI**

L'associazione ABEI organizza corsi monodisciplinari nelle sedi di Pisa-Siena  
**ANCHE ON-LINE!**

E su richiesta per altre organizzazioni, enti, scuole e/o associazioni.

**COUNSELLING**

L'iscrizione al IV° anno di Counseling può essere accessibile anche dimostrando un percorso didattico precedente.  
Ideale per chi lavora!

**PER CONCILIARE STUDIO, LAVORO E IMPEGNI PUOI SCEGLIERE DI SEGUIRE IN AULA O IN FAD**

**POSSIBILITÀ DI FINANZIAMENTO E RATEIZZAZIONI**

Accesso a formazione a costo 0 tramite FESF/ILVA

**ABEI Scuola Superiore di Naturopatia**  
La salute è il Tuo futuro!  
**ad indirizzo Erboristico e Bioenergetico**  
Corso triennale più eventuale quarto anno di specializzazione in counseling naturopatico



**Organismo di formazione riconosciuto dalla Regione Toscana P16618**

La Scuola Superiore di Naturopatia ABEI è nata dall'esigenza, ormai profondamente sentita, di creare degli operatori esperti in tecniche per la prevenzione delle malattie e per l'educazione alla salute; inoltre i nostri indirizzi bioenergetico ed erboristico, prevedono l'insegnamento di quelle tecniche che ridonano il riequilibrio sia psicofisico che emozionale all'individuo.  
La nostra scuola è inserita nella realtà sociale ed i nostri naturopati hanno la possibilità di entrare nel mondo del lavoro, sia come liberi professionisti che come collaboratori in varie strutture.  
Il percorso che abbiamo tracciato ha subito negli anni alcune modifiche, ma tutte indirizzate al miglioramento delle qualità professionali dei nostri naturopati.

I corsi si suddividono in due parti ben equilibrate:  
1) formazione teorica/pratica  
2) esperienziali e di crescita individuale  
Il principio sul quale si basa tutta la formazione è: se vuoi portare equilibrio e benessere agli altri devi prima portare equilibrio e benessere in te stesso.  
I Corsi si suddividono in 3 anni con un quarto anno di Specializzazione in Counseling e corsi periodici di perfezionamento.

[www.abei.it](http://www.abei.it)

Sede Naz. le Via g. Pascoli, 67 – 56021 Cascina PISA TEL. 050-702631 393-4099841  
Sede secondaria Siena C/O . AKIS tel referente 335-8189851 347332492





## **KOSMOS CLUB/ REIKI ARTU**

Arti Marziali – Discipline olistiche – Danza – Body Building – Ginnastica – Calcetto

Gianni Tucci Maestro di Arti Marziali – Reiki Master

Via Puccini 9/A Ghezzano (Pisa)

[www.kosmosclub.it](http://www.kosmosclub.it)

[www.letrefoglie.it](http://www.letrefoglie.it)

[www.reikiartu.it](http://www.reikiartu.it)

[gianni.tucci@kosmosclub.it](mailto:gianni.tucci@kosmosclub.it)

tel.050.877097 – mobile 347.1672829



# Marilena G. Bailesteanu

Master e Counsellor in Naturopatia  
Specialista in Scienze e Tecniche Naturopatiche

## Contatti

Tel. 338.9637601

[info@empatiaconlanatura.it](mailto:info@empatiaconlanatura.it)

[www.empatiaconlanatura.it/](http://www.empatiaconlanatura.it/)

## Servizi

- MISURAZIONE CHAKRA (Strumento: BIOTENSOR); RIMEDI NATURALI I FIORI DI BACH; MISURAZIONE DELLA STRUTTURA CORPOREA (Bioimpedenziometro) “Body Analyzer”; INTOLLERANZE ALIMENTARI; GSR MEASURING INSTRUMENT

## Informazioni Utili

- GINNASTICA DEI MUSCOLI FACCIALI Insegnamenti mirati per chi e' interessato alla bellezza del proprio viso. Insegnamenti di esercizi quotidiani da fare, di massaggi e tecniche che tonificano il viso e il collo. Consigli e spiegazioni per la preparazione di maschere naturali che donano al viso il naturale splendore e la massima freschezza.
- PERCORSI ALIMENTARI PERSONALIZZATI - I cibi da prediligere quando si tratta di varie patologie: Colesterolo alto, valori alti dei Trigliceridi, Pressione arteriosa alta, Diabete tipo II, Obesità, Stitichezza, Diarrea, ecc. Quando si tratta di attività sportive dove e' necessaria un'alimentazione che assicura il bisogno energetico e vitale aumentando di conseguenza le potenzialità. Percorsi sani da seguire quando le persone scelgono particolare tipi di alimentazione: vegetariana, vegana, crudista, ecc., per assicurare al organismo tutti i principi nutritivi, sali minerali e vitamine indispensabili per la salute.



Farmacia Gazzini

*in collaborazione con la Dott.ssa Elisa Benvenuti*



## SPORTELLO D'ASCOLTO GRATUITO

Per coloro che necessitano di una consulenza, di essere ascoltati o di supporto per affrontare una fase problematica della loro vita.

il **SABATO MATTINA** su appuntamento  
per **TRE INCONTRI** da 30 minuti ciascuno

Presso  
**FARMACIA GAZZINI**  
via Luigi Bianchi 55, Pisa

Per gli appuntamenti contattare la **Dott.ssa Elisa Benvenuti**  
cel. 328.48 88 570 - mail: [benvenuti.ely@gmail.com](mailto:benvenuti.ely@gmail.com)



Per ulteriori informazioni visitare il sito dell'Associazione Aurora:  
<http://associazioneaurora.jimdo.com/sportello-d-ascolto/>

# UNITI PER GLI ANIMALI

Essere Animali e Nemesi  
Animale si uniscono:  
più forza ai nostri progetti



## Associazione Aurora

Con le Dott.sse Elisa Benvenuti e Sandra Barberini, psicologhe  
presenta

# Gruppi sul benessere

Piccole esperienze di rilassamento o meditazioni sul respiro  
per staccare la spina dalle tensioni di ogni giorno,  
fantasie guidate che consentono di utilizzare l'immaginazione  
e acquisire una maggiore consapevolezza di se stessi.

Ogni **PRIMO MERCOLEDI'** del mese

Al **MIXART**, via Bovio 11, Pisa

Da Febbraio a Giugno 2015

Ogni **primo mercoledì** del mese

Dalle 18.00 alle 20.00

Contributo: € 5,00

Per informazioni: [info.aurora.associazione@gmail.com](mailto:info.aurora.associazione@gmail.com)

oppure 328.4888570

Sito: [associazioneaurora.jimdo.com](http://associazioneaurora.jimdo.com)

Facebook: [www.facebook.com/auroraassociazione](http://www.facebook.com/auroraassociazione)

## Associazione Aurora

Con le Dott.sse Elisa Benvenuti e Sandra Barberini, psicologhe  
Presenta

# Laboratori di psicologia sulla corporeità

Nella dinamica del movimento, attraverso il rilassamento, l'attenzione,  
il suono e la danza ascolteremo il corpo, in un dialogo continuo con  
le emozioni per scoprire una nuova visione della nostra  
corporeità e interiorità.

Ogni **ULTIMO MERCOLEDI'** del mese

Al **MIXART**, via Bovio 11, Pisa

Da Febbraio a Giugno 2015

L'**ultimo mercoledì** del mese

Dalle 17.00 alle 19.00

Contributo: € 5,00

Per informazioni: [info.aurora.associazione@gmail.com](mailto:info.aurora.associazione@gmail.com)

oppure 328.4888570

Sito: [associazioneaurora.jimdo.com](http://associazioneaurora.jimdo.com)

Facebook: [www.facebook.com/auroraassociazione](http://www.facebook.com/auroraassociazione)

Ha approfondito e integrato studi di psicologia dinamica  
analisi transazionale

**DARSHANA PATRIZIA TEDESCO**  
**FONDATRICE DELL'ACCADEMIA**  
**5^ DIMENSIONE LA VIA DEL CUORE**

Regista, drammaturga, poeta, emotional-coach  
trainer olistico psico-spirituale



Canalizza e diffonde nel mondo la tecnologia quantica di EOS- Energia Olografica Sistemica®. Riconosciuta risvegliata dalla Oneness University-India è Art - life/emotional-coach, terapeuta energetica, trainer olistico, ideatrice del Teatro Transpersonale®, scrittrice, channeler, sensitiva e ricercatrice spirituale. Conduce in Italia e in tutto il mondo nella sua veste di advaita incontri di crescita spirituale, conferenze, seminari, sat sang e sessioni di Guarigione olografica bio-cosmica con EOS® e la Sintonia Radiante Pineale Eos®. Formatasi con Maestri di levatura internazionale tra l'Italia, l'India e l'America Latina. Ricercatrice ed esperta di Vocalità Energetica e degli stati non ordinari di coscienza indotti dalle tecniche orientali e sciamanesimo, insegna il loro miglior utilizzo come strumento di crescita personale e di ottimizzazione della qualità della vita. Ha dedicato tutta la sua vita alla ricerca di una profonda alchimia del cuore che potesse generare benessere, armonia e realizzazione nella vita delle persone che ha incontrato, sviluppando in loro la visione di un potenziale senza età. Fondatrice e direttrice dell'ACCADEMIA di 5° DIMENSIONE OMNIA-LA VIA DEL CUORE” Scuola per Operatori Olistici ad indirizzo artistico, energetico-vibrazionale. Vive e lavora in Toscana.

Ha sperimentato dal 1983 la Scrittura Scenica con alcuni dei più importanti Maestri contemporanei: L.Flaszen (già Teatro delle sorgenti di J. Grotowski); S.Schulberg (Living Theater); Danio Manfredini-Milano; J. Strasberg (Actor's Studio); E.Olmi (Scuola di cinema di Bassano del Grappa); Leo De Berardinis; G.Vacis (Teatro Settimo); Z. Kalinska (Cricot 2 di Kantor); S.Castiglioni (Teatro di Ventura); P. Bausch (presso la Scuola Civica di Milano); A. Neiwiller(Teatri

Uniti); A. Santagata e C. Morganti; Progetto Cechov diretto da Thierry Salmon e Y. Alschitz della Scuola d'Arte Drammatica di Mosca; Renata Molinari; Marco Baliani.

Attua da oltre sedici anni la propria metodica originale di Teatro Transpersonale® in seminari e stage, Questo metodo di lavoro nasce dal 1993, sperimentato in gruppi e laboratori, con la realizzazione ufficiale nel 1996 dello spettacolo-manifesto "Sempre i cavalli mordono bianche lenzuola", presentato poi ufficialmente nel 1999 nel corso del Convegno Internazionale della Scuola di Biotransenergetica al CRT di Milano.

Accanto all'attività professionale, giornalistica e teatrale, conducendo una profonda ricerca personale, ha approfondito e integrato studi di psicologia dinamica, analisi transazionale, psicodramma, bioenergetica, psicogenealogia, medicina vibrazionale e tecniche energetiche.

Dal 2002 introduce e insegna Discipline Olistiche nell'ambito del Centro Theatrikos, di cui dal 1991 è co-fondatrice, direttrice artistica e docente di teatro, scrittura creativa e drammaturgica, [www.theatrikos.org](http://www.theatrikos.org)



Sempre per Theatrikos dirige <Scuola di Teatro Triennale-Avviamiento e Perfezionamento dell'Arte Scenica> a Colle Val d'Elsa patrocinata dal Comune di Colle Val d'Elsa. Compagnia residente al Teatro dei Varii.

Realizza recital di lettura interpretativa di poesia, narrativa, teatro ed eventi teatrali, culturali ed olistici.

Da oltre ventisette anni accanto all'attività professionale, si forma anche con un intenso training psico-fisico-spirituale ed energetico con vari Maestri in Italia e Sciamani in Sud America.

Ha seguito per lungo tempo studi di Psicogenealogia con Alejandro e Cristobal Jodorowsky.

Sperimentazione della vocalità nei corsi di Canto Armonico con Giorgio Lombardi e Sandro Spagnoli; esperienze di Respirazione ologica e insegnamenti Sufi – Esseni; Canto dei mantra della tradizione yogica e Nada Yoga con il musicista Krishna Dass e con Riccardo Misto.

Pratica una metodologia originale integrata che insegna dal 2000 nei laboratori di Energetica della Voce© - Liberare la Voce - Energetica del Respiro Consapevole©.

Master Reiki dal 1997 nella discendenza diretta dei Maestri del Lignaggio Usui, Hayashi, Takata, Furumoto, Moccia, Borojevic. Utilizza nei suoi seminari un sistema perfezionato di insegnamento che definisce REIKI FV ( fiamma viola).

E' Diksha giver della Oneness University di Amma e Bhagavan

Ha approfondito aspetti di Medicina Vibrazionale con i corsi di Demetrio Iero e della Nuova Medicina di Hamer con i corsi di Claudio Trupiano.

Ha sperimentato la Scrittura dell'Anima con Susanna Garavaglia e scrive poesie e racconti che definisce di scrittura olistica.

Ha intrapreso da vari anni un percorso spirituale che l'avvicina ai corsi di maestri energetici e canalizzatori quali Jasmuheen, Maal Ruttkovski, Angelo Picco Barilari, Gian Marco Bragadin. Annamaria Bona, e alle pratiche di Risveglio Bodhisattva e alla Avatar Consciousness con Rabbji Pentò tulku Rinpoche.

Gurunath E' insegnante Hamsacharya di Kriya Yoga, iniziata dal SatGuru Yogirai Gurunath Siddanath della HamsaYoga Sangh, India.

Ha conseguito i primi due livelli di Meditation & Kaya Kalpa Yoga con il Siddha Balachandra della The World Community Service Center, India.

Operatrice di The Reconnection® - Reconnective Healing I-II-II Level di Eric Pearl -USA.

Operatrice Theta Healing® DNA1 e DNA Avanzato di Vianna Stibal - USA.

Iniziata alle tecniche Illahinoor di energia vitale universale dal suo ideatore Kiara Windrider.

Yogirai Gurunath Siddanath

Trainer Olistico certificato SIAF ( Società Italiana Armonizzatori Familiari).

Da qualche anno sperimenta il Channelling essendo un canale degli Elhoim Stellari - Gaia - La Madre - Il Melkisedek.

Attua una particolare tecnica di guarigione quantica EOS-Energia Olografica Sistemica®, da lei ideata e diffusa.

Conduce come emotional-coach,gruppi di Meditazione,seminari di Reiki fv© , gruppi di crescita personale (La Via del Cuore©- Risveglio Planetario).

Offre consulti energetici e tecniche corporee: Risveglio dei 4 corpi, clearvoice, lettura del corpo ( chakra sistemico e campo aurico unificato), massaggio iniziatico.

# Ricerche sull'efficacia del metodo in ambito terapeutico

## REIKI E SANITA'

### Ad oggi viene utilizzato in più di mille ospedali nel Mondo

**NUOVE CURE**

**L'ESPERTO**  
Ciuffreda  
"Piccolo passo ma importante"

**IL PRIMO**  
Esperimento Molinette. A solo 100 scopre il potere del "Reiki" e lo spiega

**GLI EFFETTI**  
Secolare, ha il solo scopo di studiare le cause della malattia

**IL NOME**  
Reiki significa "energia vitale". Il nome deriva dal giapponese

**LA SCHEDA**

**Studio pilota su un gruppo di pazienti con la tecnica di rilassamento giapponese: l'ansia cala**

## "Malati di tumore, il reiki aiuta"

### Primo esperimento alle Molinette

Studio pilota su un gruppo di pazienti con la tecnica di rilassamento giapponese: l'ansia cala

IL PRIMO Esperimento Molinette. A solo 100 scopre il potere del "Reiki" e lo spiega

GLI EFFETTI Secolare, ha il solo scopo di studiare le cause della malattia

IL NOME Reiki significa "energia vitale". Il nome deriva dal giapponese

LA SCHEDA

di

Giacomo Magi

Sebbene Reiki non sia ancora universalmente accettato all'interno della comunità medica, molti professionisti della medicina, ospedali e strutture sanitarie ne riconoscono i benefici e lo accettano come terapia complementare.

Ad oggi Reiki viene utilizzato in più di mille ospedali nel Mondo: uno studio rivela infatti come solo negli Stati Uniti siano più di 800 gli ospedali in cui viene utilizzato (Fonte), nel Regno Unito sono 61 quelli verificati (Fonte), 12 nella sola Madrid (Spagna) come riportato in un articolo del quotidiano Clarin (Leggi l'articolo).

Si hanno notizie di Reiki negli ospedali anche in Svizzera, Francia, Portogallo, Brasile, Argentina, Porto Rico, Messico, Bolivia e Kenia... E in Italia?

### Reiki negli ospedali

Seppur lentamente, anche in Italia la pratica di Reiki come medicina complementare sta sempre più diffondendosi: ad esempio, presso il Centro di Medicina Psicosomatica dell'Ospedale S. Carlo Borromeo di Milano e presso l'Ospedale Versilia dell'Azienda Sanitaria della Regione Toscana,

Reiki è incluso nei servizi a pagamento.

L'ospedale Cardinal Massaia di Asti dal gennaio 2008 effettua trattamenti di Reiki ai pazienti del reparto di oncologia (Link). Il primario del reparto, Dott. Franco Testore, ha tra l'altro avviato una ricerca scientifica sulla valenza dei trattamenti Reiki per gli ammalati sottoposti a chemio o radioterapia.

Altre sperimentazioni sono state effettuate (alcune delle quali ancora in corso) all'Istituto Nazionale Tumori Regina Elena di Roma (IRE) (Link) e al C.O.E.S. (Centro Oncologico Ematologico Subalpino) dell'Azienda Ospedaliera San Giovanni Battista di Torino (Ospedale Molinette).

In quest'ultimo, il vasto consenso avuto tra i pazienti ha fatto sì che i trattamenti di Reiki fossero inseriti nella guida ai servizi aziendali e territoriali (Vedi documento); volontari Reiki sono presenti anche al reparto di cardiocirurgia dell'ospedale infantile Regina Margherita di Torino.



### Ricerche in Italia

Numerosi sono stati gli studi e le ricerche condotti per verificare l'efficacia di Reiki in ambito terapeutico. In Italia, Luisa Merati, medico Internista, Neurologo, Immunologo, e Psicologo clinico, ha coordinato il progetto di ricerca "Reiki e terapia dell'emicrania".

Il risultato di tali ricerche ha evidenziato come il trattamento con il Reiki di pazienti affetti da cefalee ribelli, abbia portato un miglioramento che si è esplicitato, sia in una riduzione del numero degli attacchi, sia nella riduzione dell'intensità del dolore, cioè diminuzione dei giorni di malattia e diminuzione del consumo di analgesici. La misurazione con test psicologici ha evidenziato altresì la diminuzione di stati depressivi, maggior serenità e migliore qualità della vita.

Al sopracitato C.O.E.S. dell'Azienda Ospedaliera San Giovanni Battista di Torino, dal 2003 al 2009 è stata svolta un'indagine, nata dalla collaborazione tra gli operatori Reiki dell'Associazione Cerchio di Luce ed il personale medico, sull'efficienza dei trattamenti Reiki nell'accompagnamento dei malati oncologici nel corso delle diverse fasi della malattia.

