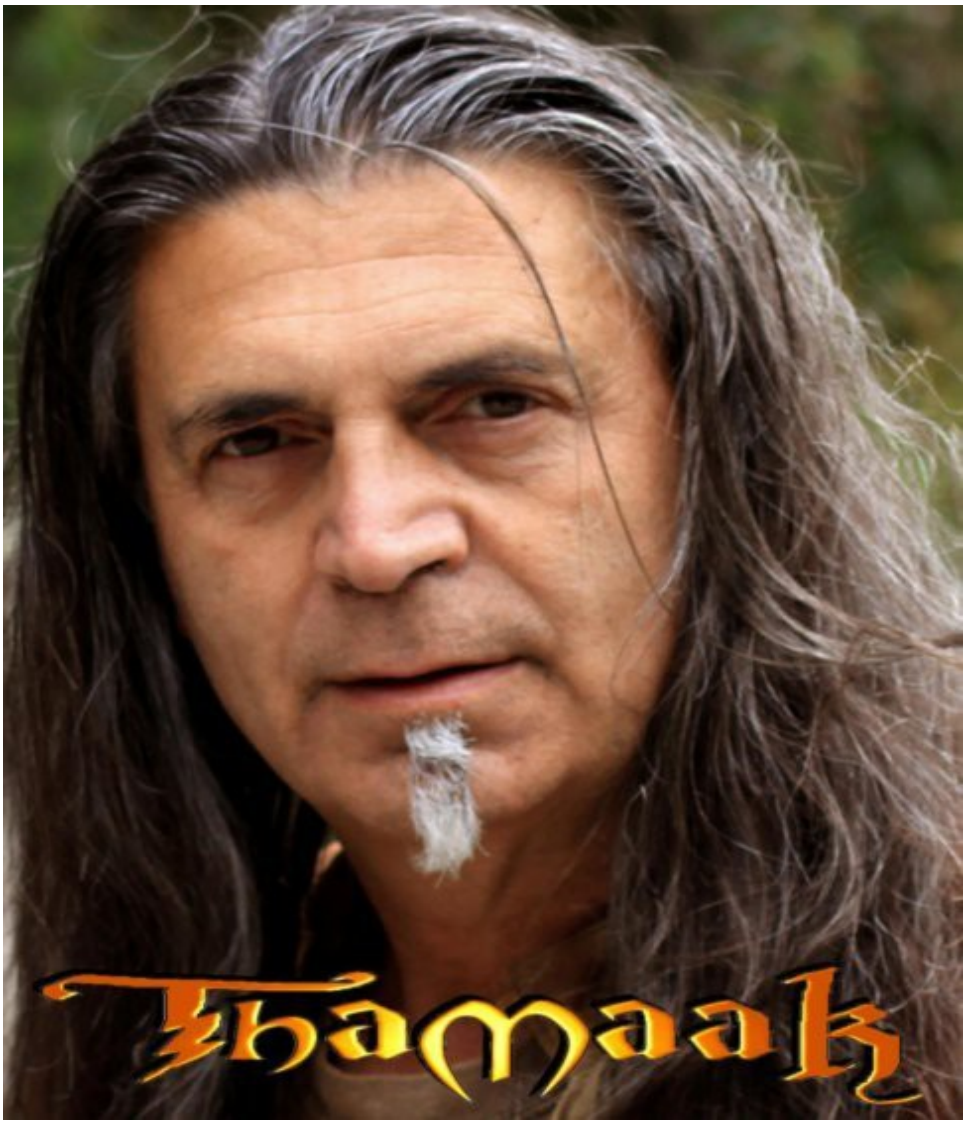
YIN NEWS

mensile di informazione & cultura olistica

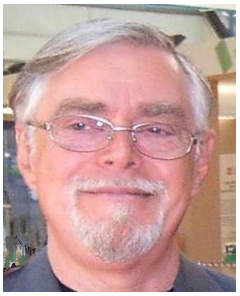


N° 2 – Febbraio 2015

La nostra redazione

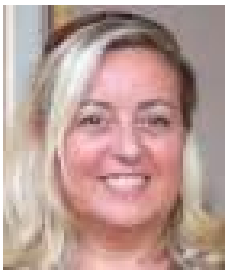
Jolanda Pietrobelli

Giornalista pubblicsta 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 maestrati. 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'attivazone al livello master nel metodo <chi-ball-orb of life>. Si occupa di Discipline Olistiche ed i suoi interessi sono maturati nel campo delle Energie.
Ha fondato la Casa editrice CristinAPietrobelli.



Claudio Bargellini

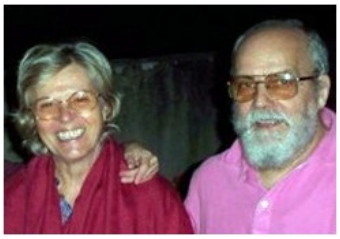
Scrittore, Biologo e Tecnico Erborista, naturopata, è presidente ANTEL (Associazione Nazionale Tecnici Erboristi Laureati) e ABEI (Associazione Bioenergetica Italiana). È direttore della Scuola Superiore di Naturopatia con sede a Cascina (Pisa) È ricercatore scientifico e membro del Tavolo di Naturopatia in Regione Toscana, ricercatore Centro Studi ABEI s.a.s, membro direttivo settore DBN Conf-artigianato, 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 scietticismo 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.



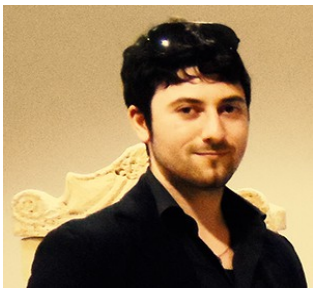
Silvia Cozzolino

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
Psicologa, fondatrice e presidente dell'associazione Aurora che ha come scopo la promozione del benessere psicologico dell'individuo e della comunità. Iscritta alla Scuola di specializzazione in Psicoterapia dell'IStituto Gestalt Firenze (IGF)



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, Thanatolgia 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.



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: *Mauro Giulianini/Thamaak*

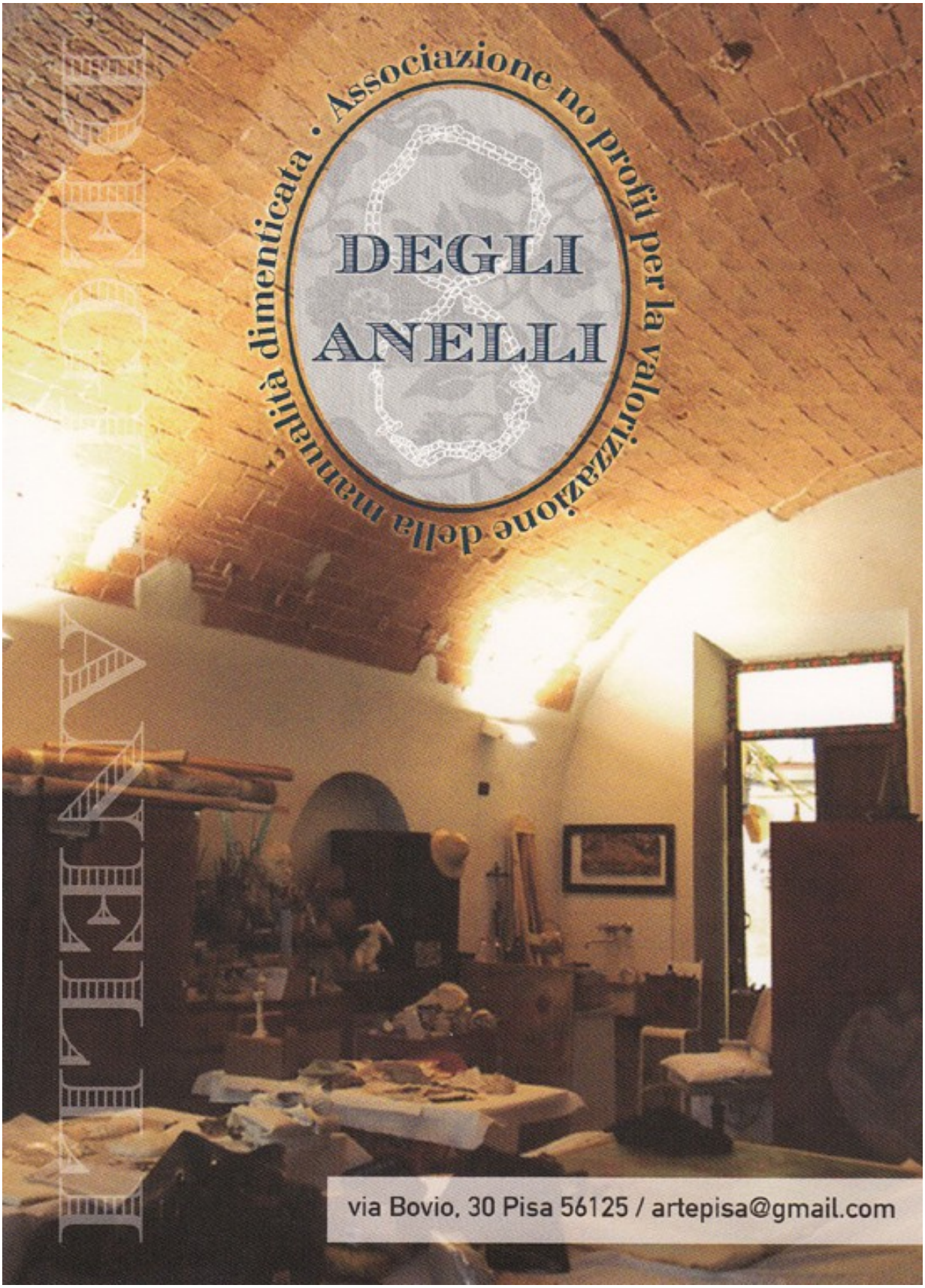
Comitato di Redazione:
Roberto Aiello
Daniel Asar
Franca Ballotti
Claudio Bargellini
Elisa Benvenuti
David Berti
Silvia Cozzolino
Jolanda Pietrobelli
Gianni Tucci