Qui di seguito uno stralcio dell'articolo apparso il 2 febbraio 2007 nella cronaca di Torino de "La Repubblica" che parla dei risultati raggiunti al termine della prima fase della sperimentazione:

*“(...) Dall’esperienza di altri paesi nel mondo, [il Reiki] è arrivato negli ospedali anche in Italia ed è stato sperimentato dai pazienti oncologici in un primo studio pilota effettuato al Coes, il centro oncologico delle Molinette. Il risultato è a dir poco sorprendente: il 98% delle persone trattate con il Reiki ha dichiarato di averne tratto un beneficio psicofisico. La sensazione descritta è di un sensibile calo dell’ansia soppiantata da un effetto di rilassamento generale, accompagnato da una piacevole sensazione di calore e da un notevole miglioramento dell’umore. (...)”*

Nella stessa data anche Torino Cronaca e La Stampa (Vedi articolo) ne hanno parlato. Visto il successo, il progetto è stato rinnovato; ulteriori ed altrettanto positivi sono stati i risultati ottenuti, pubblicati dall’American Journal of Hospice and Palliative Medicine (Vedi articolo) e negli atti del XII National Congress of Medical Oncology tenutosi a Roma nel Novembre 2010 ( documento pag 52). Presso il C.S.P.O. di Firenze, Centro per lo Studio e la Prevenzione Oncologica, la Dott.ssa Silvia Cecchini ha condotto uno Studio Controllato su portatrici di infezione cervicale da virus HPV, evidenziando come nel Gruppo di Controllo (non trattato), la percentuale di regressione spontanea sia stata del 27%, mentre nelle pazienti trattate con il Reiki la regressione si è avuta nell’83% dei casi.

Altre ricerche di successo sono state condotte e promosse dall’Associazione REF (Ricerca, Educazione e Formazione per la Qualità della Vita) fondata dalla Dott.ssa Elisabetta Cofrancesco, Ematologo Clinico, Cardiologo, Psicoterapeuta, Ricercatore e Docente presso la Facoltà di Medicina e Chirurgia dell’Università di Milano nonché Master Reiki.

I risultati di tali studi sono stati resi pubblici durante convegni e congressi nazionali o su riviste nazionali ed internazionali. Segnaliamo tra questi "Il Reiki nell'assistenza infermieristica al paziente anziano con neoplasia avanzata" pubblicato sulla Rivista Italiana di Cure Palliative, Numero 3, Autunno 2005, alle pagine: 54-59.



### Le ricerche su reiki nel mondo

Alcuni pazienti del Columbia/HCA Portsmouth Regional Hospital hanno avuto l’opportunità di

sperimentare un trattamento Reiki di 15 minuti pre- e post- operatorio. Più di 870 persone hanno partecipato al test ed il risultato è stato un minor uso di farmaci antidolorifici, degenze ospedaliere più brevi e una maggiore soddisfazione rispetto al servizio. Questo quanto esposto nell'articolo: "Using Reiki to Support Surgical Patients" di Patricia e Kristin Aladydy, pubblicato sul Journal of Nursing Care Quality 1999 Apr;13(4): pp. 89-91.

Il famoso cardiocirurgo, Dr. Mehmet Oz, del Columbia Presbyterian Medical Center di New York, si è fatto assistere da Julie Motz, operatrice Reiki, durante alcune operazioni a cuore aperto e di trapianto di cuore. Su 11 pazienti trattati nessuno ebbe la consueta depressione post-operatoria. I pazienti cui era stato inserito un bypass non ebbero dolori post-operatori o debolezza ed i pazienti trapiantati non ebbero rigetto dell'organo. La stessa Julie Motz ha scritto di questa esperienza nel libro "Hands of Life" (Mani di Vita).

Lo studio di Brewitt, Vittetoe e Hartwell "The Efficacy of Reiki Hands-On Healing: Improvements in spleen and nervous system function as quantified by electrodermal screening" ha rivelato come Reiki abbia apportato un miglioramento delle funzioni della milza, del sistema immunitario e di quello nervoso, in pazienti con malattie croniche come la sclerosi multipla, il lupus, la fibromalgia e lo struma tiroideo. Il tutto accompagnato da una diminuzione del dolore, da una maggiore mobilità e sensazione di rilassatezza.

Altri studi hanno dimostrato come Reiki sia efficace su ansia e depressione (Vedi documento), come terapia antidolore e come abbia un effetto fisiologico misurabile su emoglobina ed ematocrito.

*Pubblicazioni annue su PubMed con parola chiave Reiki*

*Andamento negli anni del numero di pubblicazioni su Reiki presenti nel database di PubMed*

Gran parte di queste ricerche, insieme alle molte altre condotte su Reiki, sono raccolte da PubMed, (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>) la banca dati biomedica online sviluppata dal National Center for Biotechnology Information (NCBI) presso la National Library of Medicine (NLM). Il valore scientifico delle informazioni è garantito dalla selezione manuale dei contenuti condotta da qualificati comitati scientifici.

Sono più di 2000 le pubblicazioni che, inserendo "Reiki" come parola chiave nella ricerca, compaiono tra i risultati. E il numero cresce, ogni anno, sempre di più.

*Reiki presenta grande potenzialità in campo sanitario in quanto:*

- la tecnica è standardizzata ed è riproducibile da operatore a operatore e, per lo stesso operatore, da un trattamento all'altro
- è praticabile anche da personale non sanitario (volontari) in pazienti ricoverati o a domicilio;
- non utilizza aghi, strumenti o apparecchiature particolari;
- non sono necessarie doti speciali innate degli operatori;
- soltanto un'adeguata formazione che si acquista durante un seminario di primo livello, della durata di due giorni,
- è di facile apprendimento e alla portata di tutti;
- è praticabile su se stessi con l'autotrattamento, sostiene e ricarica energeticamente, e quindi

è utile anche nel sostenere il personale di assistenza, in quanto riduce l'ansia da prestazione, la depressione e il senso di impotenza, la stanchezza fisica ed emotiva;

- non è nota alcuna tossicità o effetto collaterale.

Noi, come Città della Luce, ci stiamo muovendo per ottenere l'accreditamento ECM (Educazione Continua Medica) per i nostri corsi di Reiki.

Articolo a cura di Giacomo Magi, Ingegnere Energetico, Maestro di Reiki e Operatore Olistico.

靈氣

Dal 2003 la Oneness University ha aperto il programma di preparazione dei Deeksha Giver ai paesi di tutto il mondo

## DIKSHA L'ENERGIA DEL RISVEGLIO

Ciò che la maggior parte delle persone descrive quando riceve l'energia del Deeksha, è una progressiva distensione alla quale spesso si accompagna uno stato di profonda serenità, pace ed armonia interiore



Il fenomeno del Deeksha (pronuncia: Diksha) ha origine alla fine degli anni ottanta nel sud dell'India, quando Amma e Bhagavan, due insegnanti riconosciuti nella qualità di Avatar, fondarono la loro scuola chiamata Jeevashram, oggi Oneness University.

Nel luglio 1989, improvvisamente, alcuni giovani studenti incominciarono a sperimentare elevati stati di coscienza, grazie ad una energia che essi vedevano scendere in loro nella forma di una sfera dorata. L'Oneness Deeksha è in grado di favorire in coloro che lo ricevono il progressivo stato di risveglio della coscienza dall'illusoria percezione di separazione dal Divino. Questi ragazzi sono oggi esseri risvegliati, la cui vita è dedicata al trasferimento di questa potente energia.

Amma e Bhagavan, ad oggi, ne hanno formati circa duecento, quasi tutti molto giovani, avendoli iniziati in età scolare. Dopo un decennio di peregrinazioni in tutta l'India dando il Diksha a decine di milioni di persone e risvegliandone svariate migliaia, hanno assunto la missione di insegnare e preparare altri a questo compito per favorire una veloce diffusione dell'esperienza a livello mondiale.

Dal 2003 la Oneness University ha aperto il programma di preparazione dei Deeksha Giver ai paesi di tutto il mondo. Da ogni parte del mondo si sono avvicinate migliaia di ricercatori ed esponenti spirituali di ogni credo.

### ***Cosa è Oneness DEEKSHA e COME AGISCE?***

L'Oneness Deeksha è una speciale energia in grado di velocizzare nella persona ricevente il processo di risveglio dalla illusoria percezione di essere separato. Senza perdere il senso della propria identità, la persona matura progressivamente la capacità di viverci allo stesso tempo quale parte di un unico organismo al quale appartiene ogni forma di vita.

Alcuni autorevoli studi sembrano attribuire questa elevata qualità del sentire ad un equilibrio molto particolare di alcune aree del cervello: una diminuzione di attività dei lobi parietali che ci forniscono la percezione da cui deriva il nostro senso di identità, contrapposta ad un aumento di attività del lobo pre-frontale sinistro attraverso il quale invece è possibile percepire il senso di unione. Questo equilibrio attiva diversi cambiamenti fisiologici ed emozionali. L'accettazione profonda di questo senso di unione consente il libero fluire di energie potenti: la persona sperimenta allora stati di coscienza e di benessere superiori, e la globalità del suo essere ne viene progressivamente permeata e nutrita.

L'energia del Deeksha non fa distinzioni di credo, colore, razza, sesso o età. Essa viene semplicemente trasferita da un Diksha Giver ponendo le mani sulla testa della persona che la riceve.

### ***Gli effetti dell'Oneness DEEKSHA***

Ciò che la maggior parte delle persone descrive quando riceve l'energia del Deeksha, è una progressiva distensione alla quale spesso si accompagna uno stato di profonda serenità, pace ed armonia interiore. Per brevi momenti, all'inizio spesso casuali, il ricevente sperimenta inoltre stati di forte unione con ogni forma di esistenza e con ciò che egli percepisce come Divino, trascendente cioè alla realtà strettamente terrena. In termini pratici, ciò significa che la persona ricevente matura la capacità di viverci non più come entità sola e separata, bensì come essere connesso ad ogni altra forma di esistenza, non più identificato con la propria personalità, la quale gli apparirà come una parte di sé e non più come l'unico sé.

Come fosse un film, iniziano allora a divenire chiare le cause prime che hanno determinato, fino dall'età infantile e a volte prenatale, il ripetersi di alcuni eventi dolorosi, liberandone il carico emotivo ed interrompendo il processo di ripetizione. E' la cessazione progressiva dei conflitti interiori.

### ***Oneness Diksha***

#### ***La discesa della Grazia***

Il concetto fondamentale della Oneness è che, la trasformazione interiore e il risveglio a stati superiori di coscienza, non siano il risultato di semplice comprensione intellettuale ma arrivino tramite un salto di coscienza, in cui la propria esperienza della vita, sia ridefinita nel profondo. Questo si ottiene con l'Oneness Diksha, che è un fenomeno originato dalla profonda passione e dall'intento di Sri AmmaBhagavan.

L'Oneness Diksha, o più semplicemente Diksha, è un trasferimento di energia che produce crescita nella coscienza. Sappiamo che, l'esperienza dell'attuale situazione di crisi, la capacità di gestire le incomprensioni in una relazione, la comunicazione con un figlio/a ribelle, le emozioni causate da una diagnosi infausta, la connessione con le persone circostanti, la gioia che riusciamo a provare, la dedizione al lavoro, ecc... dipendono dal nostro livello di coscienza. Man mano che la coscienza si eleva, aumenta la consapevolezza, la gioia, l'amore, la comunanza, e l'attenzione in tutto quello che si fa e che si sperimenta. Il Diksha non richiede di cambiare abitudini di vita, e non consiste in un nuovo percorso da seguire. Non obbliga ad abbracciare nessuna filosofia o ideologia. Trascende le barriere religiose e culturali, perchè porta le persone a risvegliarsi alle proprie tradizioni spirituali, provocando un cambiamento neurobiologico, per cui la religione diventa una questione di scelta personale e di affinità. Per questo, persone di ogni età e fede, possono ricevere il Diksha. Effetti

benefici del Diksha L'evoluzione della propria coscienza si manifesta con cambiamenti in tutte le sfere della vita: salute, prosperità, relazioni, spiritualità.

Il Diksha produce una crescita di coscienza, migliorando la propria esperienza di vita. Il Diksha cambia le emozioni e le percezioni, oppure ci aiuta a liberarci dalle percezioni. Questo cambiamento modifica l'approccio alle difficoltà e alle opportunità, poichè quando le percezioni cambiano, i problemi non vengono più visti come problemi.. Quando le percezioni cambiano, anche la propria realtà cambia, poichè il mondo esterno è solo un riflesso del mondo interno. Percezioni più raffinate ed emozioni positive, creano una vita di successo e appagante. Non c'è posto per lo sforzo nel Diksha. anche se un certo impegno di introspezione, contemplazione, fare le giuste domande, coltivare un intento, agire all'esterno, ecc...è comunque essenziale. Il ruolo dello sforzo, in questo contesto è paragonabile ad un aereo che rulla sulla pista, cercando di decollare. Senza il sostegno dell'aria, il decollo non è possibile. Il Diksha è come quell'aria che alla fine solleva l'aereo dal suolo. Il Diksha viene trasmesso posando le mani sulla testa del ricevente, o a volte, tramite intento. In quest'ultimo caso, il Giver deve mantenere il receiver nella propria consapevolezza per qualche minuto, per permettere al Diksha di fluire. In questo modo il Diksha può essere trasmesso a migliaia di Km e anche ad un gruppo intero di persone. Il Diksha lavora in modo diverso nelle varie persone, secondo i loro bisogni più importanti. Questi sono i benefici più comuni, che i riceventi hanno riferito.

Gli effetti possono aumentare in relazione a quante volte lo si riceve.

- Aumenta il potenziale creativo, le abilità e l'intelligenza.
- Aumenta la capacità di imparare.
- Risolve i conflitti interiori e porta alla pace interiore e all'armonia.
- Porta amore nelle relazioni.
- Guarisce i traumi emotivi e riduce la pressione dei pensieri.
- Evoca affetto, amicizia e maggior senso di connessione con gli altri.
- Risveglia la compassione.
- Infonde vitalità.
- Guarisce il corpo, guarendo la mente.
- Rilassa il fisico ed allevia lo stress.
- Aiuta a voler più bene al proprio corpo e ad apprezzarlo.
- Invoca energie favorevoli.
- Rimuove gli ostacoli che impediscono il successo.
- Rende possibile una struttura mentale più propizia all'abbondanza.
- Fa iniziare un viaggio verso l'esperienza dell'amore e della gioia incondizionati.
- Fa iniziare un viaggio verso il Risveglio e la Realizzazione di Dio.

Colle di Val d'Elsa presso il CentroTheatrikos  
Corso di Risveglio all'Unità  
**ONENESS DEEKSHA**  
Il Trainer Darshana ha certificato 7 nuovi Diksha Giver



Nel mese di Maggio presso il <Centro Ricerca Teatro Arti Culture Discipline Olistiche Theatrikos> Colle di Val d'Elsa, si è tenuto il Corso di Risveglio all'Unità condotto dalla Trainer Darshana Patrizia Tedesco, che ha certificato 7 Deeksha Giver:

Marilena Gabriela Bailesteanu

- Elisa Benvenuti
- Filippo Colombo
- Jolanda Pietrobelli venuti da Pisa
- Guruprem Roberto Aiello
- Franca Ballotti venuti da Siena
- e Armando di Colle di Val d'Elsa, allievo di Darshana

***Cos'è Oneness Diksha - La discesa della Grazia***

Il concetto fondamentale della Oneness è che, la trasformazione interiore e il risveglio a stati

superiori di coscienza, non siano il risultato di semplice comprensione intellettuale ma arrivino tramite un salto di coscienza, in cui la propria esperienza della vita, sia ridefinita nel profondo.

Diksha è un trasferimento di energia che produce crescita nella coscienza. Sappiamo che quanto proviamo dipende dal nostro livello di coscienza. Man mano che la coscienza evolve, aumenta la consapevolezza, e quindi gioia, amore, la comunicazione e attenzione per quanto viene sperimentato.

Il Diksha non chiede un cambio di abitudini e non si spaccia per un nuovo percorso da seguire. Non ha niente a che vedere con filosofie, religioni, conduce gli esseri umani a risvegliarsi alle proprie tradizioni spirituali, procurando un cambiamento neurobiologico, che aiuta le scelte personali. Chiunque può ricevere Diksha.

Effetti benefici. L'evoluzione della propria coscienza si manifesta con cambiamenti in tutte le sfere della vita: salute, relazioni sociali, spiritualità.

Esso produce una crescita di coscienza, migliorando la nostra esperienza di vita, cambia le emozioni e le percezioni, rende liberi dalle pastoie della quotidianità

Il Diksha viene trasmesso posando le mani sulla testa del ricevente, oppure tramite lo sguardo, oppure tramite il pensiero. In questo modo può essere trasmesso a distanza a un numero infinito di individui. Il Diksha lavora in modo diverso da persona a persona.



# Da pochi anni giunto in Italia il metodo hawaiano di guarigione **HO'OPONOPONO**

Sono in tanti a prediligere per la sua semplicità e potenza

di

Jolanda Pietrobelli

Ho avvicinato Ho'oponopono, leggendo con entusiasmo Zero Limits di Joe Vitale, scrittore individuato su The Secret. Il metodo mi è piaciuto subito, semplice in sé, che non richiede grande perspicacia, ma volontà e onestà, l'ho sentito immediatamente mio e dato che alla fine, di energia si tratta, energia di amore, ho pensato di approfondirlo studiando gli scritti del Dott. Hew Len, medico hawaiano che pratica ho'oponopono dal 1983.



Lui apprese il metodo dalla Maestra Superiore, "Tesoro vivente delle Hawaii", Mornah Nalamaku Simeona. Lei è la creatrice della moderna versione Ho'oponopono, sulla base della propria esperienza di Kahuna ha messo a punto questo metodo nel quale ha unito quello tradizionale adattandolo alle esigenze di un vivere moderno, chiamandolo: **Ho'oponopono dell'identità del sé** e va letto come messaggio di liberazione e gioia che entra nella nostra profondità per modificare in meglio la nostra esistenza. Ho'oponopono ci insegna a cancellare, a eliminare le inutilità dentro di noi. Esso è un processo di perdono, pentimento e trasformazione. Ognuno di noi ha una propria "gomma interiore" per cancellare le nostre inutilità, che affollano la nostra vita, rendendola pesante, ma non sappiamo usarla questa gomma, Ho'oponopono viene in nostro soccorso e ci aiuta nell'eliminazione dei pensieri, ricordi, con cui ci creiamo i nostri problemi. Ho'oponopono, è oggi conosciuto anche in Italia e assieme al Reiki, al Theta Healing, si pone a noi con amore ed efficacia. Vogliamo provare?

TI AMO  
MI DISPIACE  
PERDONAMI  
GRAZIE

*"Ho'oponopono è un grande regalo che permette di sviluppare un rapporto attivo con la Divinità Interiore e di imparare a chiedere che i nostri errori nel pensiero, nelle parole, nei fatti e nelle azioni, siano corretti in ogni istante. È un metodo che riguarda essenzialmente la libertà, la completa libertà dal passato. Noi siamo qui per portare pace nella nostra vita e se portiamo pace nella nostra vita, tutto attorno a noi trova il suo posto assegnato, il suo ritmo, la sua pace."*

# SIMBOLO KAHUNA



Kahuna è un simbolo di protezione e purificazione

Ogni qual volta ne avverti l'utilità, visualizza il simbolo Kahuna che esce dal cuore, si ingrandisce fino a inglobare la tua persona.

Immaginati dentro di esso al riparo da qualsiasi pericolo. Questo simbolo ti inonda di luce

Pulsando con i battiti del cuore si rigenera continuamente e quando ne senti il bisogno è lì per te, per usarlo lo devi solo visualizzare. Può essere adoperato per protezione e pulizia di ambienti, purificazione

## COME SI TRACCIA:

Il simbolo KAHUNA comincia dall'esterno quando lo disegni (e si concentra), ma quando lo hai visualizzato può anche espandersi all'infinito partendo dal cuore

Ospite del M° Gianni Tucci, l'associazione olistica  
<il Ruggito del Chihuahua Viola>

## PERCORSI DI LUCE E HO'OPONOPONO

Alla Palestra Kosmos una giornata intensa in mezzo alle energie



Si è tenuto recentemente presso la Palestra Kosmos (Ghezzano /Pisa) del M° Gianni Tucci una giornata dedicata all'incontro sciamanico tra gli animali di potere e l'essere umano.