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 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°2/ Febbraio 2015 è scaricabile in pdf gratuitamente dal sito www.libreriacristinapietrobelli.it

Sommario

Amato Osho		11
Lo sciamano italiano	J.Pietrobelli	15
Tra sogno magia e benessere...		17
Successo per il M° Tucci col suo Kosmos		20
La naturopatia una scienza efficace		23
Essere vegetariani		24
Tutte le vrtù del Kukicha		27
The Bancha	G. Jalla	28
L'importanza di identificare i vostri angeli	Cristiana	30
Il bambino interiore e i simboli Reiki	J. Pietrobelli	35
Il gioco della vita		36
Omega 3<oltre la verità ufficiale		37
New-Age il movimento è antecedente agli anni '50		39
Osho e la meditazione del cuore di Atisha		41
Le 4 Nobili Verità		43
Le Nadi		52
Olanda e l'eutanasia infantile	S. Maniscalco	54
Charlie Hebdo e l'animalismo	Veganzetta	63
L'ultimo libro di Amadio Bianchi		67
Caro Socci adesso hai rotto le scatole	J. Pietrobelli	69
La banalità del male	R. Aimoni	72


Associazione no profit per la valorizzazione della manualità dimenticata
DEGLI
ANELLI
via Bovio, 30 Pisa 56125 / artepisa@gmail.com

La nostra MISSION “dare di più”
Perché TU meriti di PIU’
Programmi di formazione
FORMAZIONE PROFESSIONALE
18 fine settimana ad anno accademico
CORSI MONOTEMATICI
L’associazione ABEI organizza corsi monotematici 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 Counselling 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
POSSIBILITA’ DI FINANZIAMENTO E RATEIZZAZIONI
Accesso a formazione a costo 0 tramite carta IUS
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 PI0818
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 Counselling e corsi periodici di perfezionamento.
www.a-bei.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
www.letrefoglie.it
www.reikiartu.it
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
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.

Jolanda Pietrobelli

APRI le ALI e VOLA

e- Book

Strani dialoghi tra maestro e discepolo

AMATO OSHO...

È morto? È vivo? Non posso dirlo

Preziosi testi apparsi su Osho Times n. 213

Amato Osho, nel libro Diario di una monaca Zen, ho letto questa storia:
Un maestro e un suo discepolo erano stati invitati a un funerale. Il discepolo, indicando il cadavere, chiese: "È vivo o morto?".
Il maestro rispose: "Non posso dirlo".
Il discepolo minacciò di colpire il maestro che disse: "Puoi picchiarmi quanto vuoi, ma non posso dire se è vivo o morto".
E allora il discepolo lo colpì.
La stessa sera il maestro comunicò agli altri quello che era successo e annunciò che il discepolo avrebbe dovuto andarsene, perché aveva colpito il maestro.
Allora quel discepolo andò a raggiungere un altro maestro e raccontò la sua storia, sperando di sentirsi dire che il primo maestro era un mostro crudele e fuori di testa.
Invece il secondo maestro esclamò: "Che maestro compassionevole avevi!"
E così il discepolo iniziò a comprendere cosa fosse successo. Puoi commentare?
La domanda è di Gayan.
Conosco la storia, ma Gayan si è lasciata sfuggire un paio di cose importanti... senza di loro, la storia diventa molto ordinaria.
Non so il giapponese, la storia è giapponese, ma conosco lo Zen.
E conosco i tedeschi. Gayan è tedesca. I tedeschi hanno caratteristiche molto speciali: una è che si lasciano sempre sfuggire la cosa più importante. Gayan deve aver letto la storia in una traduzione tedesca e molto probabilmente il traduttore si è lasciato sfuggire qualche significato. E quel che è rimasto, se lo è lasciato sfuggire lei.
Si dice che se racconti una barzelletta a un inglese, ride due volte. La prima volta solo per stare in compagnia: tutti ridono e se non ride anche lui penseranno che è un po' stupido. E la seconda volta

ride nel bel mezzo della notte, quando finalmente la capisce.
Racconta una barzelletta a un tedesco e riderà solo una volta, perché tutti gli altri ridono, ma non arriverà mai a capire la battuta.
Haridas è stato uno dei miei primi sannyasin tedeschi e io devo aver raccontato più barzellette di chiunque altro in tutta la storia dell'uomo. Lui stava seduto di fronte a me e, ogni giorno, per anni, dopo i miei discorsi continuava a chiedere alle persone: "Ma perché ridevate? Cosa succede? Tutti cominciano a ridere e io non capisco".
Se racconti la stessa battuta a un ebreo, non riderà. Al contrario, dirà: "Senti, questa barzelletta è vecchia, decrepita, e in secondo luogo, la stai raccontando tutta sbagliata... prima devi imparare a raccontare le barzellette!".
Questa storia...
Il maestro aveva un maestro suo nemico che viveva vicino al suo monastero. Continuavano a contraddirsi, dicendo l'uno l'opposto dell'altro, criticandosi il più duramente e pesantemente possibile. Andò al funerale con uno dei suoi discepoli. Il cadavere era lì e il funerale era in fase di preparazione.
Il discepolo chiese: "È vivo o morto?".
Il maestro rispose: "Non posso dirlo".
Ricordate che l'enfasi è sulle parole "non posso": non è "non lo so", non è "non voglio", non è "non lo farò". Pone l'accento su : "Non posso dirlo, la tua domanda solleva una questione che è senza risposta, non può essere espressa in parole".
Il maestro aveva l'abitudine di colpire col bastone ogni discepolo che non rispondesse a una sua domanda. Seguendo la stessa routine, il discepolo disse: "Allora ti colpirò".
Il maestro rispose: "Puoi picchiarmi quanto vuoi, ma non posso dirlo".
E quindi il discepolo colpì il vecchio maestro.
E visto che questo uomo – che non poteva rispondere a una semplice domanda alla quale chiunque altro avrebbe potuto rispondere – era semplicemente inutile, decise di andare dal maestro concorrente, l'avversario."
Non fu espulso dal monastero, è lì che la storia sbaglia!
Il discepolo stesso andò dal maestro avversario che abitava proprio di fronte al primo monastero, dove aveva il suo monastero e il suo seguito. E pensava che l'altro maestro sarebbe stato molto felice di riceverlo, in particolare se avesse descritto il suo maestro come assolutamente ignorante e crudele, perché non rispondere alla domanda di un discepolo è crudeltà.
Disse al secondo maestro: "Il mio maestro è solo un ignorante, non sa nulla. Tutti là stavano preparando il funerale e naturalmente il corpo era un cadavere – era morto – e lui, il mio maestro, quest'idiota, ha detto: 'Non posso dirlo'. Lui colpisce ogni discepolo che non risponde alle sue domande, quindi, seguendo la stessa routine, l'ho colpito. E lui ha detto: `Puoi picchiarmi quanto vuoi, ma comunque non posso dirlo!'. Quest'uomo è ignorante, crudele, insensibile, testardo, non merita di essere chiamato maestro".
Il discepolo pensava che sarebbe stato molto lodato per questo; che il maestro avversario, che criticava sempre il suo maestro, avrebbe gioito e lo avrebbe accolto salutandolo con le mani giunte: "Vieni nel mio monastero, perché stavi sprecando il tuo tempo con quell'idiota".
Ma invece si sentì dire: "Tu sei un ignorante. Non comprendi la compassione. Il tuo maestro era molto compassionevole. Adesso basta, esci di qui e torna nel tuo monastero di prima".
In piedi, fuori del monastero, o meglio tra i due monasteri, il discepolo si trovò in difficoltà. Aveva creduto che queste due persone fossero una contro l'altra. Per la prima volta capì che: "No, non sono uno contro l'altro; forse questo è il loro stratagemma per aiutare le persone, i discepoli".
E il modo in cui il secondo maestro aveva detto: "È così compassionevole e tu sei un idiota. Non sei riuscito a capire quello che diceva. Torna da lui e basta!".
All'improvviso gli venne in mente la spiegazione di tutto: mentre ogni comune laico avrebbe