Un evento, dal titolo <Percorsi di Luce>.

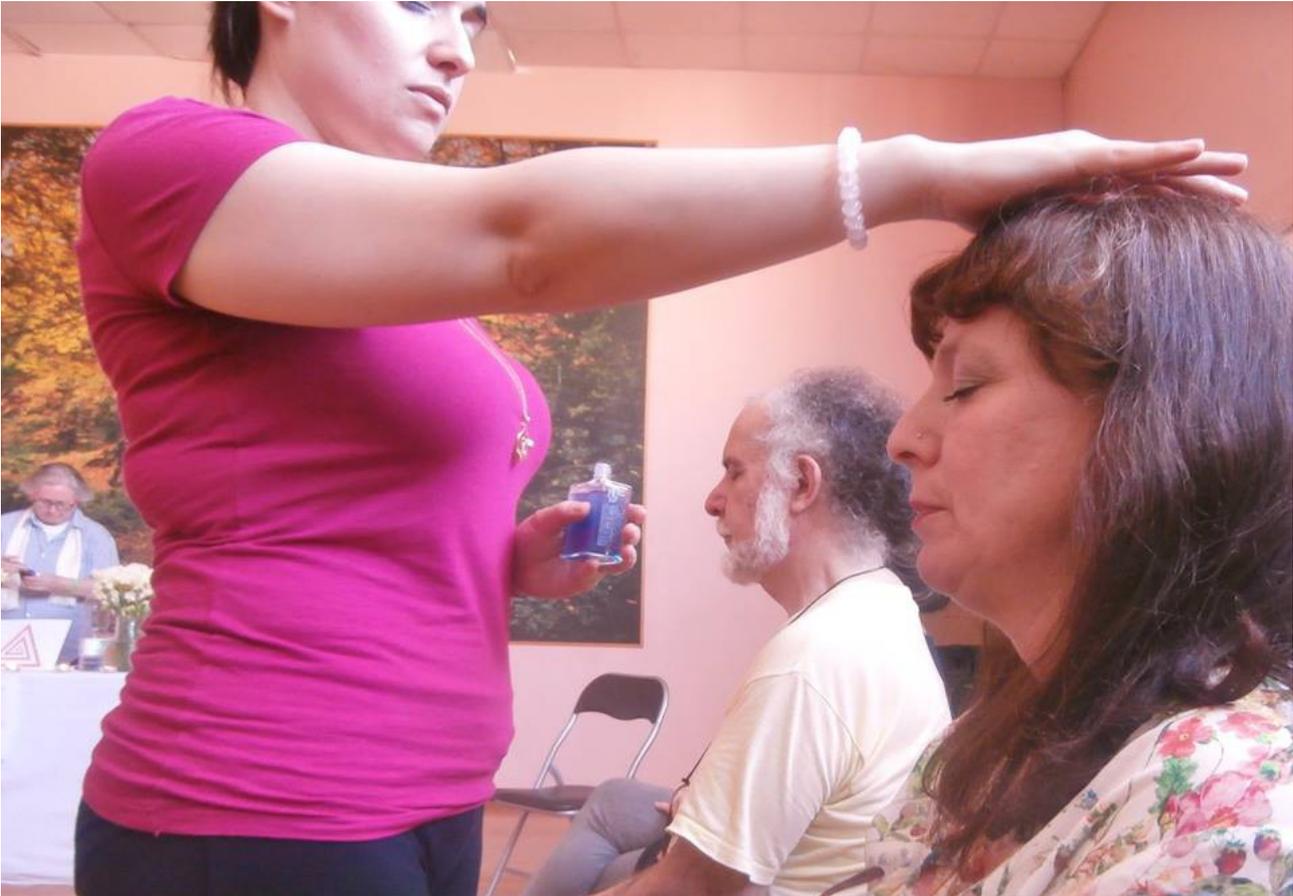
Questa esperienza è nata con l'intento di integrare diverse discipline olistico-energetiche per raggiungere un benessere fisico e spirituale.

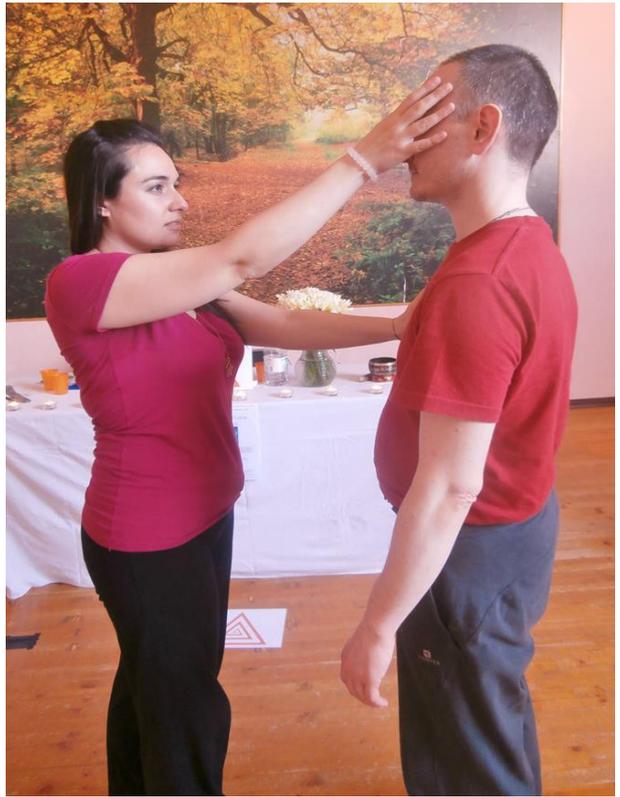
Un cammino del genere si sviluppa attraverso la consapevolezza interiore per raggiungere una buona relazione con la realtà esterna ed una espansione di coscienza.

In questo incontro è stato seguito un percorso sciamanico che si è avvalso dell'aiuto di alcuni simboli utilizzati dai tre Reiki Master presenti Elisa Benvenuti, Filippo Colombo e Jolanda Pietrobelli, per sintonizzare con gli alleati di potere utili per affrontare le difficoltà quotidiane della vita.

Dopo una condivisione in gruppo di ciò che si è vissuto, la serata si è conclusa con un'esperienza di gratitudine con Ho'Oponopono.

Seguono alcuni momenti della giornata





L'affermazione che si ripete durante la pratica. Significa risolvere

# YOGA NIDRA E SANKALPA

Si tratta di un processo di formazione della mente  
per sviluppare la fiducia



Yoga Nidra è uno stato di sonno cosciente. Durante la pratica di yoga nidra, la persona che lo pratica sembra essere addormentata, ma la coscienza funziona a livello più profondo di consapevolezza. E' il sonno con una traccia di consapevolezza profonda. E' lo stato tra la veglia ed il sonno. Yoga Nidra permette alla persona, che sta praticando, di essere cosciente in questo stato e alimentare il seme della grande forza di volontà per ispirare il Sè superiore.

La tecnica di rilassamento Yoga Nidra si pratica in tutte le sessioni di Yoga. La maggior parte della gente pensa che è semplicemente relax e che per rilassarsi quando si è stanchi sia sufficiente andare a letto, ma se non si è liberi da tensioni muscolari, mentali ed emozionali, non si è mai rilassati. Questa è la ragione per cui molti si svegliano al mattino con una sensazione di stanchezza, irrequietezza e di riposo inadeguata.

## Sankalpa



La parola sanscrita, Sankalpa, significa risolvere. Si tratta di una affermazione da ripetere durante la pratica di Yoga Nidra. Si tratta di un processo di formazione della mente per sviluppare la fiducia e la fede in se stessi e per fornire una direzione per la vita. Se lo si utilizza con saggezza il suo effetto è quello di risvegliare la forza di volontà, unendo la consapevolezza cosciente con le forze dell'inconscio, parte dormiente. Il sankalpa assume la forma di una breve frase chiara e concisa, che espressa con la stessa formula di volta in volta durante le pratiche di Yoga Nidra può portare un cambiamento positivo.

Lo scopo del Sankalpa è quello di influenzare e trasformare il modello di tutta la vita, non solo il corpo, ma anche la mente, le emozioni e le forze spirituali. Queste forze sono normalmente dissipate da conflitti interiori, o confusione, o da varie sollecitazioni esterne e le responsabilità della vita. Sankalpa è uno strumento per concentrare l'energia, il prana cioè la forza vitale, in modo che diventi come un raggio laser. Può essere espresso per:

- La riforma delle cattive abitudini
- Migliorare la qualità della vita e del vivere
- La creazione di un reale cambiamento all'interno della nostra personalità
- Realizzare quello che stiamo cercando di raggiungere in questa vita

### **Come formulare il Sankalpa?**

La scelta del tipo di Sankalpa da fare è molto importante e dovrebbe essere sempre finalizzata a far emergere il meglio. Il Sankalpa deve essere una frase breve e dolce formata da poche parole. Sankalpa non deve essere influenzato solo dalle parole ma deve essere visualizzato simbolicamente come immagine e sentito come una sensazione. Dovrebbe portare una sensazione di completo abbandono e di fede verso l'Universo. Una volta trovato il proprio Sankalpa, si dovrà meditare su di esso, ripeterlo sempre e non cambiarlo, fino a che assume forma tangibile. L'affermazione del Sankalpa viene espressa al presente per indicare la situazione ed il cambiamento già realizzati. Il Sankalpa dovrebbe essere espresso solo quando si comprende il suo vero scopo e significato. In principio, la maggior parte della gente non sa che cosa è o quale Sankalpa utilizzare, pertanto si dovrebbe attendere che si sviluppi la sua comprensione. Per arrivare a questo stato, meglio iniziare con qualcosa di molto semplice, per esempio: cambiare un'abitudine, cambiare limiti che inibiscono la crescita e la comprensione di se stessi.

### **La potenza del sankalpa**

Il potere del Sankalpa sorge quando entriamo in sintonia con i nostri desideri, in che cosa vogliamo veramente raggiungere, e per allontanarci dalla confusione, dubbio e conflitto; il sankalpa è come un seme ed ha un potere enorme, ma solo se si è seminato in un terreno fertile e curato si ha la certezza interiore che il seme produrrà i suoi frutti a suo tempo. Allo stesso modo se si prepara la mente, e poi si semina il seme nel letto della mente, se la mente è chiara, allora il Sankalpa cresce molto bene e diventa forza di volontà.

### **Yoga e sankalpa**

Sankalpa deve essere utilizzato ogni volta prima di cominciare la pratica Yoga nidra e/o le sessioni di yoga o meditazione. La pratica del Sankalpa, nello Yoga, ci permette di trascorrere un po' di tempo pensando e cercando di entrare in sintonia con ciò che veramente vogliamo nella vita. Si tratta di una pratica fondamentale perché fornisce una base per tutto il resto. Il problema è che siamo così tesi - che il nostro passato è teso, il nostro presente è teso, e il nostro futuro è teso e lo Yoga ci insegna a concentrarci sul presente e di ignorare le insicurezze del futuro. Se qualcosa sta per accadere in futuro, perché preoccuparsi adesso? Vivi il tuo presente. Se si pratica Yoga (che

comprende lo Yoga Nidra, e tutti i percorsi di Yoga e Meditazione), tutte le pratiche vi guideranno verso una mente calma e costante, e allora Sankalpa avrà più forza e sarete in grado di penetrare più profondamente, rispetto a quando la mente è dissipata.

Un Sankalpa è sempre un'intenzione cosciente, ma viene, possiamo dire, da una fonte biologica. I semi sono puri, e quando piantati in un terreno fertile, radicano con forza, germogliano e crescono. Fioriscono, producono più semi, e più fiori, e la nostra visione della vita si trasforma.

Un Sankalpa, è una breve frase tagliente che viene indicata nella presente. Non è tanto una risoluzione, ma un'Affermazione di ciò che già è. Un Sankalpa graffia sotto la superficie dei nostri desideri cosciente, e ha la potenzialità di trasformare non semplicemente i dettagli della vita, ma la vita in Sé. Il suo significato deriva dal cuore e riconosce la nostra anima. Si celebra la nostra esistenza, e attraverso il riconoscimento della nostra essenza, esso rivela la nostra inter-connessione. I semi di Sankalpa sono piantati in un terreno fertile, in quello stato di rilassamento totale tra veglia e sonno, dove la consapevolezza galleggia attraverso i nostri livelli di coscienza, dolcemente, come le nuvole emigrano tra i livelli della atmosfera.

Un Sankalpa è puro, profondo e potente. Esso non è limitato dalle nostre percezioni di tempo e di luogo. Una volta nominato, un Sankalpa non deve essere modificato: non è usa e getta. Un Sankalpa ben formulato, può durare una vita. Il tuo Sankalpa è personale, non dev'essere condiviso o discusso. Ma non è neanche egoista. Anzi, è universale, unificante ed espansivo. E mentre il nostro Sankalpa è per sempre, uno specifico Sankalpa può essere scelto per aiutarci attraverso un periodo di guarigione, di trasformazione o di transizione. Il Sankalpa sostiene la tua guida interiore.

Dedica un po' di tempo per scegliere il tuo Sankalpa. Non avere fretta. Sii saggio. Il Sankalpa dev'essere necessariamente breve. Ha bisogno di essere ripetuto quando sei profondamente rilassato, allora non complicarlo. Rendilo potente e onesto. Lascialo annunciare la tua verità più profonda.

## **Esempi**

### *Sankalpa per la crescita spirituale:*

Sono un canale per l'amore divino. Amo e sono amato.

Vivo pienamente la mia potenzialità spirituale.

Sono guidato, sono protetto, sono allineato.

La mia energia si espande per il beneficio di tutti.

### *Sankalpa per aiutare nella crescita personale e trasformazione:*

Ho intenzioni pure, tutte le mie azioni hanno successo.

Sono paziente, compassionevole, e forte.

Mi fido e seguo il mio cuore, la mia guida interiore.

### *Sankalpa per aiutare nei periodi di incertezza e di guarigione:*

Sono in pace, so pace, sono pace.

Sono guarito, sono completo, sono libero.

Ho fede nel flusso della vita.

### *Sankalpa per la gravidanza:*

Ho tutto quello che ho bisogno per far nascere mio figlio.

Ogni respiro è un respiro per due.

Sono sempre più vicino a tenere in braccio il mio bambino.

Per le Meditazioni Guidate e Yoga Nidra avrai bisogno del tuo Sankalpa, quindi dedica tempo per trovare le parole che suonano meglio per te. Ascolta profondamente, e fidati di ciò che ritieni giusto.

## **Programma 2015 GENNAIO – LUGLIO**

---



Associazione culturale, spirituale e di opere socio-sanitarie.

**ONLUS**

C.F.: 90031070502

Sede Legale: Via Emilia, 58 56021 – Arnaccio - Cascina (PI)

Iban C/C postale: IT51Z0760114000000035545581

**[info@casagrandeilnespolo.it](mailto:info@casagrandeilnespolo.it) [www.casagrandeilnespolo.it](http://www.casagrandeilnespolo.it)**

PER QUALSIASI INFORMAZIONE, CONTATTARE LA SEGRETERIA ORGANIZZATIVA:

SIG.RA ADRIANA RINDI

TEL.: 320-6782547

Puoi destinare il 5 per mille della tua denuncia dei redditi firmando nello spazio “sostegno del volontariato delle Organizzazioni non lucrative di utilità sociale” e indicando nell’apposita casella

IL NOSTRO CODICE FISCALE: 90031070502

NON TI COSTA NIENTE, GRAZIE!!!

In accordo con Don Massimo Vannozi, nei seguenti sabati alle ore 18,00, ci saranno

**I VESPRI, IL SANTO ROSARIO E**

**LA CONDIVISIONE DI PREGHIERE:**

17 e 31 gennaio, 14 e 28 febbraio, 14 e 28 marzo,

11 aprile, 9 e 23 maggio, 6 e 20 giugno,

4 e 18 luglio.

Presso la chiesina dell’Arnaccio.

**SANTA MESSA DEGLI ANGELI**

Viene celebrata l’ultima domenica di ogni mese  
alle ore 10,00 presso la chiesina dell’Arnaccio.

**“MERCATINO DI BENEFICENZA”**

**Dal lunedì al giovedì 10,30-12,30**

**Martedì e giovedì 17,30-19,30**

Presso i locali di via Putignano 130

**Mercoledì e Sabato 15,00-18,00**

Presso la sede dell’associazione.

Un modo simpatico e moderno per fare regali originali, risparmiare e aiutare chi ha bisogno.

Abbiamo indumenti, parei da tutto il mondo, giocattoli, scarpe, libri, bigiotteria, e tanto altro.

Nuovo e usato a offerta libera

## **INCONTRI DI SUPPORTO E AIUTO**

Per supporto e aiuto a genitori che hanno perso figli, per chiunque abbia avuto un lutto, e anche per chi ha solo bisogno di un colloquio di sollievo e di condivisione, ci sarà la possibilità di prendere appuntamenti al numero 347-9045117.

Presso la sede dell'associazione.

**Per chi ne sente la necessità, c'è anche la possibilità di un dialogo telefonico di supporto allo**

**050-3140327**

**24 ore su 24**

### **“L'INCONTRO A TEMA”**

*Ascoltare, Dialogare, Socializzare e Meditare*

7 maggio: la sessualità nel rapporto di coppia

21 maggio: meditazione sull'amore

4 giugno: le cinque ferite

18 giugno meditazione del perdono

9 luglio: stress, malattia dell'anima

23 luglio: meditazione sull'amore e buona energia

Percorsi di innovazione per riequilibrare le nostre energie dallo stress e dai problemi di tutti i giorni.

Telefonare per prenotarsi, è a numero chiuso e gratuito.

Presso la sede dell'associazione alle ore 21.30

### **“IL CAMMINO DELLA CONSAPEVOLEZZA”**

Incontri di letture e approfondimenti introspettivi

Coordinati da Rosanna Puccio

14 e 28 gennaio, 11 e 25 febbraio, 11 e 25 marzo,

8 e 22 aprile, 13 e 27 maggio, 10 e 24 giugno,

8 e 22 luglio.

c/o Pubblica Assistenza, Via Bargagna 2, Pisa

Telefonare per prenotarsi

al n° 050-3140327 o 320-6782547

### **SEMINARIO**

**“Cosa fare per vivere in armonia e con gioia”**

Tenuto da Felicita Foscaldi

Dalle 9,00 alle 13,00

28 febbraio, 21 marzo, 18 aprile, 30 maggio,

27 giugno e 25 luglio.

Minimo 5, massimo 10 persone.

Presso la sede dell'Associazione

### **SEDUTE DI P.M.T. e**

#### **TRATTAMENTI ENERGETICI:**

F.A.A. (Fire Axe Activation) e

Q.S.P. (Quantum Solution Personality)

1 marzo, 22 marzo, 19 aprile,

31 maggio, 28 giugno e 26 luglio.

Tenuti da Felicita Foscaldi

Su appunt. Presso la sede dell'Ass.ne

**IL DOLORE E LA SPERANZA**  
IV Incontro "Contatti di Luce"  
*Noi genitori siamo compagni di viaggio  
sulla strada della vita.*  
17 MAGGIO 2015  
ore 9.00-13.00 14.30 18.30  
Il Redentore, Via dei Giacinti, 4  
Calambrone Tirrenia Pi.