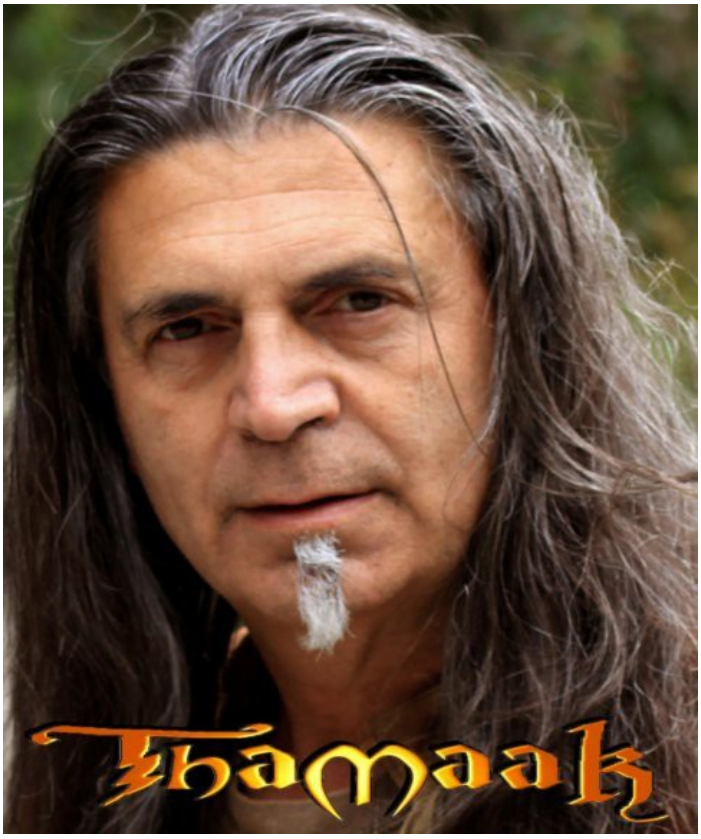
semplicemente detto che il corpo era morto, il suo maestro si era rifiutato di dire se era vivo o morto. Perché questo è il fondamento dello Zen e di tutti i grandi individui realizzati in tutto il mondo: che l'esistenza non può essere divisa in o questo o quello: non si può dire che è morto, non si può dire che è vivo. Non è possibile dividere l'esistenza.
Solo perché quell'uomo non respirava più non significava che fosse morto: faceva ancora parte dell'esistenza, che è eternamente viva.
Non puoi dire che è morto, perché in questa esistenza niente è morto. Nulla può essere morto. Tutto è vivo, esiste solo la vita.
E naturalmente non si poteva dire che fosse vivo, altrimenti, perché fare un funerale?
Quindi, ai fini pratici il funerale andava bene, ma per obiettivi filosofici – per finalità più profonde e fondamentali – l'uomo era vivo come sempre. È solo che prima respirava e ora ha deciso di non respirare più. La differenza non è poi molta. E che respiri o no, in ogni caso, rimane parte dell'esistenza. Non si può cadere dall'esistenza, perché è ovunque. Non si può uscire dall'esistenza, quindi non puoi andartene dalla vita.
Il secondo maestro voleva dirgli: "Tu non capisci la compassione del tuo maestro. È stato compassionevole a non risponderti, perché qualsiasi risposta sarebbe stata sbagliata. E tu ti saresti accontentato molto facilmente, avrebbe potuto dirti che era morto, ma non sarebbe stata una risposta giusta nella sostanza. La sua compassione è grande, così grande che ti ha anche permesso di colpirlo, perché lui colpisce i discepoli che non riescono a rispondere alle sue domande. Considera il suo senso di giustizia: non ha risposto alla tua domanda e quindi, senza curarsi del fatto che tu fossi un discepolo e non un maestro, te lo ha permesso, hai potuto colpirlo quanto volevi. Ma ti ha detto: "Non posso rispondere, non posso dirlo". E adesso torna dal tuo vecchio maestro. Se lui non può migliorarti, neppure io posso fare niente per te. E anzi, sono io che, quando fallisco con una persona la mando al vostro monastero, questo è il nostro patto. Noi litighiamo, ci contraddiciamo a vicenda… è la nostra gioia. Tutte le contraddizioni, le discussioni e le controversie filosofiche... ci divertiamo. E quelli che lo capiscono si divertono anche loro".
È proprio come quella vecchia storia dei due pasticcieri che avevano iniziato a litigare e a lanciarsi addosso le torte... e tutta la strada era piena di gente che si godeva le torte e li incoraggiava entrambi: "Bravo, hai fatto bene! Dai colpiscilo ancora così!". Incitavano entrambi i contendenti... e intanto si mangiavano le torte.
"Anche noi ci stiamo tirando le torte" disse il vecchio. "Quelli che lo capiscono ne godono. Chi non lo capisce pensa che siamo nemici! Siamo stati discepoli dello stesso maestro ed è lui che ha escogitato questo strano stratagemma di aprire due monasteri in concorrenza l'uno con l'altro. Diceva: 'Alcuni sciocchi entreranno in un monastero e altri nell'altro, ma non lasciate fuori nessuno, divideteli: chi è contrario a uno andrà dall'altro e viceversa'. È questo lo stratagemma del nostro grande maestro e noi lo stiamo seguendo. Ma non ti voglio nel mio monastero, tu appartieni all'altro maestro: ha mostrato così tanta compassione nei tuoi confronti che sarebbe brutto da parte mia accettarti".
I mistici hanno il loro modo di comportarsi.
Le masse non possono capire.
I mistici parlano persino l'uno contro l'altro per il bene della gente mediocre che non potrebbe comprendere in alcun altro modo: può capire solo le controversie. E per secoli i mistici lo hanno fatto. È solo in questo secolo che l'umanità è così intellettualmente povera da non disporre di mistici che portino avanti questa profonda, amorevole congiura contro di voi... per riportarvi alla vita, all'amore, alla risata.

Tratto da: Osho, The Osho Upanishad
www.oshotimes.it - oshoba@oshoba.it

Mauro Giulianini personaggio di punta della fiera pisana

LO SCIAMANO ITALIANO TRA SOGNO MAGIA E BENESSERE

Sempre affollato l'auditorium del Palacongressi alle sue esibizioni



di
Jolanda Pietrobelli

Mauro Giulianini è un personaggio che ho conosciuto durate le varie edizioni dell'evento <Tra sogno magia e benessere> che si svolge ogni anno a Pisa.
Debbo dire che trovarmi seduta in prima fila ai suoi spettacoli, mi ha piacevolmente sorpresa. Il motivo? Semplice, a me le percussioni danno fastidio perché mi pesano sul chakra del cuore e mi innervosiscono. Con Thamaak il discorso è diverso, quando Giulianini fa parlare i suoi tamburi, mi sento bene e piena di energia.
Ma veniamo a lui.
È definto <Sciamano di cultura italiana>, secondo lui, pur girando il mondo e attingendo e studiando le varie culture etniche, alla fine gli insegnamenti tratti, debbono essere reimpaginati nella propria terra e la sua terra di origine è l'Italia, questa bella Italia che tanto ama. E da qui si dipana la storia di Thamaak, il Primo Sciamano Italiano.