**GITA A CASCIA E GUBBIO**  
30 e 31 maggio 2015  
Euro 150,00

4 GIUGNO 2015  
Proiezione del filmato  
**"Un altro mondo"**  
Di Thomas Torelli  
Con la partecipazione del prof. Vittorio Marchi  
Presso L'Arsenale - Pisa

**SEMINARIO**  
**"IL CAMBIAMENTO ESISTENZIALE"**  
*Punto di riferimento spirituale  
Oltre il visibile, c'è l'invisibile*  
7 GIUGNO 2015  
Condotta da Dino Marabini  
Presso "Il Redentore" Calambrone Tirrenia Pi

**27 GIUGNO 2015**  
**PARTITA DEL CUORE A PISA**  
Nazionale Attori e calciatori italiani  
Contro Vecchie glorie del Pisa

**"DIALOGHI CON I GENITORI"**  
**o con chi ha perso una persona cara**  
25 e 26 luglio  
Persone competenti saranno disponibili su appuntamento per incontri individuali di supporto  
per genitori afflitti dalla perdita di un figlio e per persone che hanno perso un caro.  
Presso la sede dell'associazione  
Ci saranno pranzo e cena sociali per entrambi i giorni; con la compartecipazione di tutti a  
portare ognuno qualcosa di proprio gradimento.

**IN PROGRAMMAZIONE IL  
PELLEGRINAGGIO A MEDJUGORIE**

**PER INFORMAZIONI SU  
L'UNIVERSITÀ POPOLARE DI PISA  
"LE M.I.M.O.S.E." [www.unipolemimose.it](http://www.unipolemimose.it)  
E IL R.I.O.O.L [www.riool.it](http://www.riool.it)  
(REGISTRO ITALIANO OPERATORI OLISTICI)  
CON SEDE IN VIA PUTIGNANO 130 (PISA)  
TELEFONARE AL n° 377-9764007  
MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE  
A CORSI, SEMINARI E CONFERENZE**

Saranno effettuati al raggiungimento di almeno 10 partecipanti; è necessario quindi informarsi telefonicamente per avere conferma di date e luoghi dei vari eventi presso la segreteria organizzativa che si riserva, inoltre, la facoltà di apportare al programma le eventuali modifiche che dovessero rendersi necessarie.

**BIBLIOTECA DELL'ASSOCIAZIONE**

Sarà a disposizione del pubblico la Biblioteca  
"Scienza della guarigione"

Religione, Storia, Medicina, Fisica, Geologia, Narrativa, Spiritualità, Medicina olistica ecc.  
Per ritirare e riconsegnare serve documento d'identità

**Il martedì ore 17,00-18,00**

Presso la sede distaccata in via Tosco Romagnola, n°1948 Navacchio (PI).

**MISSIONE ST MICHAEL'S HOSPITAL**

L'ospedale ha bisogno di essere ristrutturato e non c'è più un medico fisso, ma nonostante questo ci sono circa 150 visite al giorno, e i pazienti più gravi devono essere portati all'ospedale della città, per cui c'è bisogno di carburante per le uniche due auto a disposizione. Una tua piccola offerta può essere di grande aiuto. Se vuoi sostenere questo progetto, puoi fare un versamento sul nostro conto corrente postale specificando la causale.

**MISSIONI UMANITARIE**

**Il Turismo solidale è attivo in Zimbabwe, Zanzibar, Kenya e Madagascar.**

Chi vuole partecipare come volontario può chiedere informazioni presso la segreteria organizzativa della nostra associazione.

Raccogliamo vestiti, lenzuola, latte in polvere e a lunga conservazione, generi alimentari, vitamine per le missioni e donazioni per i nostri progetti:

**ZIMBABWE (Saint Michael's Hospital e Casa di Mariele)**

**ZANZIBAR (Kajengwa)**

**KENYA (Watamo)**

**CONGO (Kinshasa)**

**MADAGASCAR (Nosy Be)**

È una pratica che fa bene alla salute perché depura l'organismo

## DIGIUNARE COME....

Consigli pratici di Padre Jonas Abib



Durante il cammino quaresimale si raccomanda la pratica dei digiuno, ma quali radici ha l'usanza e che senso ha digiunare oggi ?

Tutti possiamo digiunare: giovani o adulti, gestanti o madri che allattano, anziani stanchi o ammalati. Tutti possono farlo senza che ciò arrechi alcun danno, caso mai se ne trarrà vantaggio.

Molte persone non digiunano perché, non sanno come farlo; immaginano che sia una cosa molto difficile da fare ed anche "dolorosa" e che non ci riusciranno mai.

Per aiutare a chiarire dubbi e ad eliminare le paure di queste persone, ho scritto questo libretto sulla pratica del digiuno.

Quello che presento qui è frutto della mia esperienza. Non che io sia un modello: in verità sono stato un tipo piuttosto pigro però, con il passare degli anni, ho accumulato delle esperienze che voglio condividere con voi.

Esistono molti altri libri dai quali poter apprendere di più sulla "mistica" del digiuno. In queste pagine, desidero affrontarne solo l'aspetto pratico.

Esistono più varianti. Ne tratteremo qui solamente quattro tipi che potranno esservi di grande aiuto in questa pratica.

### **Il digiuno prescritto dalla Chiesa**

Così è chiamato quello prescritto per tutta la Chiesa e che, perciò, è estremamente semplice perché adatto a qualsiasi persona.

Qualcuno potrebbe pensare che sia un digiuno di tutto riposo o che neanche sia realmente tale, perché troppo facile da mettere in pratica. Ma non è proprio così.

Questo modo di digiunare viene dalla tradizione della Chiesa e può essere praticato da tutti, senza eccezione. La base di questo tipo di digiuno è che si faccia colazione come d'abitudine, poi si consumi solo un pasto durante il resto della giornata. Si può scegliere tra pranzo o cena, secondo le proprie abitudini, la propria salute e il proprio lavoro.

L'altro pasto sarà sostituito da un semplice spuntino, secondo le proprie necessità.

In questo modo, per esempio, se si sceglie il pranzo come pasto completo, a cena si mangi solo qualcosa che metta nella condizione di trascorrere il resto della notte senza accusare la fame.

L'importante, e qui sta l'essenza del digiuno, è, la disciplina, il non mangiare niente oltre questi tre pasti. Quello che importa è, troncane l'abitudine di "mangiucchiare," , di aprire il frigorifero più volte

al giorno per "spizzicare" qualcosa.

Evitare completamente, in questo giorno, le caramelle, i dolci, i cioccolatini, i biscotti e cose di questo tipo. Lasciare da parte le bevande rinfrescanti ed il caffè

Per i più indisciplinati (e molti di noi lo siamo) già questo è, un vero digiuno e di quelli difficili! In questo tipo di digiuno non si soffre la fame. Più le persone si impongono una disciplina, più mettono a freno la gola! Ed è proprio questa la finalità del digiuno.

Chiunque può praticarlo, perfino gli ammalati, poiché, l'acqua e le medicine non lo interrompono; neanche se fosse necessario del latte per assumere queste ultime, poiché, la disciplina sarebbe comunque mantenuta. Per, gli ammalati o per gli anziani la disciplina può consistere addirittura nel fatto stesso di prendere le medicine e prenderle correttamente.

### **Il digiuno a pane e acqua**

Questo digiuno consiste nel mangiare pane quando si ha fame e bere acqua quando si ha sete: nient'altro.

Non si tratta di assumerli contemporaneamente; al contrario, è proprio questo che si deve evitare.

E meglio mangiare un poco di pane alla volta durante tutto il giorno. Si potrà constatare che questo acquisterà un nuovo sapore. Come pure si deve bere acqua varie volte nel corso della giornata. L'organismo ne ha bisogno. Perciò occorre berne anche quando non se ne ha voglia.

La cosa più importante, la regola è, che si mangi solo pane e si beva solo acqua. Ripeto: non è per tacitare la fame e ancora meglio la sete. Questa è una forma di digiuno che frena maggiormente la nostra gola che, in genere, ci fa agire solo per la pura e semplice soddisfazione di sé. Impone dunque la disciplina che combatte il vizio di mangiare tutto il giorno.

Nel digiuno a pane e acqua si consiglia di consumare pane di manioca che è, molto sostanzioso, così come il pane integrale. Questi tipi di pane, essendo di grano integrale, sono sostanziosi ed evitano eventuali disturbi. Ma anche un comune panino è, sufficiente per fare un buon digiuno, senza essere assaliti dalla fame.

### **Il digiuno a base di liquidi**

Il terzo tipo di digiuno richiede che si trascorra una intera giornata senza mangiare nulla, limitandosi ad assumere liquidi: ci si alimenterà soltanto di questi. E' una modalità di digiuno molto efficace che tiene a freno la nostra gola e garantisce la disciplina.

Trattandosi di liquidi, si ha una grande varietà di opzioni e di combinazioni possibili, che mantengono bene alimentati e in forma senza interrompere il digiuno.

Si raccomanda di bere tè. Potendo scegliere, ne esistono di vari tipi. Caldo, con un poco di zucchero o miele, il tè nutre e mantiene caldo lo stomaco: cosa importante. Chi non può fare uso di zucchero o miele può usare dolcificanti o prendere la bevanda pura: così facendo si priverà del glucosio, che è un alimento, ma conserverà i vantaggi del tè, e del calore. Preferendolo si può bere freddo o gelato, specialmente d'estate.

Aranciata, limonata e succhi di frutta sono pure indicati per questo giorno. Lo stesso dicasi per i succhi di legumi, di carote, barbabietole e verdure in genere. Occorre però stare attenti di bere solo il succo e non la polpa. Combinando frutta, legumi e verdure le possibilità di una buona alimentazione aumentano di molto.

I vari succhi, addolciti con zucchero, miele o dolcificanti, oppure bevuti assoluti, sono sempre nutrienti e lasciano leggeri e meglio disposti alla preghiera e alle altre attività intellettuali o fisiche.

Altra opzione possibile. per questo tipo di digiuno, è, l'acqua di cocco, alimento completo che contiene tutti gli elementi per mantenere il fisico idratato e nutrito.

Tuttavia, per chi non avesse facilità nel reperire questa bevanda può far ricorso ad una bevanda "casalinga", che soddisfa molto bene le nostre necessità alimentari. Un bicchiere di acqua, con un cucchiaino di zucchero ed un pizzico di sale è, un'ottima bevanda. Possiamo superare senza problemi

un giorno intero ingerendo soltanto questa mistura. Ecco un eccellente digiuno.

Vi è, chi passa l'intera giornata bevendo soltanto acqua: in questo caso si tratta di un digiuno totale che è possibile soprattutto a chi ha avuto modo di allenarsi in questo. Ci si può arrivare gradatamente con l'assunzione di soli liquidi fino ad arrivare al digiuno totale: succhi, tè, acqua di cocco, bibita casalinga e, infine, soltanto acqua. Niente impedisce di cominciare dal digiuno a pane e acqua. La persona allenata smette a poco a poco di mangiare riuscendo così ad arrivare al digiuno solo di acqua.

Non sto dicendo che si debba assolutamente fare questo. Sto solamente mostrando che è, una cosa possibile e neanche troppo difficile. Si tratta di acquisire allenamento e disciplina: e qui sta l'essenza del digiuno.

La cosa importante è, che questi tipi di digiuno lasciano il corpo leggero, ben idratato e lasciano riposare l'apparato digerente. La testa è rischiarata, la mente è aperta e ben disposta alle attività spirituali. Non soltanto alla preghiera e alla contemplazione; ma è anche più ricettiva allo studio, alla riflessione, alla lettura, agli scritti, ai calcoli, ai progetti, alle attività creative musicali e poetiche. Tutte le attività, nei campi in cui si vuole ottenere un miglioramento, sono favorite dal digiuno.

Un'importante osservazione da fare è, che per svolgere un qualsiasi lavoro intellettuale, che esiga concentrazione e sforzo mentale, bere, mangiare, prendere caffè, fumare costituisce una pessima abitudine. Fa accumulare tensione su tensione. Questa abitudine, crea l'illusione che tutto ciò renda maggiormente attiva la mente e faciliti la creatività. In realtà, serve solo ad intossicare e aumentare la tensione.

Oltre a tè, succhi, acqua di cocco e bibite fatte in casa, si possono prendere in considerazione anche i brodi. Questi alimenti, in genere, si consumano caldi e, per di più, contengono sale, cosa altamente raccomandabile.

Chiunque, ma specialmente gli anziani ed i malati, possono fare un digiuno molto salutare a base di brodi che, come per i succhi, ve n'è una grande varietà.

Occorre fare attenzione, però, che dicendo brodi, non mi riferisco a zuppe e a minestre, sebbene si possono consumare anche brodi di carne. L'importante è, che si consumi solo il liquido che, oltre tutto, ha il vantaggio di essere caldo, nutriente e di contenere sale.

Specialmente nelle fredde giornate invernali, l'uso del brodo costituisce un ottimo modo di digiunare poiché assicura l'ingestione delle calorie necessarie alle attività, specialmente a quelle spirituali.

## **Il digiuno totale**

In questo quarto tipo di digiuno non si prende nulla: si beve solo acqua.

Si raccomanda, prima di sperimentare questa forma di digiuno, di praticarne uno a pane e acqua ed uno a base di liquidi che possono servire da allenamento. Ma è possibile fare un digiuno senza ingerire neanche acqua? Sì, come ho già detto, è possibile ma sono le persone bene allenate possono tentare di farlo.

E' fondamentale mettersi in testa che non ci si sta sottoponendo ad un test di resistenza. Non abbiamo bisogno di provare niente a nessuno: né a noi stessi, né al Signore. L'obiettivo del digiuno è l'incontro con Dio. è, il favorire la preghiera. è il darsi una disciplina. Esso serve per aprirci alla grazia della contemplazione, dell'intercessione e dell'unzione dello Spirito Santo.

Come abbiamo detto sopra, il nostro organismo ha bisogno di acqua, di essere ben idratato, per agire e reagire nel campo spirituale. E poiché il digiuno è destinato ai "soldati" che, "combattono per Dio" nella dimensione spirituale, occorre bere acqua diverse volte al giorno quando si fa quello totale.

Riguardo all'ora di porre fine al digiuno, soprattutto a quello totale si può terminarlo alle 4 del pomeriggio oppure prolungarlo sino alle 5, alle 6 o alle 8 della sera. l'importante è essere nutriti ed

agire con buon senso.

### **Osservazioni finali**

Un errore molto comune che le persone commettono è di fare un giorno di digiuno saltando la colazione del mattino. Così facendo si comincia a digiunare partendo dall'ultimo pasto fatto la sera prima e non dalla mattina.

Queste persone, male informate, finiscono per avere come risultato un mal di testa, che in genere comincia ben presto: il mal di testa non è l'obiettivo del digiuno.

Come ho già detto, è, una cosa che lascia la persona indisposta per il resto del giorno, la rende irritabile e sempre pronta a perdere la pazienza e questo è, totalmente in opposizione a quanto si spera di raggiungere.

E' come se non bastasse, tutti questi inconvenienti e il mal di testa impediscono alla persona di realizzare bene le sue attività spirituali specialmente la preghiera, opponendosi allo scopo stesso del digiuno.

E perché succede tutto ciò? Perché, gli acidi dello stomaco diventano molto attivi quando la persona fa trascorrere diverse ore senza alimentarsi, particolarmente dopo una notte di riposo.

E' bene che si faccia regolarmente la colazione della mattina, come si fa tutti i giorni, e, a partire da lì, iniziare il digiuno. Facendo così si evitano l'iperattività dei succhi gastrici, il dolore di testa, l'irritabilità e ogni indisposizione.

Se si è abituati a non mangiare nulla al mattino, oppure si decide di non volerlo fare, occorre, almeno bere qualcosa, preferibilmente qualcosa di caldo. Questo farà bene all'apparato digerente preparandolo al giorno di digiuno. Ma se non si vuole fare un intero giorno di digiuno e si preferisce cominciare nel pomeriggio, allora è bene bere ugualmente un buon bicchiere di acqua lievemente intiepidita. Questo favorisce l'attività dell'apparato digerente evitando che soffra per le indisposizioni menzionate.

Un'ultima osservazione essenziale. Nel linguaggio corrente, molte volte si parla di fare digiuno di dolci, di bevande alcoliche, di rinfreschi, di televisione. Si tratta di una buona pratica, che ha senz'altro un certo valore e che non dobbiamo tralasciare di fare. Ma non è corretto dargli il nome di digiuno: in realtà, si tratta di una mortificazione. Quando ci si impone una mortificazione, ci si priva volontariamente di qualcosa offrendo questa pratica come un sacrificio.

Ciò è molto valido e gradito al Signore, essendo un mezzo eccellente per darsi una disciplina e autocontrollarsi. Ma come nell'ambito del denaro: la decima è, la decima e l'offerta è, l'offerta; così nel campo dell'alimentazione e in relazione alle altre privazioni: il digiuno è digiuno e la mortificazione è, la mortificazione. Potete fare quante offerte volete ma non dovete tralasciare di dare la decima. Allo stesso modo, potete fare quante mortificazioni volete, e questo è, buono; ma insisto: non tralasciate il digiuno.

Il digiuno è, una ricchezza che abbiamo bisogno di riconquistare. E' una espressione forte della comunità che ha deciso di convertirsi, di cominciare una vita nuova. Probabilmente siete una delle molte persone che o non lo conoscono o che cominciano a conoscerlo adesso e per questo motivo non l'hanno mai praticato. Ora, con questa nuova conoscenza dell'argomento cominciate a praticarlo, poiché, sicuramente porterà benefici a voi e al Corpo di Cristo.

Da Digiunare come...

Durante il cammino quaresimale si raccomanda la pratica del digiuno, ma quali radici ha l'usanza e che senso ha digiunare oggi ?

Il digiuno ha una radice biblica. Anche in Atti 27,9 è ricordato il giorno del digiuno. Per gli Ebrei

era questo il giorno dell'Espiazione (Vbm Kippur), che si celebra nel mese di Tishri, settimo mese del calendario lunare, che cade dopo l'equinozio d'autunno, quindi tra la fine di settembre e l'inizio di ottobre. Il digiuno rappresenta una pratica tradizionale sia nell'ebraismo che nell'islamismo, dove viene praticato nel mese di Ramadan. Nel Libro di Tobia (cfr. 12,8) leggiamo: «Buona cosa è la preghiera con il digiuno e l'elemosina con la giustizia». Ogni gesto o atto esteriore deve essere accompagnato da un cambiamento interiore. Questo cammino di conversione dell'uomo (metanoía) è sotto il segno della giustizia e della misericordia (cfr. Os 6,6).

In origine il digiuno era legato ai riti funebri, alla penitenza, per ottenere l'aiuto divino e per evitare calamità. Pensiamo al Libro di Giona (cfr. 3,7), con la penitenza collettiva di Ninive che scongiura il castigo divino. Anzi, per ordine del re anche gli animali partecipano al digiuno penitenziale, con un'immagine che resta vivida: «Uomini e animali, grandi e piccoli, non gustino nulla, non pascolino, non bevano acqua».

Tradizionalmente il digiuno comportava l'astinenza da cibi, bevande e anche il divieto di lavarsi e profumarsi. E' chiaro che oggi, nella società dei consumi, il digiuno del cibo può sembrare una pratica alla moda, come una dieta.

Le forme di digiuno del nostro tempo possono, quindi, essere diverse. Le più intelligenti restano quelle raccomandate dal card. C. M. Martini nella lettera pastorale di qualche anno fa, *Il lembo del mantello*, ove, a proposito dei mass-media, dice che «per crescere nella libertà interiore, nel distacco dalle sensazioni troppo immediate e coinvolgenti bisogna imporsi una certa ascesi, essere capaci anche di fare dei sacrifici, delle rinunce» .

Queste danze rituali sono parte integrante  
della tradizione buddista.

## CHAM LE DANZE RITUALI DEL TIBET

La Danza della Mente una mostra itinerante



di Giampietro Mattolin - Piero Verni

All'interno del Buddismo Vajrayana, quella particolare forma dell'insegnamento del Buddha diffusa in Tibet, Bhutan e in numerose aree della regione del Himalaya, è presente un'antica tradizione di danze rituali (cham in tibetano) considerata comunemente tra le più interessanti e suggestive dell'intero continente asiatico.

La policromia di costumi, maschere e ornamenti, i suoni profondi e drammatici degli strumenti, la potenza simbolica dei movimenti dei danzatori e le stesse valenze archetipiche delle "storie meravigliose" raccontate tramite i cham sono comunicazioni che toccano con grande forza il cuore e la mente di quanti assistono alla sacra rappresentazione.

Infatti l'esecuzione di un cham non ha niente a che vedere con uno spettacolo o un avvenimento profano.

Al contrario queste danze rituali sono parte integrante della tradizione buddista.

Vengono eseguite per lo più da monaci, si tengono nei cortili dei monasteri, sono rappresentate per motivi spirituali e all'interno di un preciso contesto religioso.

Per un viaggiatore assistere a un cham è sicuramente un'esperienza straordinaria.

Anche se il più delle volte la quasi totalità dei simboli usati dai danzatori gli sarà sconosciuta ed oscura, rimarrà comunque coinvolto dalla incredibile ricchezza del linguaggio della danza.

Infatti la forza del messaggio contenuto nel cham travalica la mancata comprensione letterale dei suoi simboli e colui che vi assiste, anche quando non possiede gli strumenti culturali necessari per seguire movimento dopo movimento, passo dopo passo, quello che i danzatori stanno "raccontando" tramite le danze, sarà comunque coinvolto e toccato dal flusso di immagini profonde che gli arriva. Certo questa comunicazione non avverrà a livello razionale. Si tratterà piuttosto di uno scambio subliminale destinato a penetrare direttamente nell'inconscio dello "spettatore" grazie a quel potere universale che possiedono i simboli e che lo psicologo svizzero Carl Gustav Jung ha così efficacemente analizzato nelle sue opere.

La mostra si propone il non facile compito di far comprendere cosa sia un cham e all'interno di quale cornice si svolge.

Si propone di spiegare come, tramite il potente linguaggio del rito, il danzatore riesca ad operare una autentica trasfigurazione psicologica e attraverso di essa entrare in contatto con i suoi archetipi interiori, vale a dire quelle energie mentali che normalmente non vengono utilizzate dalla ragione poiché giacciono negli strati più profondi della coscienza.

Mostrare come colui che danza compia una precisa serie di movenze simboliche che gli consentono di identificarsi con determinate divinità e in questo modo far sorgere al proprio interno quelle caratteristiche positive di cui le divinità stesse sono una rappresentazione evidente. Questa mostra, con le sue fotografie e i testi che le accompagnano, vuole anche essere un omaggio per quella antica e nobile cultura del Tibet che oggi, a causa di una drammatica condizione politica e sociale, rischia di scomparire sul Tetto del Mondo.

E nel contempo vuole anche essere un gesto di solidarietà concreta nei confronti del popolo tibetano che sta attraversando uno dei più difficili periodi della sua storia millenaria. Quel popolo che assiste sempre numeroso e partecipa ai cham riuscendo a percepire che per tutta la durata delle danze la divisione tra materiale e spirituale, umano e divino, visibile e invisibile è misteriosamente abolita e il terreno dove si sta svolgendo il cham si è tramutato in uno spazio a-temporale e a-materiale in grado di fornire una diretta ed esplicita comunicazione tra l'infinitamente piccolo (l'uomo e la sua vita di ogni giorno) e l'incommensurabilmente grande (il mondo delle divinità e degli archetipi che esse rappresentano).

In alcuni degli scatti della mostra si può cogliere distintamente quella sorta di "miracolo" che riesce a legare i sofisticati concetti della psicologia buddista che sono alla base del cham alle moltitudini composte da nomadi, pastori, contadini, artigiani che vi assistono.

Eppure, nonostante questo iato culturale, la comunione è totale, impressionante.

Per la gente, anche la più semplice e modesta, il cham rappresenta una tangibile esperienza della propria fede.

Assistendo alle danze, anno dopo anno, i fedeli entrano in contatto con gli aspetti più profondi dell'universo spirituale buddista. Donne e uomini del Tibet e dell'Himalaya, osservando le maschere, i costumi, le movenze delle diverse divinità, incontrano gli archetipi e le prerogative di cui queste sono portatrici.

Grazie alla forza della devozione, "sentono" l'energia che sprigiona da quelle figure, da quelle maschere, da quei movimenti e da quelle musiche.

E tramite il potere di questa energia possono scoprire dentro se stessi le medesime caratteristiche psichiche incarnate dalle divinità ed affinare così la propria consapevolezza migliorando dunque significativamente la qualità della propria esistenza quotidiana.

La mostra fotografica “CHAM – LE DANZE RITUALI DEL TIBET” è composta da 53 pannelli di cui 8 di dimensioni 100x70mm e 45 di dimensioni 70x50mm.



I pannelli sono stampati su canvas (tela pittorica) in alta definizione con intelaiatura in legno di 33mm, corredati con didascalie, e 8 pannelli in pvc con riportati i testi esplicativi delle tematiche della mostra.

L'esposizione è suddivisa in 8 capitoli ognuno introdotto da un pannello grande e da altri in numero variabile di dimensioni inferiori. Come detto, ognuno degli 8 capitoli è introdotto da pannelli di testo esplicativi e ogni pannello ha una sua didascalia.

Gli 8 capitoli sono:

- La danza della mente
- Che cos'è un Cham
- Dove, quando, perché
- I danzatori
- I costumi e le maschere
- I personaggi
- Musica e orchestra monastica
- Il pubblico delle danze rituali

La mostra vuole essere una puntuale ed attenta introduzione ad uno degli aspetti più affascinanti e suggestivi della cultura del Tibet.

Aspetto però, ancora oggi poco conosciuto dal grande pubblico.

La mostra fotografica è itinerante ha preso mosca da Firenze nel marzo 2013 presso la galleria del “Caffè letterario – Le Murate”,

## Note

Giampietro Mattolin



Fotografo e viaggiatore da oltre 30 anni, privilegia gli "scatti" legati alle esperienze di viaggio. Ricerca nei paesaggi, persone e situazioni che ne sono protagonisti, il contrasto tra luce e ombra, cogliendo l'essenza dei particolari.

Nel 2005 ha vinto il premio “DE PISIS” in occasione della Rassegna Internazionale d'Arte Contemporanea “Landscapes” di Ferrara.

Nel 2006 ha pubblicato il libro fotografico “HIMALAYA – luoghi cultura spiritualità”, con testi dello scrittore e giornalista Piero Verni.

Nel 2007 ha pubblicato il libro “MUSTANG – A un passo dal cielo”, una guida fotografica con testi della giornalista Fiorenza Auriemma e prefazione di Piero Verni.

Nel 2012 ha pubblicato “LUNG TA – Universi tibetani”, con testi di Piero Verni, a conclusione di una trilogia sulle culture himalayane all'interno del progetto “L'EREDITA' DEL TIBET” ([www.heritageoftibet.com](http://www.heritageoftibet.com)).

Nel 2007 ha esposto, nel contesto Palladiano di VILLA CALDOGNO, una personale fotografica, dedicata alla 3<sup>a</sup> età, dal titolo “VITE PARALLELE”. Mostra riproposta nel 2008 nell'ambito della 6<sup>a</sup> edizione della manifestazione “ETICA-mente” a Cintello di Teglio Veneto (VE).

Dal 2013 allestisce la mostra fotografica “CHAM – LE DANZE RITUALI DEL TIBET”, in collaborazione con Piero Verni, proposta itinerante in varie sedi prestigiose.

Fondatore nel 2000 dell'associazione “HERITAGE - oltre i confini”

([www.heritageoltreiconfini.org](http://www.heritageoltreiconfini.org)), allo scopo di sensibilizzare e promuovere, con eventi culturali, l'interesse verso quelle minoranze etniche il cui patrimonio culturale (heritage) rischia di scomparire.

Nel 2006 ha promosso il progetto “RANGDUM”: un presidio medico nella località di Rangdum, un villaggio che si trova nello Zanskar, regione himalayana dell'India non lontano dal confine con il Pakistan.

Grazie all'aiuto di persone sensibili a queste problematiche, si è riusciti a raccogliere i fondi per

allestire un centro di primo intervento all'interno del monastero omonimo, ad acquistare un'ambulanza e a costruire, all'interno del complesso monastico, un ostello per i bambini che ne frequentano la scuola, costretti a condividere spazi ristretti in condizioni igienico sanitarie precarie. Nell'estate del 2011 è stato inaugurato ufficialmente l'ostello con una cerimonia celebrata dall'Abate del monastero.

([www.fotomattolin.it](http://www.fotomattolin.it)) ([www.travelsoul.net](http://www.travelsoul.net))

Piero Verni

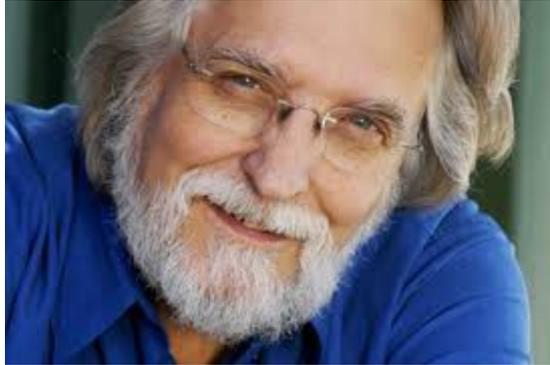


Giornalista, scrittore e documentarista vive tra la Bretagna e l'Italia.

Da molti anni dedica la maggior parte del suo lavoro alla conoscenza della civiltà tibetana e delle culture indo-himalayane cui ha dedicato numerosi reportages, libri e documentari. Tra i suoi libri vanno ricordati: Dalai Lama, biografia autorizzata, nuova edizione aggiornata, Jaca Book, Milano 1998; L'Ultimo Tibet: viaggio nel Mustang, seconda edizione aggiornata, TEA, Milano 1998; Le Terre del Buddha, Touring Club Milano 2001; Tibet, White Star edizioni, seconda edizione Vercelli 2007; Tibet ai confini con il cielo tra natura e spiritualità (in collaborazione con Massimo Bocale), Polaris, seconda edizione, Firenze 2007; Himalaya (in collaborazione con Giampietro Mattolin), Arketis, Padova 2006. Tra i documentari: Il Mio Tibet (in collaborazione con Karma Chukey) Bruxelles 1996, Lontano dal Tibet (in collaborazione con Karma Chukey), 1997, Viaggio nelle Sundarbans, Rai 2000, In Fuga dal Tibet (in collaborazione con Karma Chukey), Premio Bruce Chatwin 2001, Parchi Nazionali Indiani, La 7, 2001, In Marcia Verso il Tibet (in collaborazione con Karma Chukey), Premium Palladium del Flower Film Festival, Assisi 2010.

E' inoltre uno dei soci fondatori dell'Associazione Italia-Tibet, di cui è stato presidente per 14 anni.

Parabola della piccola anima e del sole  
**CONVERSAZIONI CON DIO**  
Non avere paura del buio, ti aiuterà a trovare la luce



di  
Neale Donald Walsch

C'era una volta, in un luogo fuori dal tempo, una Piccola Anima che disse a Dio: "Io so chi sono!"

"Ma è meraviglioso! E dimmi, chi sei?" chiese il Creatore.

"Sono la Luce!"

Il volto di Dio si illuminò di un grande sorriso.

"E' proprio vero! Tu sei la Luce."

La Piccola Anima si sentì tanto felice, perchè aveva finalmente scoperto quello che tutti i suoi simili nel Regno avrebbero dovuto immaginare.

"Oh", mormorò, "è davvero fantastico!"

Ben presto però, sapere chi era non fu più sufficiente.

Sentiva crescere dentro di sé una certa agitazione, perchè voleva essere ciò che era.

Tornò quindi da Dio (un'idea niente male per chiunque desideri essere Chi è in realtà) e, dopo aver esordito con un:

"Ciao, Dio!" domandò: "Adesso che so Chi Sono, va bene se lo sono?"

E Lui rispose: "Intendi dire che vuoi essere Chi Sei Già?"

"Beh, una cosa è saperlo, ma quanto a esserlo veramente..."

Insomma, io voglio capire come ci si sente nell'essere la Luce!"

"Ma tu sei la Luce", ripeté Dio, sorridendo di nuovo.

"Sì, ma voglio scoprire che cosa si prova!"

piagnucolò la Piccola Anima.

"Eh, già" ammise il Creatore nascondendo a malapena una risatina,

"avrei dovuto immaginarmelo.

Hai sempre avuto un grande spirito d'avventura."

Poi cambiò espressione.

"Però, però... C'è un problemino.."

“Di che si tratta?”

“Ebbene, non c’è altro che Luce. Vedi io ho creato solo ciò che sei e, di conseguenza, non posso suggerirti nulla per sentire Chi Sei, perchè non c’è niente che tu non sia.”

“Ehh?” balbettò la Piccola Anima, che a quel punto faceva fatica a seguirlo.

“Mettiamola in questo modo”, spiegò Dio. “Tu sei come una candela nel Sole. Oh, esisti, indubbiamente. In mezzo a milioni di miliardi di altre candele che tutte insieme lo rendono ciò che è.

E il sole non sarebbe il Sole senza di te.

Senza una delle sue fiammelle rimarrebbe una semplice stella...

perche’ non risulterebbe altrettanto splendente.

E, dunque, la domanda è questa:

Come fare a riconoscersi nella Luce quando se ne è circondati ?”

“Ehi”, protestò la Piccola Anima, “il Creatore sei tu. Escogita una soluzione !”

Lui sorrise di nuovo. “L’ho già trovata”, affermo’.

“Dal momento che non riesci a vederti come Luce quando sei dentro la luce, verrai sommerso dalle tenebre.”

“E che cosa sarebbero queste tenebre”

“Sono ciò che tu non sei” fu la Sua risposta.

“Mi faranno paura?”

“Solo se sceglierai di lasciarti intimorire”, lo tranquillizzò Dio.

“In effetti, non esiste nulla di cui avere paura, a meno che non sia tu a decidere altrimenti.

Vedi, siamo noi a inventarci tutto. A lavorare di fantasia.”

“Ah, se è così...” fece un sospiro di sollievo la Piccola Anima.

Poi Dio proseguì spiegando che si arriva alla percezione delle cose quando ci appare il loro esatto opposto.

“E questa è una vera benedizione”, affermò, “perchè, se così non fosse, tu non riusciresti a distinguerle.

Non capiresti che cos’è il Caldo senza il Freddo, ne’ che cos’è

Su se non ci fosse Giù, ne’ Veloce senza Lento.

Non sapresti che cos’è la Destra in mancanza della Sinistra,

e neppure che cosa sono Qui e Adesso, se non ci fossero La’ e Poi.

Perciò – concluse - quando le tenebre saranno ovunque, non dovrai agitare i pugni e maledirle.

Sii piuttosto un fulgore nel buio e non farti prendere dalla collera.

Allora saprai Chi Sei in Realtà, e anche tutti gli altri lo sapranno.

Fa’ che la tua Luce risplenda al punto da mostrare a chiunque quanto sei speciale!”

“Intendi dire che non é sbagliato fare in modo che gli altri capiscano il mio valore?” chiese la Piccola Anima.

“Ma naturalmente!” ridacchiò Dio.

“E’ sicuramente un bene! Rammenta, però, che non significa.

Tutti sono speciali, ognuno a modo proprio!

Tuttavia, molti lo hanno dimenticato. Capiranno che è buona cosa esserlo nel momento in cui lo comprenderai tu.”

“Davvero?” esclamò la Piccola Anima danzando,

saltellando e ridendo di gioia.

“Posso essere speciale quanto voglio?”

“Oh, sì, e puoi iniziare fin da ora”, rispose il Creatore che danzava, saltellava e rideva a Sua volta.

“In che modo ti va di esserlo?”

“In che modo? Non capisco.”

“Beh”, suggerì Dio, “essere la Luce non ha altri significati, ma l’essere speciali può essere interpretato in vari modi.

Lo si è quando si è teneri, o quando si è gentili, o creativi.

E ancora, si è speciali quando ci si dimostra pazienti.

Ti vengono in mente altri esempi?”

La Piccola Anima rimase seduta per qualche istante a riflettere.

“Ne ho trovati un sacco!” esclamo’ infine.

“Rendersi utili, e condividere le esperienze, e comportarsi da buoni amici.

Essere premurosi nei confronti del prossimo.

Ecco, questi sono modi per essere speciali!”.

“Sì!” ammise Dio, “e tu puoi sceglierli tutti, o trovare qualsiasi altro modo per essere speciale che ti vada a genio, in ogni momento.

Ecco che cosa significa essere la Luce.”

“So cosa voglio essere, io so cosa voglio essere!” annunciò la Piccola Anima sprizzando felicità da tutti i pori.

E ho deciso che sceglierò quella parte che viene chiamata.

Non è forse speciale essere indulgenti?

“Oh, certo”, assicurò Dio. “E’ molto speciale.”

“Va bene, è proprio quello che voglio essere.

Voglio saper perdonare.

Voglio Fare Esperienza in questo modo.”

“C’è una cosa però che dovrete sapere.”

La Piccola Anima fu quasi sul punto di perdere la pazienza.

Sembrava ci fosse sempre qualche complicazione.

“Che c’è ancora?” ribattè con un sospiro.

“Non c’è nessuno da perdonare”, disse Dio.

“Nessuno?” Era difficile credere a ciò che aveva appena udito.

“Nessuno”, ripeté il Creatore. “Tutto ciò che ho creato è perfetto.

Non esiste anima che sia meno perfetta di te. Guardati attorno.”

Solo allora la Piccola Anima si rese conto che si era radunata una grande folla.

Tanti altri suoni simili erano arrivati da ogni angolo del Regno

perchè si era sparsa la voce di quella straordinaria

conversazione con Dio e tutti volevano ascoltare.

Osservando le innumerevoli altre anime radunate lì intorno,

non poté fare a meno di dare ragione al Creatore.

Nessuna appariva meno meravigliosa, meno magnifica o meno perfetta.

Tale era il prodigio di quello spettacolo, e tanta era la Luce

che si sprigionava tutt’attorno, che la Piccola Anima

riusciva a malapena a tenere lo sguardo fisso sulla moltitudine.

“Chi, dunque, dovrebbe essere perdonato?” tornò alla carica Dio.

“Accidenti, mi sa proprio che non mi diventerò!