Nonfacco mistero che sono stata molto affascinata dal personaggio, perché è straordinario, perché la sua anima è straordinaria.
Dopo un brillante passato da regista televisivo, impegnato nelle reti più importanti della TV italiana, ha voltato pagina, perché la sua anima gli ha dato altri dettami, le necessità erano altre ed è così che la sua guida, il suo Animale Totem <il Lupo> gli ha aperto la via che sta percorrendo, che gli ha permesso di farsi conoscere ed apprezzare attraverso Concerti molto impegnativi che lui tiene a giro per il mondo.
Nel 2004 ha fondato il 1° Centro in Italia sui trattamenti del suono creativo armonico.
Lo sciamano, il curandero, ha un ruolo di guaritore attraverso il rilascio di energie che lo fanno entrare in empatia con lo spirito di chi si affida a lui.
La <lettura dell'anima> intuita da Giulianini/Thamaak viene effettuata tramite il suono del suo strumento <il tamburo> e il suono della sua voce che entrano nell'anima di chi in quel momento si trova sul suo raggio.

Come avviene la Lettura dell'Anima Thamaak
E' necessario affidarsi allo Sciamano, che avverte, comprende e ascolta attraverso la percezione sottile, focalizzando il pensiero, creando una protezione oltre il corpo, pur osservando i segni e i mesaggi del corpo stesso, miscelando il tutto con la sensazione intuitiva sciamanica, al fine di individuare la frequenza energetica emanata. Trovata la chiave della sintonia empatica, accade un fenomeno che non è esprimibile con le parole ma che vive profondamente nello sciamano e si manifesta la sua maestria, in base a ciò che ascolta, intonando un canto accompagnato dal tamburo che avvolge completamente la persona, inducendola in stato di ascolto, attraverso cui, immersa nell'essenza della materia, si raccoglie nel profondo silenzio per accogliere il messaggio della vibrazione sonora. Le frequenze del tamburo mescolandosi con i canti sciamanci thamaak, danno origine a una sfera vibrante all'interno della quale la persona si accorge di essersi estraniata involontariamente dalla realtà, accompagnata da visioni ancestrali. Grazie all'unione tra voce e tamburo, lo Sciamano sente di riconoscere la verità più intima e crea così un dialogo che porta i messaggi dell'anima per la scelta di percorsi nuovi oppure la rilettura di quelli già esistenti, così da creare un effetto terapeutico tra corpo-mente- anima.

Dice Thamaak di sé: *<sono un uomo che sa ascoltare un fiore, una montagna, un tramonto, il volo di un uccello, il sorriso di un bambino, la carezza di una madre, gli occhi del lupo nella notte. Ho il dono di scoltare oltre il suono, la vibrazione dell'anima entra in me, canto, suono, la forza, il dolore la gioia. Oggi i mieie Happening Sciamanici attraverso il suono dei Tamburi Thamaak, creano stati di coscienza tali da indurre alla guarigione energetica, liberando pesi interiori, esaltando la gioia, creando un benessere diffuso in tutto il corpo, mente e anima>.*

Io che lavoro con le energie in quanto master di Reiki, ogni volta che faccio meditazione e mi appresto a prepararmi per le armonizzazioni, mi facco un bagno sonoro con i tamburi e la voce di Thamaak. L'energia che avverto si moltiplica in me dandomi potenza per le mie Discipline.
Thamaak/Mauro Giulianini, ritenuto sciamano del suono, emana attraverso l'energia dei suoi tamburi e della sua voce una potente corrente energetica che attraversa le cellule del corpo rivitalizzandole di nuova energia.

www.maurogiulianini.it
www.facebook.com/mauro.giulianini
ballyhoo.tv@libero.it

Al Palacongressi di Pisa una manifestazione unica in Europa

<TRA SOGNO MAGIA E BENESSERE> CONCLUSA LA GRANDE FIERA

Un successo di pubblico e di partecipazione

Si è conclusa a Pisa la più grande mostra a livello europeo dedicata all'esoterismo e al benessere: <Tra Sogno Magia e Benesere>, giunta alla sua 29^ edizione.
L'evento organizzato come sempre da <Alterego Fiere>, si è svolta al Palacongressi ed ha avuto la durata di una settimana. L'affluenza è stata significativa in quanto l'interesse che questo appuntamento annuale suscita da così tanto tempo non ha mai subito cali di attenzione.
Le< tre menti> Giancarlo Scoppitto, Anna Bartelletti e Paolo Scoppitto> quest'anno hanno ampliato la Fiera, aprendo un padiglione interamente dedicato al settore Benessere /Olistica. Ed hanno avuto ragione perché è stato un successo pieno.
All'interno del prestigioso contenitore pisano si sono avvicendati espositori provenienti da ogni parte d'Italia e dall'Estero, accogliendo nei loro stand quanti interessati al loro settore.
L'Auditorium, ha ospitato spettacoli e conferenze, eventi collaterali hanno arricchito la manifestazione. Il pubblico ha potuto immergersi nel regno dei sensitivi, visitare gli stand vari nelle loro esposizioni (prodotti esoterici, libri, pietre, campane tibetane, tamburi sciamanici, foto dell'aura ecc), affacciarsi nelle salette olistiche dove operatori del benessere hanno offerto la propria sapienza.
Monaci Tibetani hanno costruito giornalmente sotto gli occhi del pubblico un grande mandala, che la sera della chiusura dell'evento attraverso una cerimona di benedizione lo hanno distrutto, come è in uso fare.
Gli organizzatori, a conclusione, hanno dato appuntamento al gennaio dell'anno prossimo, un appuntamento speciale in quanto l'evento sarà alla sua 30^ edizione.