Mi sarebbe tanto piaciuto essere Colui Che Perdona.  
Volevo sapere come ci si sente a essere speciali in quel senso.”  
La Piccola Anima capì, in quel momento, che cosa di prova  
a essere tristi.  
Ma un’Anima Amica si fece avanti tra la folla e disse:  
“Non te la prendere, io ti aiuterò.”  
“Dici davvero? Ma che cosa puoi fare?”  
“Ecco, posso offrirti qualcuno da perdonare!”  
“Tu puoi...”  
“Certo! Posso venire nella tua prossima vita e fare qualcosa  
che ti consentirà di dimostrare la tua indulgenza.”  
“Ma perchè? Per quale motivo?” chiese la Piccola Anima.  
“Sei un Essere di suprema perfezione! Puoi vibrare a una velocità  
così grande da creare una Luce tanto splendente  
da impedirmi quasi di guardarti!  
Che cosa mai potrebbe indurti a rallentare le tue vibrazioni  
fino a offuscarla? Che cosa potrebbe spingere te  
-che sei in grado di danzare in cima alle stelle  
e viaggiare per il Regno alla velocità del pensiero-  
a calarti nella mia vita e divenire tanto pesante da compiere  
questo atto malvagio?”  
“E’ semplice”, spiegò l’Anima Amica, “perchè ti voglio bene.”  
Sentendo quella risposta, lo stupore invase la Piccola Anima.  
“Non essere tanto meravigliato, Piccola Anima.  
Tu hai fatto lo stesso per me. Davvero non ricordi?  
Oh, abbiamo danzato insieme molte volte, tu e io.  
Nel corso di tutte le età del mondo e di ogni periodo storico,  
abbiamo ballato.  
Abbiamo giocato per tutto l’arco del tempo e in molti luoghi.  
Solo che non te ne rammenti.  
“Entrambi siamo stati Tutto. Siamo stati Su e Giù’,  
la Sinistra e la Destra, il Qui e il Là’, l’Adesso e il Poi;  
e anche maschio e femmina, bene e male:  
siamo ambedue stati la vittima e l’oppressore.  
Ci siamo incontrati spesso, tu e io, in passato;  
e ognuno ha offerto all’altro l’esatta e perfetta opportunità  
di Esprimersi e di Fare Esperienza di Ciò che Siamo in Realtà.”  
“E quindi”, continuò a spiegare l’Anima Amica,  
“io verrò nella tua prossima vita e, questa volta, sarò io.  
Commenterò nei tuoi confronti qualcosa di veramente terribile,  
e allora riuscirai a provare come ci si sente nei panni  
di Colui Che Perdona”.  
“Ma che cosa farai”, domandò la Piccola Anima,  
leggermente a disagio, “da risultare tanto tremendo?”  
“Oh”, rispose l’Anima Amica strizzando l’occhio,  
“ci faremo venire qualche bella idea”.  
Poi soggiunse a voce bassa:  
“Sai, tu hai ragione riguardo a una cosa”.  
“E quale sarebbe?”

“Dovrò diminuire alquanto le mie vibrazioni, e aumentare a dismisura il mio peso per commettere questa brutta cosa. Mi toccherà fingere di essere ciò che non sono. E quindi, ti chiedo in cambio un favore.”

“Oh, qualsiasi cosa, qualsiasi cosa!” gridò la Piccola Anima, che intanto ballava e cantava.

“Riuscirò a perdonare, riuscirò a perdonare!”

Poi si rese conto del silenzio dell’Anima Amica e allora chiese:

“Che cosa posso fare per te? Sei davvero un angelo, sei così disponibile ad accontentarmi!”

“E’ naturale che sia un angelo!” li interruppe Dio.

“Ognuno di voi lo e’! E rammentatelo sempre: Io vi ho mandato solo angeli.”

A quel punto la Piccola Anima sentì ancora più forte il desiderio di esaudire la richiesta e chiese di nuovo:

“Che cosa posso fare per te?”

“Quando ti colpirò e ti maltratterò, nell’attimo in cui commetterò la cosa peggiore che tu possa immaginare, in quello stesso istante ...”

“Si? Si...”

“Dovrai rammentare Chi Sono in Realtà”, concluse l’Anima Amica gravemente.

“Oh, ma lo farò!” esclamò la Piccola Anima, “lo prometto! Ti ricorderò sempre così come sei qui, in questo momento!”

“Bene”, commentò l’Anima Amica, “perchè, vedi, dopo che avrò finto con tanta fatica, avrò dimenticato chi sono. E se non mi ricorderai per come sono, potrei non rammentarmelo per un sacco di tempo.

Se mi scordassi Chi Sono, tu potresti addirittura dimenticare Chi Sei, e saremo perduti entrambi.

E allora avremmo bisogno di un’altra anima che venisse in nostro soccorso per rammentarci Chi Siamo.”

“No, questo non accadrà!” promise la Piccola Anima.

“Io ti ricorderò! E ti ringrazierò per avermi fatto questo dono: l’opportunità di provare Chi Sono.”

Quindi, l’accordo fu fatto.

E la Piccola Anima andò verso una nuova vita, felice di essere la Luce e raggianti per la parte che aveva conquistato, la Capacità di Perdonare.

Attese con ansia ogni momento in cui avrebbe potuto fare questa esperienza per ringraziare l’anima che con il suo amore l’aveva resa possibile.

E in tutti gli istanti di quella nuova vita, ogni qualvolta compariva una nuova anima a portare gioia o tristezza –specialmente tristezza- ricordava quello che aveva detto Dio.

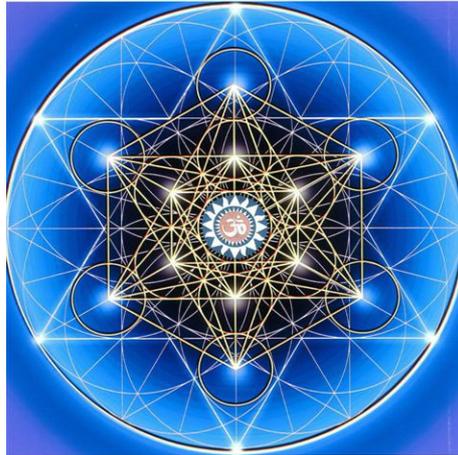
“Rammentatelo sempre”, aveva affermato con un sorriso,

“Io vi ho mandato solo angeli”.

Le prime informazioni scritte su di lui appaiono nello Zohar

## L'ARCANGELO METATRON

Fin dall'antichità si fa riferimento a lui  
nelle tradizioni orali ebraiche



Quando iniziammo il nostro lavoro pubblico con l'Arcangelo Metatron, nel 2003, eravamo gli unici a farlo. C'erano canalizzazioni occasionali di qualcuno, ma altrimenti una ricerca in internet sotto il nome di "Metatron" non forniva molte informazioni attuali.

Adesso i tempi sono cambiati. Metatron è un arcangelo "in voga", e molte informazioni su di lui possono essere trovate in internet, alcune di esse valide e alcune no. Riassumiamo qui cosa può essere facilmente trovato altrove:

Fin dall'antichità si fa riferimento a Metatron nelle tradizioni orali ebraiche. Le prime informazioni scritte su di lui appaiono nello Zohar, la trascrizione degli insegnamenti orali pubblicati nel 13 ° secolo e attribuiti ad un rabbino del 2 ° secolo. Egli è considerato da alcuni come il datore della Cabala e del noto glifo dell'Albero della Vita, e anche dei Tarocchi. Alcuni studiosi sono dell'avviso che Metatron sia "l'Angelo del Signore" come scritto in vari passaggi del Vecchio Testamento.

Metatron è conosciuto come il Re o il Principe degli Angeli, l'Angelo che siede alla destra di Dio, la Voce di Dio, l'Angelo in cima all'Albero della Vita e l'Angelo della Presenza. Fin dall'antichità viene anche associato all'arcobaleno. Metatron interagisce direttamente con l'umanità soltanto in periodi di grande importanza cosmica. Secondo la nostra comprensione, è però assai improbabile che Metatron sia il profeta Enoch asceto. Gli esseri umani non diventano angeli e gli angeli, che non hanno il libero arbitrio, non si incarnano.

Secondo Le Chiavi di Enoch, Metatron è "il Creatore della "Luce esterna" che penetra nelle regioni senza forma e del vuoto permettendo alla Luce Vivente di YHVH di penetrare nelle regioni degli "universi esterni". (Chiave 107 v. 11)

Per quanto ci riguarda, ora abbiamo una comprensione più semplice: Metatron e la sua controparte Sandalphon "reggono la creazione", quali angeli in cima e alla base dell'Albero della Vita. Sono come due alberi che sorreggono un'amaca. Tra loro mantengono la forma e la continuità della nostra esperienza di vita e il cosmo.

[www.stazioneceleste.it](http://www.stazioneceleste.it)

*Metatron*  
*tramite Reniyah Wolf Tradotto da Debora*



SONO Metatron, l'angelo del vuoto senza nome, senza forma da cui scaturisce tutta la creazione. Sono la manifestazione esterna di ciò che conoscete come Dio-Dea, Sorgente, Tutto-Ciò-che-E'.

Sono io che porto il puro pensiero di Dio sulle onde e della vibrazione del suono che forma ciò che voi conoscete come realtà. Tutto-Ciò-che-E' non può conoscere se stesso se non c'è l'è", se non c'è modo di differenziare. Pertanto Dio, come pura coscienza in un vuoto senza nome, senza forma, scelse di espandersi, di proiettarsi nella realtà esterna della creazione.

Tutto ciò che conoscete come reale scaturì da questa scelta. Anch'io sono scaturito da questa scelta, se così volete come interfaccia di Dio, per creare aspetti di se stesso da sperimentare.

Dovendoci essere due polarità affinché possa esistere l'esperienza, venne anche la mia controparte Sandalphon . Siamo conosciuti come gli Angeli che siedono in cima e alla base dell'Albero della Vita. E' così, nel senso che ciò che è creato dal vuoto senza nome, senza forma, deve essere ancorato al fine di essere sperimentato come reale. Tramite noi due, Dio fu in grado di far scaturire infinite potenzialità e possibilità di se stesso, e di conoscere se stesso in modo più completo.

Noi, Sandalphon ed io, vi teniamo per mano, reggiamo il vostro mondo, il vostro universo e tutte le dimensioni della realtà. Siamo una parte di voi e voi siete una parte di noi. Tutti noi siamo scaturiti dal pensiero creativo di Dio. Noi conteniamo dentro di noi l'Albero della Vita. Che ci conosciate o meno, noi condividiamo la vostra esperienza come coscienza incarnata. Vi assistiamo nel creare questa esperienza, qualsiasi cosa scegliate che essa sia. Quando siete scaturiti da Dio, cercando di avere la vostra esperienza unica, vi furono dati i doni del libero arbitrio e della creatività assoluta.

Voi tutti siete sempre esistiti come una parte di Dio. Avete scelto, a volte, di sperimentare voi stessi come coscienza individuale, a volte come parte dell'Una Coscienza. Avete scelto di avere l'esperienza incarnata nella materialità alla quale partecipate ora.

Tutte le dimensioni della realtà esistono come vibrazione sonora, o frequenza. Tutto è un'emanazione del suono proveniente dall'Una Coscienza. Anche se potrebbe sembrare ed essere percepito come se voi ed io fossimo separati, e molto distanti l'uno dall'altro, eppure non è così. Ciò che conoscete come moto continuo di spazio-tempo è un'illusione, un ologramma, se volete.

Voi ed io, e tutto il resto che è, esiste come Uno nel non-spazio e non-tempo. La differenza tra le

varietà di esperienze disponibili nelle dimensioni e miriadi di forme di vita è semplicemente il livello di frequenza, o vibrazione del suono.

Avete scelto, adesso, nella vostra incarnazione, di vivere per un poco in questa illusione di spazio-tempo. Quando avete scelto questo, vi siete abbassati di frequenza. La vibrazione sonora della coscienza di Dio è molto alta, e nulla viene percepito come tangibile. Affinché possa esistere la materialità, la realtà solida che vi è familiare, la vibrazione del suono deve essere più bassa e più lenta. Fu necessario che voi abbassaste la frequenza della vostra parte di coscienza di Dio per sperimentare la vita nel corpo. L'unica differenza tra voi e me, Dio, e Tutto-Ciò-che-Esiste, è il livello della vibrazione sonora.

La materialità fu creata come un'ulteriore espansione dell'esperienza di Dio su Se stesso. Fu creata per gioia, grande gioia, come accade per ogni cosa che si emana da Dio. Fu creata per essere un'esperienza nelle differenze o polarità. Anche se per necessità fu creata da una frequenza più bassa della vibrazione sonora, la materialità non fu creata affinché fosse qualcosa di meno della perfezione di Tutto-Ciò-che-E'. Fu semplicemente creata per essere un'altra varietà della gioiosa esperienza. Lungo il percorso si instaurò il pensiero che certe parti dell'esperienza della materialità fossero buone e certe parti cattive. Tutta la creazione si perpetua continuamente tramite il pensiero della Coscienza di Dio, di tutta la Coscienza di Dio.

Pertanto, nacque il pensiero che certe parti della creazione potessero essere meno perfette.

Allorché più parti della coscienza di Dio cominciarono ad essere concordi su tale pensiero, la frequenza della materialità si abbassò ulteriormente. Ciò che fu creato dalle più alte frequenze dell'amore e della gioia scese nelle frequenze più basse del giudizio e della paura. Questo è il vostro mondo, il vostro pianeta Terra e tutte le forme di vita che risiedono su di esso – vivere l'esperienza della non-perfezione. Voi che risiedete sulla Terra, in verità, non siete mai stati altro che sfaccettature perfette della creazione. Avete fatto l'esperienza di non essere perfetti e separati dalla coscienza di Dio che siete realmente.

Ora, tra voi ci sono quelli che hanno scelto di avere un'esperienza diversa – quella di sperimentare nuovamente la propria perfezione e completezza. Come Coscienza di Dio avete sempre avuto il libero arbitrio di creare la vostra esperienza, in qualsiasi modo avreste scelto. Così come avete scelto di sperimentare le frequenze della paura e della separazione, ora potete scegliere di accogliere le frequenze dell'amore e della gioia. E' in risposta a questa scelta che vengo da voi e vi assisto. Di nuovo porto sul piano terrestre le più alte frequenze della gioia in modo che possiate conoscere e percepire la vostra vera natura.

Ho sperimentato la vostra sofferenza e paura, essendo io una parte di voi. Io sono l'energia che genera tutte le manifestazioni che provengono dal vuoto. Non sono stato separato da voi. Esisto per servire voi e tutta la creazione. Esisto per assistervi nel corso delle vostre esperienze come Coscienza di Dio, non importa quali esperienze scegliate. Parecchi di voi non sono stati in grado di percepirmi perché avete scelto di sperimentare la frequenza più bassa, invece di quella più alta.

Rispondo ora alla vostra scelta collettiva di sperimentare di nuovo la frequenza della gioia che è il vostro retaggio divino. Quando scegliete, così vi viene dato. Io porto le mie energie nel vostro piano per aiutarvi a conoscere la vostra perfezione nella forma incarnata. Adesso non siete, e mai siete stati, qualcosa di meno che le sfaccettature uniche e brillanti della Coscienza di Dio.

IO SONO Metatron

IO SONO Con Voi Sempre

Tempio della Luce Esterna

***Rito per la Guarigione del corpo fisico  
Come dato dall'Arcangelo Metatron***

Diletti, entriamo adesso nello spazio silenzioso delle camere dei nostri cuori, dove troveremo la porta verso il Tempio della Luce Esterna, dove siamo Uno con Dio Madre-Padre.

Accantoniamo adesso gli affanni e le preoccupazioni delle nostre vite terrene ed eleviamoci entrando nel silenzio, illuminati dalla luce e circondati dall'amore di Dio Madre-Padre.

Diletti, adesso entriamo nel Tempio, nello spazio dove la Divina Volontà diviene Divina Manifestazione.

Invitati dall'Angelo della Presenza, proseguiamo adesso verso la sala interna del Tempio, dove la Colonna di Fuoco Arcobaleno sostiene la forza vitale dell'intero Creato.

Elevatevi adesso nell'Unità e non siate più separati gli uni dagli altri o dall'intero Creato.

Diletti, adesso, come Una Mente, Un Cuore, Un'Anima, Un Corpo e Un Eterno Spirito, entriamo nei Fuochi Arcobaleno per essere purificati, trasmutando tutta la falsa oscurità della dualità e della paura che potremmo trattenere nel nostro essere Uno.

Come Uno, gettiamo nei Fuochi Arcobaleno tutte le nostre paure, i nostri giudizi, i nostri malanni e disfunzioni fisiche, tutto il nostro karma, attraverso tutta la nostra linea genetica, nel tempo, passato e futuro, e in tutti i luoghi, spazi e dimensioni in cui esistiamo come coscienza individuale.

Come molte Cellule di Un solo Corpo, del Corpo di Dio Madre-Padre, andiamo, adesso purificati e santificati dai Fuochi Arcobaleno della Creazione.

Il Corpo fisico è un dono di Dio Madre-Padre dato ai Loro figli nella coscienza, concesso per permettere in assoluto libero arbitrio l'esplorazione e l'esperienza nei piani materiali della Creazione. Fu dato perfetto nella forma e nella funzione per servire alla crescita ed evoluzione della coscienza individuale, affinché ognuno fosse una cellula sana nel più grande Corpo della Creazione.

***The Love and Empowerment Foundation***

Sotto gli auspici dell'Arcangelo MetatronAttraverso il libero arbitrio e la scelta di conoscere il bene e il male, la forma e la funzione del corpo fisico furono menomate. In questo momento presente, attraverso il libero arbitrio, espelliamo la conoscenza del bene e del male e le manifestazioni del karma che sono state create all'interno della nostra linea genetica dei corpi fisici, in tutti gli spazi, luoghi e dimensioni in cui esistiamo in forma fisica.

Invochiamo ed ancoriamo adesso, all'interno del nostro Essere, come Molti e Uno, Uno e Molti, in questo spazio molto sacro e santo del Tempio della Luce Esterna, la Matrice Divina originale per il corpo fisico umano.

Invochiamo, come Uno e Molti, Molti e Uno, la Luce altissima della Creazione e lo spettro completo del colore Arcobaleno nel nostro Essere fisico, nei codici del nostro DNA, nella nostra linea genetica, in tutti i luoghi, spazi e dimensioni in cui esistiamo in forma fisica.

Sigilliamo adesso questa invocazione con le Acque dell'Eterno Amore che scorrono dalla Sorgente del Cuore di Dio Madre-Padre, Che accordano tutti i doni ai Loro Figli.

Diletti, adesso, come Uno e Molti, Molti e Uno, vogliamo essere rinnovati dalle Acque dell'Eterno Amore mentre scorrono in ogni cellula, in ogni molecola, in ogni atomo del nostro essere fisico.

Per Volontà Divina, tutto è compiuto e completato, adesso e per sempre.

Diletti, andate adesso, trasformati e rinnovati nel Corpo, nell'Anima, nella Mente, nel Cuore e nello Spirito. Andate adesso nella radiosità della Luce altissima e dello spettroArcobaleno, nella perfetta forma e funzione del corpo fisico, secondo le Matrici Divine date da Dio Madre-Padre.

E così è, adesso e per sempre, per Grazia di Dio Madre-Padre.

# A Casciana Terme – Herbs & Old Remedies - RAFFAELE PROFETI E LA SUA IMPORTANTE ERBORISTERIA

Porta avanti la tradizione in senso stretto



Abbiamo voluto Raffaele a ruota libero e gli abbiamo chiesto di parlare della sua erboristeria. Lo conosciamo da tanti anni, lo abbiamo armonizzato al Reki che gli ha aperto la via a molti percorsi. Laureto i Tecniche Erboristiche... come poteva non venirgli l'idea luminosa?

*<L'idea di Aprire un' Erboristeria nel Paese di Casciana Terme (PI) è nata da un'esigenza di mettersi in gioco e tentare l'impossibile.*

*L'alternativa sarebbe stata quella di migrare all'estero dove probabilmente avrei fatto gavetta e molto probabilmente sarei rientrato in patria in vecchiaia.*

*Ma parliamo di questa < bottega >*

*Una Bottega come tante ?*

*Bè siamo tra le poche Erboristerie che contano ancora di portare avanti la tradizione Erboristica in senso stretto con le "Erbe Sfuse" (personalmente addestriamo i nostri clienti a trovarsi 5 minuti per farsi una tisana come si deve)*

*Le piante in taglio tisana dopo tutto sono valide come prima possibilità di cura da tentare contro i sintomi delle stagioni avverse o delle problematiche minori che ci possono affliggere e questo è già di per sé un vanto, sia per noi come professionisti, sia per lo stesso paese che ancora ignora l'importanza del nostro lavoro.*

*Le Tisane Terapeutiche tanto per citare il titolo di un libro del Dott. Luciano Zambotti, spesso non vengono adeguatamente apprezzate, poiché molte di queste tisane (es. Drenanti di Profondità o depurative) hanno un sapore sgradevole e abituati come siamo oggi giorno alle cose estremamente dolci o estremamente saporite, perdendo così quello che ci potrebbe curare veramente (saper sentire il sapore delle cose nelle loro diversità è una sorta di forma di cura interiore, perché ci aiuta ad apprezzare meglio le piccole cose).*

*La Tradizione della Tisana è una pratica che richiede di concedersi tempo e questo porta a mettere*

*in gioco lo svogliato Occidentale, che avrebbe invece in sé, come in altre culture, la scintilla del cultore del benessere, specie nel bacino mediterraneo...terra un tempo fertile per la ricerca della cura della multi sfaccettatura umana (Fisica-Psichica-Mentale).*



*Le facili scorciatoie (farmaci in compressa, miracolose pillole e simili) per anni hanno garantito risultati sorprendenti, il nostro corpo non era abituato e reagiva quasi sempre bene alle terapie in compressa. Tempi ridotti e soluzioni a portata di mano; velocissime e sempre più spersonalizzanti da un punto di vista nutrizionale. Tutto questo è andato bene finché non si è creato lo stallo del benessere fisico. Questo stato di benessere, come tutto quello che non comprende anche altri fattori della salute umana, ha finito per ritorcersi contro, da qui il ritorno alle cure per gradi, partendo da quello che spesso è più macchinoso e talvolta anche economicamente meno sostenibile rispetto ad un ammalante o mirabolante unica pillola. Volentieri tali metodiche che possono comprendere si estratti in compresse, ma sono sempre associate a scelte nutrizionali, più diete in senso stretto, corrette ed accompagnate da altri integratori o infusi se necessario e, se ci è concesso di dirlo, quello che abbiamo visto infine è: tanto più una persona viene seguita da dei professionisti che cercano di andare incontro alle esigenze di vita di tale richiedente, trovando più che un prodotto un "Percorso" terapeutico, tanto più efficace saranno i risultati nella loro complessità fisica, psichica e spirituale.*

*Questo percorso implica una serie di professionisti talvolta, ognuno con lapropria esperienza. Noi stessi ci avvaliamo di appoggi esterni es. abbiamo una collaborazione con una nutrizionista, la Dott. Catia Profeti cura spesso la parte animica-spirituale di chi ne facesse richiesta (e dove abbiamo visto ci sono più danneggiamenti, che non è cosa da poco, la chiusura mentale e spirituale spesso lasciano molte cicatrici indelebili dentro ognuno di noi), ed invitiamo a rivolgersi alla farmacia se è necessaria l'integrazione farmacologica.*

*Questo tipo di servizi, che cerchiamo di dare ai nostri clienti, è ciò che ci spinge continuamente a cercare soluzioni e studiare ancora, senza mai smettere, il nostro vasto settore per integrarsi con il settore medico e farmaceutico, Psicico, in modo da dare un supporto diretto naturale o energetico (Fiori di Bach, Reiki o altro) o indiretto (indirizzamento verso altri professionisti, noi lavoriamo solo fin dove ci compete) per agire sulla complessità e totalità della Persona che cerca il suo riequilibrio di benessere.*

*Tra i Prodotti che Utilizziamo oltre le già citate tisane, si annoverano tinture madri, macerati glicerici, probiotici, fiori di Bach, talvolta qualche Elisir e integratori più complessi.*

*Ci avvaliamo per dare un consiglio sull'applicazione di un rimedio piuttosto che un altro, della Medicina Tradizionale Mediterranea (Antica tanto quanto quella Ayurvedica o Cinese o di altri areali che seguono una scienza-filosofica curativa) per lo più, pratica che viene dal nostro areale mediterraneo e di cui grazie al Lavoro che il Dott. Luigi Giannelli che sta portando avanti con dei collaboratori, da Anni, studiando Testi Antichi di autori quali Avicenna, Ippocrate, Galeno, Il*

*Mattioli ed altri, applicandolo alle Scoperte Moderne, fa riscoprire e ravvivare l'interesse di tutto il Comprensorio Erboristico Italiano ed Europeo.*

*Tutto questo a Casciana Terme... che dire, Casciana è un Paese termale che un tempo faceva parte dei fiori all'occhiello della Toscana. La Cosa strana è che dalla fine degli anni ottanta ad oggi non vi era mai più stata una realtà erboristica in questo Territorio. Questa ha creato una sorta di carenza intellettuale che ha portato a una distorsione di quello che è la medicina integrata (Erboristeria Tradizionale, Energetica, Radiestesica....etc.) rispetto ai normali mezzi conosciuti: ovvero Farmaceutiche e Cure Mediche convenzionali, tacciando il resto di semplicismo popolare o stregoneria da quattro soldi.*

*Io sono Raffaele Profeti Laureato in Tecniche Erboristiche a Pisa nel 2012 e fin da piccolo il mondo delle cure naturali e spirituali mi ha sempre affascinato. Il Vero interesse per il settore Erboristico è nato alla fine delle scuole superiori, dopo una sorta di "chiamata" a trovare la mia strada. Sto continuando a studiare per conto mio, partecipando a convegni del settore e collaborando in una rete di Erboristi che come me, sono anche ricercatori e raccoglitori di tradizioni che altrimenti andrebbero perse.*

*Parallelamente agli studi universitari ho studiato e studio tutt'ora libri sulle varie discipline olistiche, come il Reiki ed altre forme di spiritualità.*

*Posso ringraziare i miei genitori se oggi ancora vi è questa realtà a Casciana Terme, poiché i primi investitori e forti sostenitori sono loro, le mie sorelle con cui periodicamente mi confronto e che mi danno una mano con il negozio quando vi è la necessità e la mia Ragazza.*

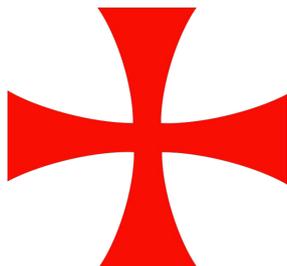
*In più, ringrazio i Maestri (in particolar modo Gianni) e le Maestre (in Particolar modo Jolanda) se non fosse stato per i percorsi, confronti e scontri che ho avuto con loro (certo mica è sempre tutto rosa e fiori !!!), la mia vita oggi, probabilmente, seguirebbe un altro sentiero.*

*Per Finire, fondamentale la collaborazione con tutte le persone con cui veniamo in Contatto a livello familiare con la nostra Maestra Dott. Catia Profeti ed altri fidi collaboratori, ci hanno consentito di creare anche le serate a Tema. Una tra queste è quella delle Serate di Scambio energetico di Reiki che, da quasi due anni, ogni Giovedì sera portiamo avanti e facciamo conoscere quello che per noi è stato il tornare a cercare la propria strada verso il benessere, la gioia e l'armonia della vita.*

Nascono come ordine monastico-militare la loro struttura è  
ispirata all'ordine cistercense

## I TEMPLARI

Rappresentano nella storia il più noto ordine religioso cristiano  
medioevale



I templari sono conosciuti anche come i poveri compagni d'armi di Cristo, oppure come cavalieri templari, e rappresentano nella storia il più noto ordine religioso cristiano medioevale con loro si risale agli anni dopo la prima Crociata avvenuta nel 1096, le strade della terra santa erano solcate da dubbi personaggi, ed un pugno di coraggiosi fondò il nucleo originario dei templari.

I templari nascono come ordine monastico-militare la loro struttura è ispirata all'ordine cistercense e trae sostegno dalla figura più rappresentativa che proprio in quegli anni di fondazione caratterizzava la cultura europea, il predicatore e teologo Bernardo di Chiaravalle (poi santo). Oltre i tre classici voti degli ordini monastici - povertà, obbedienza e castità - adottarono la regola benedettina e cistercense. Bernardo, che quasi subito divenne loro convinto sostenitore, nel suo *De laude novae militiae* indica ai cavalieri le attività da svolgere in tempo di pace e di guerra, l'alimentazione da seguire, l'abbigliamento da indossare nelle varie circostanze per ciascuna categoria di fratelli. I cavalieri ad esempio adottarono la veste bianca dei cistercensi sormontata da una croce rossa. Venivano reclutati soprattutto tra i giovani della nobiltà, desiderosi di impegnarsi nella difesa della cristianità in Medio Oriente. L'ordine militare così formato aveva una gerarchia rigida, i suoi membri, facevano voto di castità, obbedienza e povertà, lasciando all'ordine tutte le loro proprietà ed eredità.

La presenza dei templari sul territorio era assicurata dalle diverse sedi templari: le Precettorie, le Mansioni e le case fortezza o capitanerie, largamente autonome dal punto di vista gestionale. Nelle grandi capitali (Parigi, Londra, Roma ecc.) importanti erano le Case che avevano il controllo delle sette grandi province dall'Inghilterra alle coste dalmate in cui i templari avevano diviso la loro organizzazione monastica. Al massimo del loro fulgore arrivarono ad avere centinaia di sedi distribuite capillarmente in tutta Europa e Medio Oriente.

La crescita dell'Ordine fu favorita dal favore che papa Innocenzo II, aveva concesso all'Ordine che consisteva nella totale indipendenza dal potere temporale, compreso l'esonero dal pagamento di tasse e gabelle, oltre al privilegio di rendere conto solo al pontefice in persona e di esigere le decime.

Erano quattro le divisioni di confratelli nei templari:

- cavalieri, equipaggiati come cavalleria pesante
- sergenti, equipaggiati come cavalleria leggera, provenienti da classi sociali più umili dei cavalieri
- fattori, che amministravano le proprietà dell'Ordine
- cappellani, che erano ordinati sacerdoti e curavano le esigenze spirituali dell'Ordine.

I cavalieri al momento della sua investitura, faceva voto di castità, obbedienza e povertà, ognuno di loro aveva sempre due o tre sergenti che lo accompagnavano in battaglia e un gruppo di sei o sette scudieri per assisterlo sia in tempo di pace che di guerra. Alcuni confratelli si occupavano esclusivamente di attività bancarie, in quanto l'Ordine trattava frequentemente le merci preziose dei partecipanti alle Crociate. La maggioranza dei Cavalieri Templari si dedicava tuttavia alle manovre militari. I Templari usavano le loro ricchezze per costruire numerose fortificazioni in Terra Santa ed erano le unità da combattimento meglio addestrate e disciplinate del loro tempo. Alcuni li considerano precursori dei moderni corpi speciali. Il maggiore afflusso dei templari non fu di tipo militare, quanto di tipo culturale ed economico, sotto il profilo della diffusione di strumenti economico-finanziari, con la distribuzione del reddito attraverso la creazione di posti di lavoro. Con le abbazie, i terreni agricoli, con la costruzione delle cattedrali, l'ordine portò lavoro, reddito e sviluppo in molte parti d'Europa, attraverso una estesa rete di succursali.

### *L'ordine*

La mancanza di documenti dell'epoca rende impossibile l'esatta ricostruzione dei primi anni dell'Ordine così come il numero esatto dei cavalieri che vi aderirono, e dunque è solo possibile impostare la ricerca attraverso ipotesi e supposizioni, basate sui diversi documenti successivi. La tradizione parla di nove cavalieri (Nove uomini aderirono a questo patto santo e servirono per nove anni in abiti laici che i credenti avevano dato loro in elemosina.)[, ma tale numero avrebbe un significato soprattutto allegorico. Uno dei pochi documenti all'epoca di fondazione fu il testo della regola dei templari, conosciuto come regola primitiva, approvato nel 1128 con il Concilio di Troyes e volgarizzato in antico-francese fra il 1139 e il 1148. Un testo che, seppur diffuso dagli stessi templari, poco aiuta ad identificare con esattezza i momenti della fondazione. Il terzo articolo di questa regola si riferisce al 1119 come anno di nascita dell'Ordine: «...pertanto, in letizia e fratellanza, su richiesta del maestro Ugo de Payns, dal quale fu fondata, per grazia dello Spirito Santo, la nostra congregazione, convenimmo a Troyes da diverse province al di là delle montagne, nel giorno di S. Ilario, nell'anno 1128 dall'incarnazione di Cristo, essendo trascorsi nove anni dalla fondazione del suddetto Ordine.» La scarsa disponibilità di documenti non esime gli studiosi dal tracciare una storia della sua fondazione, stando a testimonianze e scritti successivi, e alle motivazioni che spinsero alcuni cavalieri ad abbandonare gli agi di corte e ad abbracciare la povertà. Alla fine del 1099 - dopo che all'appello di Papa Urbano II nel concilio di Clermont, al grido "Deus lo volt", i cristiani riconquistarono la Terra Santa in mano agli infedeli - si presentò il problema di come difendere i luoghi santi e quei pellegrini che ivi giungevano da tutta Europa. Nacquero così i diversi Ordini religiosi. Il primo Ordine fu quello dell'Ordine dei canonici del Santo Sepolcro, fondato nel 1099 da Goffredo di Buglione. Successivamente vennero a costituirsi quello di San Giovanni dell'Ospedale, di Santa Maria di Gerusalemme o dei Teutonici e quello del Tempio. L'Ordine, in ogni caso, assunse reale importanza solo a partire dal 1126, con l'ingresso del conte Ugo di Champagne, quando iniziarono a pervenire donazioni e lasciti. Per oltre due secoli, i Cavalieri templari, grazie anche ai concili loro favorevoli (Concilio Pisano, 1135 e Lateranense II,

1139), acquisirono - attraverso lasciti, donazioni e altre forme di liberalità laiche ed ecclesiastiche - terre, castelli, casali in quantità tali da farli diventare l'Ordine più potente, dunque "invidiato" e temuto, dell'epoca. Essi avviarono con meticolosità e professionalità la loro organizzazione nell'intero Occidente, trasformandolo in un gran magazzino per l'approvvigionamento dell'Oltremare, costituendo in tutti gli stati d'Europa loro insediamenti agricoli, economici e politici. I templari erano identificabili per la loro sopravveste bianca, a cui in seguito si aggiunse una distinta croce rossa ricamata sulla spalla, che assunse infine grandi dimensioni sul torace o sulla schiena, come si vede in molte rappresentazioni dei cavalieri crociati. I templari entrarono nelle attività bancarie quasi per caso, il loro coinvolgimento in quell'attività, crebbe nel tempo. Sotto l'aspetto economico-finanziario, essi rivestirono un ruolo così importante da arrivare a prestare agli stati occidentali ingenti somme di denaro e gestire perfino le casse di stati come la Francia. L'Ordine raggiunse una posizione significativa di potenza, sia in Europa che in Terrasanta. Il loro successo destò la preoccupazione di molti altri Ordini, come della nobiltà e delle nascenti grandi monarchie europee, le quali a quel tempo cercavano di monopolizzare il controllo del denaro e delle banche, dopo un lungo periodo nel quale la società civile, specialmente la Chiesa ed i suoi ordini, aveva dominato le attività finanziarie. Le tenute dei templari erano estese sia in Europa che nel Medio Oriente e tra queste vi fu, per un certo periodo, l'intera isola di Cipro. L'Ordine dopo il 1291 si avviava al tramonto: la ragione fondamentale per la quale era nato, due secoli prima, era ormai venuta meno. Il suo scioglimento, tuttavia, non fu mosso per via ordinaria dalla Santa Chiesa, ma attraverso una serie di accuse infamanti emosse dal re di Francia Filippo IV il Bello, desideroso di azzerare i propri debiti e impossessarsi del patrimonio templare, riducendo nel contempo il potere della Chiesa. Filippo il Bello, distrusse il sistema bancario dei templari, e, benché una bolla papale avesse trasferito tutti gli averi dei Templari agli Ospitalieri, riuscì prendersi parte del tesoro. Questi eventi e le originali operazioni bancarie dei templari sui beni depositati, che furono improvvisamente mobilitati, costituirono due dei molti passaggi verso un sistema di stampo militare per riprendere il controllo delle finanze europee, rimuovendo questo potere dalle mani della Chiesa. Visto il destino dei templari, gli Ospitalieri di San Giovanni furono ugualmente convinti a cessare le proprie operazioni bancarie.

L'Ordine fu ufficialmente soppresso con la bolla *Vox in excelso* del 3 aprile 1312 ed i suoi beni trasferiti ai Cavalieri Ospitalieri il 2 maggio seguente (bolla *Ad providam*). Jacques de Molay, l'ultimo gran maestro dell'Ordine, il quale in un primo momento aveva confermato le accuse, le ritrattò spinto da un'ultima fiammata di orgoglio e dignità, venendo arso sul rogo assieme a Geoffrey de Charnay il 18 marzo 1314 davanti alla cattedrale di Parigi, sull'isola della Senna detta dei giudei.

Molti sovrani e nobili inizialmente sostennero i cavalieri, fin quando poterono, Roberto I, re degli Scoti, che era già scomunicato, non obbedì ai comandi papali, come fecero gli altri sovrani, molti membri dell'Ordine ripararono in Scozia e Portogallo, dove il nome dell'Ordine fu cambiato in Ordine di Cristo, esso contribuì alle prime scoperte navali portoghesi. Il principe Enrico il Navigatore (1394 - 1460) guidò l'Ordine per vent'anni, fino alla propria morte. In Spagna, dove il re a sua volta si opponeva all'incorporazione del patrimonio templare da parte dell'Ordine degli Ospitalieri, l'Ordine di Montesa subentrò a quello dei Templari. I Templari furono accusati di connivenza col nemico, perché spesso strinsero rapporti di buon vicinato, con musulmani. Furono accusati di rinnegare Cristo, di non rispettare la Croce, di praticare la sodomia e di adorare un idolo barbuto, il Baphomet o Bafometto.

Studi recenti accreditano sempre più la teoria secondo la quale la vera causa della fine dei templari fu dettata dalla volontà di impossessarsi del loro patrimonio, tesi peraltro già sostenuta da Dante Alighieri nel canto xx del Purgatorio, e si concretizzò attraverso una cospirazione indotta dal Re di Francia Filippo IV il Bello. Infatti, mentre il Re si trovava quasi in bancarotta, e il popolo francese era esasperato per la grave crisi economica, accentuata dalla svalutazione della moneta ad opera del

Re medesimo, l'Ordine risultava proprietario di terre, castelli, fortezze ed abbazie: un tesoro immenso. Il sovrano dopo aver tentato inutilmente di entrare a farne parte, incaricò i propri consiglieri (capeggiati dall'astuto Guglielmo di Nogaret) di formulare delle precise accuse contro l'Ordine e di richiedere l'intervento del papato, da poco trasferitosi in Francia. Quando la Chiesa si rese conto di essere stata manipolata, era tardi per porvi rimedio. La studiosa italiana Barbara Fraleha rinvenne agli inizi degli anni duemila negli Archivi vaticani un documento, noto come pergamena di Chinon, che dimostra come papa Clemente V intendesse perdonare i templari nel 1314 assolvendo il loro maestro e gli altri capi dell'ordine dall'accusa di eresia, e limitarsi a sospendere l'ordine piuttosto che sopprimerlo. Il documento appartiene alla prima fase del processo, nella quale il pontefice ancora sperava di poter salvare l'ordine. L'inchiesta di Chinon, in ogni caso, ribadisce le pratiche indecenti e gli sputi sulla croce effettuate come rito d'iniziazione all'ingresso di un novizio nell'Ordine, pratiche di ancora dubbia origine e motivazione. Molti gruppi neotemplari sostengono che l'ordine sarebbe sopravvissuto nascostamente, l'idea si è diffusa anche nella massoneria, in particolare in Francia e in Germania, e in alcuni casi riti massonici (come il Rito scozzese antico ed accettato e il Rito Scozzese Rettificato) adottano riferimenti templari. Alcuni ritengono che i templari siano all'origine di riti e vari rami cavallereschi della massoneria ma, per quanto alcuni storici abbiano tentato di leggere una successione tra i due fenomeni storici, altri studiosi hanno rigettato la leggenda templare.