Seguono immagini

Partecipazione alla 29^ edizione dell'evento

<Trasogno magia e benessere>

SUCCESSO PER IL M° TUCCI

COL SUO KOSMOS

AL PALACONGRESSI PISA

Arti marziali balli caraibici e conferenze

Nell'ambito della 29^ edizione dell'evento <Tra sogno magia e benessere> svoltosi a Pisa lo scorso Gennaio presso il Palacongressi, la Palestra Kosmos Club ha presentato un programma molto vivace e denso di incontri.
Sotto etichetta <Gruppo Kosom Caraibe> ha offerto al pubblico che popolava l'Auditorium, uno spettacolo di balli caraibici, tenuto dai maestri e allievi del corso di ballo che si svolge presso la

suddetta Palestra.
Nel medesimo Auditorium il M° Gianni Tucci direttore tecnico della Palestra, ha presentato gli allievi nelle varie discipline di arti marziali che gli istruttori della <realtà> pisana insegnano.
Come molti sanno il M° Tucci è noto conferenziere e scrittore e nell'ambito della fiera ha fatto una interessante conferenza dal titolo >Attrazione, risonanza, affinità>.

Note

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.

Leonardo da Vinci oggi sarebbe considerato un naturopata

LA NATUROPATIA
UNA SCIENZA EFFICACE

E' un sistema curativo naturale e si basa sul ritorno al naturale

La naturopatia è ritenuta una scienza accolta con molta attenzione dai ricercatori di tutto il mondo che ne hanno verificato l'efficacia. Con lei non si parla di terapie alternative, perché può stare a fianco della medicina ufficiale, non volendo assolutamente sostituirla là dove si verifica la sua necessaria presenza. La naturopatia è un sistema curativo naturale e si basa sul ritorno al naturale, utilizzando tecniche energetiche grazie alle quali vengono eliminate le tossine di troppo.
Il pensiero naturopatico prese le sue precise connotazioni in Ingliterra e Germania, per diffondersi poi oltre oceano. Si sviluppò in un clima di ritorno alla natura, esaltato già nelle opere di Rousseau.
Il significato etimologico di naturopatia (natura, phatos, sofferenza), ha dato luogo a critiche e controversie.
Goethe (1749-1832) ebbe un concezione metafisica della natura descritta come l'abito vivente della divinità, difatti affermò che, così come il corpo permette di giungere all'anima, così la natura permette di raggiungere Dio.
Leonardo da Vinci (1452-1519) ai nostri giorni sarebbe considerato un naturopata, sicuramenet tra i più famosi naturalisti, era a favore di uno stile di vita a contatto con la natura, era vegetariano, difendeva i diritti degli animali, era un grande botanico e il suo pensiero si riallacciava alla tradizione platonica.
Per Shelling (1775-1854) nella natura si mostra lo spirito assoluto e ogni manifestazione è il palesarsi dello spirito universale che la governa.
La natura è al di sopra di tutto, madre e maestra, risana e guarisce, l'uomo e la natura sono interagenti. Nel naturalismo antico l'uomo interrogava se tesso attraverso la natura, il filosofo trovava nella natura il grande libro del sapere.

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

Fare il pieno di proteine con la dieta vegetariana

ESSERE VEGETARIANI

Ma se non mangi carne, come fai per le proteine?

A molti vegetariani sarà capitato di sentirsi dire: "Ma se non mangi carne, come fai per le proteine?", come se le proteine fossero contenute solo nella carne.
In realtà, per impostare una dieta vegetariana in modo semplice e pratico, una dieta vegetariana o vegana è in grado di fornirti tutte le proteine di cui hai bisogno, a patto però che sia completa ed equilibrata!!