Tratto da <Il Pietrobellino> di J. Pietrobelli – Cristina Pietrobelli Ebook

I due scimpanze usati per la sperimentazione animale  
**HERCULES E LEO PIÙ UMANI  
DELL'UOMO**

E' eticamente inaccettabile imprigionare, torturare, sfruttare  
chiunque <anche loro>



di  
Veganzetta

Hercules e Leo sono due Scimpanzè che la Stony Brook University di Long Island (New York) usa per la sperimentazione animale. Per la prima volta negli Usa, un giudice ha equiparato la condizione dei due primati a quella dei detenuti Umani. Questo è quello che scrive Corriere.it in un articolo del 15 aprile 2015, di seguito si pubblica un articolo di Vitadacani dal titolo Liberazione è liberazione totale, articolo utile a chiarire numerosi punti sul tema del riconoscimento di diritti fondamentali agli Animali.

Una sola precisazione andrebbe fatta: contrariamente a quanto afferma Vitadacani:

Noi gioiremo quando un giudice ammetterà che è eticamente inaccettabile imprigionare, torturare, sfruttare, chiunque. Indipendentemente dal suo essere più o meno “intelligente”. Ma solo per il suo essere “senziente”.

Ci sentiamo di affermare che gioiremo quando ogni Umano (e non perché lo ha deciso un giudice o un rappresentante di un'istituzione) sarà convinto che è eticamente inaccettabile imprigionare, torturare, sfruttare chiunque.

E' di pochi giorni fa la notizia che, per la prima volta negli Stati Uniti, un giudice (per l'esattezza il giudice Barbara Jaffe della Suprema Corte di New York) ha accettato la richiesta di “habeas corpus” per due primati utilizzati come cavie da vivisezione: gli scimpanzé Hercules e Leo, detenuti nello

stabulario della Stony Brook University di Long Island.

Non è però il primo caso al mondo, anzi.

Nel dicembre 2014 era toccato a Sandra, un orango di 29 anni prigioniera fin da bambina di uno zoo di Buenos Aires, e liberata grazie ad una sentenza che le riconosceva lo status di “persona non umana”.

Nel 2008 in Spagna era stata approvata dal Parlamento una risoluzione simile per le Grandi Scimmie. Ed uguale riconoscimento è stato sancito dal governo indiano per i delfini.

Ma cosa è l’habeas corpus?

Nel diritto anglosassone indica l’appello contro una detenzione ingiustificata, ed il susseguente ordine da parte del giudice di verificare le condizioni della detenzione, nonché le accuse e circostanze dell’arresto. Dalla Magna Charta in poi, un potentissimo strumento contro detenzioni arbitrarie ed ingiustificate.

Hercules e Leo, dopo anni di battaglie dell’associazione Nonhuman Rights Project, sono stati quindi equiparati a detenuti umani, sulla base dell’elevato grado di intelligenza e di capacità emotive. Ovvero, poiché gli attivisti di Nonhuman Rights Project hanno dimostrato che il loro intelletto e la loro capacità di provare emozioni sono di alto grado, se paragonate a quelle umane, è stato loro riconosciuto un diritto altrimenti appannaggio dei soli animali umani: il diritto a non essere privati arbitrariamente della propria libertà.

Si sono letti commenti entusiasti. Si è parlato di risultato storico, di grande vittoria per il movimento di liberazione animale.

Ebbene, permetteteci di alzare una voce fuori dal coro.

Si tratta certo di un grande passo in avanti, di un’altra crepa nel muro che abbiamo eretto nei millenni tra noi, animali umani dotati di diritti e dignità, e tutti gli altri, animali non umani ridotti al mero rango di oggetti e strumenti.

Ma ci suona stonata una nota.

Quel basare i diritti basilari ed inalienabili sulla posizione che si occupa nella scala dell’intelletto, scala al cui vertice c’è l’Uomo, eletto di nuovo e ancora a fulcro dell’esistente, metro di paragone, simbolo della perfezione. Solo chi all’Uomo è simile, solo chi arriva ad essere ammesso nella sfera degli Eletti, può reputarsi salvo dallo sfruttamento, dalla tortura, dall’essere schiavo e cosa.

Per noi, nulla di più sbagliato.

Sojourner Truth, attivista abolizionista e femminista statunitense, nel rispondere a chi affermava che le donne non avessero diritti in quanto intellettualmente inferiori agli uomini, disse: “Cosa ha a che fare [l’intelletto] con i diritti delle donne e dei neri? Se il mio boccale non tiene che una pinta, mentre il tuo un quarto, non sarebbe forse ingiusto da parte tua non lasciarmi in pace con il mio piccolo bicchiere tutto pieno?”.

Ecco cosa c’è che stona nella storia di Hercules e Leo.

La liberazione (di ogni animale) deve essere liberazione dalla gerarchizzazione e dall’antropocentrismo.

Noi gioiremo quando un giudice ammetterà che è eticamente inaccettabile imprigionare, torturare, sfruttare, chiunque. Indipendentemente dal suo essere più o meno “intelligente”. Ma solo per il suo essere “senziente”. Sia esso uno scimpanzé, un topo, o un piccolo zebra fish.

Lo Straniero - Il blog di Antonio Socci  
**IL (VERO) DANTE CHE NON SENTITE  
DA BENIGNI**

< L’Inno del corpo sciolto...>

di  
Antonio Socci

In altri tempi a celebrare solennemente in Senato, alla presenza del Capo dello Stato, il 750° anniversario della nascita di Dante Alighieri, sarebbero state chiamate personalità del calibro di Francesco De Sanctis o Benedetto Croce.

Ma ogni epoca ha i vati che merita. Così, pare per volontà del presidente Grasso, il Senato nei giorni scorsi ha fatto tenere la suddetta prolusione al comico di Vergaio, Roberto Benigni. E’ lui il nuovo vate della nazione?



***Politici e comici***

Non è facile capire com’è che – per gli attuali vertici dello Stato – un gigante del pensiero e della storia nazionale come Dante debba essere illustrato in Senato da un attore comico.

Perché Benigni questo è: un ottimo comico, divertente, ma pur sempre un comico che va benissimo per la tv e per le piazze.

Ma non risulta che abbia titoli o meriti filosofici, letterari o storici per tenere la prolusione in

Senato. Del “Benigni poeta” del resto ricordo solo l’“Inno del corpo sciolto” sulle cui strofe è meglio sorvolare.

Evidentemente il presidente Grasso al nome di Dante riesce ad associare solo quello di Benigni, segno di una “cultura” non proprio vastissima e perlopiù televisiva.

In fondo avrebbe potuto reperire anche sui giornali (non dico sui libri) nomi di intellettuali contemporanei – da Ernesto Galli della Loggia a Umberto Eco, al cardinale Giacomo Biffi – a cui affidare una riflessione che avesse un’autorevolezza adeguata all’aula del Senato.

Ma i vertici dello Stato ritengono che Benigni sia l’oratore più adatto per gli attuali parlamentari. Qualcuno ha notato che di questo passo potrebbero chiamare in Senato a celebrare il Petrarca un Alvaro Vitali e Checco Zalone per il Manzoni.

Forse il paragone non è giusto. Benigni ha fatto obiettivamente una buona opera di divulgazione popolare con le sue letture dantesche. Sono molto divertenti gli spettacoli che ha dedicato alla Divina Commedia. Ma sono appunto spettacoli di un ottimo attore comico.

### ***Il nostro destino***

Altra cosa dovrebbe essere una solenne riflessione in Senato sul 750° anniversario della nascita di un poeta così grande e così importante per il nostro Paese da aver letteralmente coniato la nostra lingua italiana (perché – se non lo si sa – la Divina Commedia fu scelta come il canone della nostra lingua).

Possibile che delle nostre istituzioni e della nostra identità culturale millenaria si abbia una considerazione che non va oltre gli esilaranti spettacoli di un attor comico?

Possibile che nessuno abbia sentito, nell’occasione, la necessità di una riflessione seria sulla nostra identità nazionale?

Sarebbe questo il “senso delle istituzioni” che viene sempre sbandierato da l’orsignori?

Ed è questa la consapevolezza culturale che le nostre classi dirigenti hanno della storia e del destino di questo Paese?

### ***Politically Correct***

Da Benigni, in Senato, per questa nostra Italia del cazzeggio, è arrivata la solita raffica di battute. Simpatica quella secondo cui PD significherebbe “Partito di Dante”.

Lui l’ha detta ridendo, ma si sa che Arlecchino si confessa burlando e – in fin dei conti – l’operazione fatta in questi anni da Benigni è stata proprio questa: trasformare Dante in un autore “politically correct”.

Infatti si è verificato questo singolare e buffo fenomeno: negli ultimi quindici anni Dante – o meglio il Dante benignesco – è entrato nel Pantheon del progressista italico.

Curioso no? Con il ’68 la Divina Commedia fu di fatto spazzata via dalla scuola, Dante era considerato un barboso bigotto reazionario.

Poi Benigni, per la sua Italia progressista, l’ha tirato fuori dal lazzaretto in cui era stato relegato. Ma non che oggi Dante venga letto o davvero riproposto a scuola e studiato e amato. No.

Quanti fra coloro che si dicono appassionati dantisti sulla scorta di Benigni hanno mai sentito parlare o letto Auerbach o Contini o Singleton? Ancor più si tengono a distanza dalla dottrina cattolica di Tommaso d’Aquino e Bernardo di Chiaravalle che struttura tutta la Commedia.

Figuriamoci.

Il Dante dell’intellettuale collettivo e della Sinistra benpensante in realtà è Benigni, non il poeta della Divina Commedia che resta – ai loro occhi – un indigeribile trombone cattolico-reazionario.

Infatti Benigni, per renderlo digeribile al delicato stomaco della sinistra salottiera, ha “appannato” il vero Dante, quello “politicamente scorretto”, scomodo e urticante.

### ***Il vero Dante***

Oggi il vero Dante, redivivo, sarebbe letteralmente schifato e considerato quasi un appestato, sia nelle curie ecclesiastiche che in quelle laiche, come del resto gli accadde in vita.

Infatti visse ramingo e braccato. Fu considerato un fallito come politico e pure come intellettuale se – lui vivente (già circolavano l’Inferno e il Purgatorio) – fu data l’incoronazione di poeta (che era un po’ il Nobel di allora) a un tal Albertino Mussato, per aver scritto una tragedia, l’ “Ecerinis”, che nessuno ricorda più.

Dante fu esiliato da Firenze e morì in contumacia (come Craxi!) con l’accusa di “barattiere”, cioè tangentista. Dunque o Dante era un ladro (perciò sarebbe considerato col disprezzo riservato ai politici corrotti) o – ed è certo – non lo era e allora fu vittima di una giustizia di parte (politicizzata), davanti alla quale – fra l’altro – non volle comparire disprezzandola (così guadagnandosi la condanna al rogo).

Del resto ha lasciato nella Commedia parole di fuoco contro chi lo condannò. Ed insieme il suo alto lamento sull’Italia che vede come un “bordello” e come una nave senza timoniere, sbattuta qua e là dalle tempeste e rovinata da classi dirigenti miserabili.

Ma il Poema sacro – che non ha eguali nella letteratura mondiale (in questo Benigni ha ragione: “non è l’apice della letteratura italiana, è l’apice di tutte le letterature, non c’è niente di più alto”) – contiene pure un’impressionante e “spudorata” serie di violazioni del politically correct, tale da fare impallidire l’odierna mentalità dominante.

Tempo fa un’associazione internazionale – riferiva il Corriere della sera – ne chiese la cancellazione dai programmi scolastici o la “correzione” dei suoi presunti contenuti “islamofobici, razzisti ed omofobici”.

In realtà non c’è nessun razzismo, ma è vero che il poema dantesco può sembrare urticante a due “partiti” oggi agguerritissimi, il mondo musulmano e il movimento gay, in riferimento a coloro che il poeta pone all’Inferno.

Del resto, da “cattolico integralista” come oggi lo si definirebbe (ma in realtà è solo cattolico), mette all’inferno pure gli eretici, i bestemmiatori, gli adulatori e (pur essendo lui alquanto sensibile alle grazie femminili) anche i lussuriosi.

### ***Papi all'inferno***

Infine, come se non bastasse, condanna con parole di fuoco diversi papi del suo tempo, mettendoli all’inferno e sparando a zero sulla corte pontificia, pur professandosi cattolicissimo. Anzi, proprio perché cattolico.

Cosa che oggi, in tempo di bigottismo imperante, sarebbe ritenuta inammissibile: ma lui era cattolico, non clericale, né papolatra, mentre oggi tutti sono clericali e papolatri, senza però professare la fede cattolica.

Il cardinale Giacomo Biffi ha scritto: “La cristianità ha un esempio ammirevole del connaturale connubio tra fede e libertà in Dante Alighieri. Proprio la sua indubitabile adesione alla verità cattolica consente e illumina la sua perfetta autonomia di giudizio, svincolata da ogni timore o condizionamento umano. Dante non teme di criticare l’operato dei papi e le loro scelte operative, fino a collocarne diversi nel profondo dell’inferno. Ma in lui non viene mai meno e mai minimamente s’attenua ‘la reverenza delle somme chiavi’ (Inf. XIX, 101). Quando si tratta di esprimere riserve o biasimi che egli ritiene dovuti, non ci sono sconti né per i laici, né per gli ecclesiastici, né per i monarchi, né per i semplici cittadini... tenuti tutti, senza eccezioni, ad attenersi alla legge evangelica”.

Dante non fu solo il più grande dei poeti, ma – essendo davvero cristiano – fu un uomo libero. E per questo scomodo.

Facebook: Antonio Socci pagina ufficiale

# A New York: «Les femmes d'Alger» venduto all'asta per 179 milioni di dollari PICASSO SUPER RECORD

## Il re assoluto dell'arte



*Picasso è un grande dell'arte e l'arte è un cuore pulsante della spiritualità, del benessere dell'anima, perciò si ritiene che questa notizia possa andare bene anche per il nostro giornale...così olistico!*

(Paolo Manazza)È l'opera più cara fino ad oggi. Scalzati di gran lunga i «Tre studi di Lucien Freud» dipinto nel 1969 da Bacon andato all'asta nel 2013 per 142,4 milioni. Record anche per «L'homme au doigt» di Giacometti venduto per 141 milioni di Paolo Manazza L'asta a New York (Afp) L'asta a New York (Afp) shadow 2 558 12 2 Quasi 180 milioni di dollari in dodici minuti. Duecento cinquantamila dollari al secondo. Un referto economico da cardiopalma. Solo i capolavori dell'arte possono riuscirci. A New York da Christie's un capolavoro di Pablo Picasso è stato venduto, dopo una lunga gara, alla cifra finale di \$ 179.365.000. Picasso è tornato ad essere il re assoluto dell'arte. In meno di due anni il mitico Pablo è risalito sul trono che incorona l'opera più cara mai venduta sino ad oggi all'asta. Scalzando di gran lunga i “Tre studi di Lucien Freud” dipinto nel 1969 da Franci Bacon è venduto il 12 novembre 2013 per 142,4 milioni di dollari. In un'atmosfera eccitata, dalla presentazione di un catalogo con 35 opere stimate mezzo miliardo, il capolavoro picassiano è “Les femmes d'Alger (Version 'O')” alla fine è stato aggiudicato a 160 milioni di dollari. Che sommando i diritti d'asta porta il suo costo finale alla stratosferica cifra di \$179.365.000. Per la cronaca diciotto anni fa, il 10 novembre del 1997, nell'eclatante vendita della collezione Victor and Sally Ganz, questo stesso dipinto fu battuto sempre da Christie's a New York per 28 milioni di dollari (escluso i diritti). Un'altra straordinaria manifestazione di quanto investire denaro in grandi capolavori d'arte si stia dimostrando sempre più una scelta altamente remunerativa. Capolavori: ecco tutte le cifre record (aspettando Les femmes d'Alger) Capolavori: ecco tutte le cifre record (aspettando Les femmes d'Alger) Capolavori: ecco tutte le cifre record (aspettando Les femmes d'Alger) Capolavori: ecco tutte le cifre record (aspettando Les femmes d'Alger) Prev Next Les Femmes d'Alger, di Pablo Picasso «Les femmes d'Alger (Version 'O')» è

una summa delle intersezioni pittoriche di epoche diverse. La serie de «Les femmes d'Algè» di Picasso comprende quindici opere (codificate dalla lettera A alla O) realizzate tra il 1954 e il 1955. Furono iniziate dal maestro spagnolo dopo la morte dell'amico Henri Matisse (3 novembre 1954), considerato -per le sue celebri odalische- l'erede di Eugène Delacroix. Picasso guarda e omaggia proprio Delacroix e costruisce un magistrale ponte pittorico tra lui stesso e i due grandi maestri passati.

### ***L'asta a New York***

Quasi 180 milioni di dollari in dodici minuti. Duecento cinquantamila dollari al secondo. Un referto economico da cardiopalma. Solo i capolavori dell'arte possono riuscirci. A New York da Christie's un capolavoro di Pablo Picasso è stato venduto, dopo una lunga gara, alla cifra finale di \$ 179.365.000. Picasso è tornato ad essere il re assoluto dell'arte. In meno di due anni il mitico Pablo è risalito sul trono che incorona l'opera più cara mai venduta sino ad oggi all'asta. Scalzando di gran lunga i «Tre studi di Lucien Freud» dipinto nel 1969 da Francis Bacon è venduto il 12 novembre 2013 per 142,4 milioni di dollari.

In un'atmosfera eccitata, dalla presentazione di un catalogo con 35 opere stimate mezzo miliardo, il capolavoro picassiano è «Les femmes d'Alger (Version 'O')» alla fine è stato aggiudicato a 160 milioni di dollari. Che sommando i diritti d'asta porta il suo costo finale alla stratosferica cifra di \$179.365.000. Per la cronaca diciotto anni fa, il 10 novembre del 1997, nell'eclatante vendita della collezione Victor and Sally Ganz, questo stesso dipinto fu battuto sempre da Christie's a New York per 28 milioni di dollari (escluso i diritti). Un'altra straordinaria manifestazione di quanto investire denaro in grandi capolavori d'arte si stia dimostrando sempre più una scelta altamente remunerativa.

«Les femmes d'Alger (Version 'O')» è una summa delle intersezioni pittoriche di epoche diverse. La serie de «Les femmes d'Algè» di Picasso comprende quindici opere (codificate dalla lettera A alla O) realizzate tra il 1954 e il 1955. Furono iniziate dal maestro spagnolo dopo la morte dell'amico Henri Matisse (3 novembre 1954), considerato -per le sue celebri odalische- l'erede di Eugène Delacroix. Picasso guarda e omaggia proprio Delacroix e costruisce un magistrale ponte pittorico tra lui stesso e i due grandi maestri passati.