Cosa sono e a cosa servono le proteine

La principale funzione delle proteine è quella di fare da mattoni per la costruzione e rigenerazione dei tessuti. Si tratta di molecole complesse, costituite da unità più semplici: gli amminoacidi.
Esistono 20 tipi di amminoacidi, ognuno dei quali svolge una funzione specifica ed è quindi assolutamente necessario.
Gli amminoacidi si dividono in "essenziali" e "non essenziali", perché l'organismo umano è capace di produrre da sé 12 tipi di amminoacidi (i non essenziali), dunque i restanti 8 (gli essenziali) per essere a disposizione del corpo umano devono necessariamente essere assunti con il cibo.
Le proteine che assumiamo con l'alimentazione non sono usate così come sono, ma devono prima essere scisse nei singoli amminoacidi che le compongono. Si forma così il "pool amminoacidico", una "riserva" contenente tutti i 20 amminoacidi da cui l'organismo attinge per sintetizzare le proteine di cui ha effettivamente bisogno.
Quindi riassumendo: dal cibo che mangiamo otteniamo le proteine, le proteine sono scisse in amminoacidi, gli amminoacidi confluiscono nel pool amminoacidico, il corpo umano attinge dal pool amminoacidico e sintetizza le proteine di cui ha bisogno.
Il fabbisogno quotidiano di proteine è stimato in circa 0,8 grammi per chilogrammo al giorno, corrispondenti all'incirca al 10% del fabbisogno calorico giornaliero.

La dieta vegetariana/vegana fornisce tutte le proteine di cui si ha bisogno?

Si, perché ogni alimento vegetale ha in sé tutti gli amminoacidi essenziali. Attenzione, perché spesso nello stesso alimento vegetale non tutti gli amminoacidi essenziali sono presenti in quantità elevate, per questo una dieta vegetariana è equilibrata dal punto di vista proteico solo se è variegata. Ad esempio, i legumi contengono solitamente basse quantità dell'amminoacido METIONINA (ad eccezione della soia), mentre i cereali contengono minori quantità dell'amminoacido LISINA: è evidente che combinando cereali e legumi otterremo tutti gli amminoacidi di cui avremo bisogno, senza dover ricorrere a fonti animali di proteine.

Non si rischiano carenze di proteine nobili?

Le proteine cosiddette "nobili" altro non sono che le proteine animali, cioè le proteine contenute nella carne. La loro peculiarità è quella di contenere tutti gli amminoacidi essenziali in elevate quantità, a differenza delle proteine vegetali che ne contengono in sufficienti quantità solo alcuni. Ma come abbiamo visto una dieta vegetariana variegata assicura il fabbisogno di tutti gli amminoacidi di cui l'organismo necessita.
Non dimentichiamo inoltre che i "vegetariani", a differenza dei "vegani", mangiano uova e latticini, cioè alimenti ricchi di proteine animali.

Ma per non incorrere in carenze, bisogna assumere a ogni pasto tutti i tipi di amminoacidi?

Una qualunque combinazione di cereali e legumi, come la classica "pasta e fagioli", ha in sé tutti i cosiddetti amminoacidi essenziali. Ma non è necessario assumerli tutti in unico pasto.
Infatti il nostro organismo fa confluire tutti gli amminoacidi in un'unica riserva, il "pool amminoacidico", che dura anche diversi giorni.
La regola è: non consumare sempre gli stessi alimenti (ad esempio solo riso e grano come cereali, o solo ceci come legumi) ma mangiare tutto quello che la natura ci offre, in modo che gli alimenti si compensino gli uni con gli altri.

Ecco 6 cibi completamente vegetali che ogni giorno forniscono a noi vegetariani la nostra razione quotidiana di proteine!

(La prossima volta che ti chiederanno: "Ma se sei vegetariano, dove le prendi le proteine?", saprai come metterli a posto! Eh eh eh)

1. Verdure ed ortaggi. Già, le immancabili verdure, colorate, ricche di fibre, vitamine e sali minerali, ci forniscono anche una buona dose di proteine. Qualche esempio: il cavolo broccolo verde ramoso (il cavolo romano, per intenderci) contiene ben 15 gr di proteine; i carciofi 10,1 gr, gli spinaci 6,3 gr, i peperoni 5,2 gr, gli asparagi 5,1 gr, i funghi prataioli 4,8 gr, le melanzane 3,8 gr e le patate 1,8 gr, solo per citarne alcuni! (i valori sono per 100 gr di prodotto edibile cotto)

2. Latte vegetale. Una tazza (250 gr) di latte di soia contiene ben 7,3 gr di proteine; anche lo yogurt di soia ne è ricco: 6.3 gr di proteine per un vasetto (125 gr).

3. Noci. Buonissime mangiate al naturale, aggiunte ad una macedonia o allo yogurt, o macinate e ridotte in crema, le noci sono un alimento prezioso sotto tanti punti di vista, anche quello proteico: i pinoli ne contengono 31,9 gr, le arachidi 29 gr, le mandorle 22 gr, i pistacchi 18,1 gr, gli anacardi 15 gr, le noci 14,3 gr e le nocciole 13,8 gr (valori per 100 gr di prodotto edibile).

4. Quinoa. Parente degli spinaci e della barbabietola, la quinoa è uno “pseudo-cereale” dalle innumerevoli virtù: naturalmente priva di glutine, ricca di fibre e sali minerali come fosforo, magnesio, ferro e zinco, tanto che gli Inca la chiamavano “chisiya mama» che vuol dire «madre di tutti i semi»; ancora oggi è l’alimento di base delle popolazioni andine, grazie proprio al suo elevato apporto proteico: contiene infatti 14,1 gr di proteine ogni 100 gr di prodotto crudo .

5. Tofu & Tempeh . Una porzione di tofu (125 gr) apporta 15.9 gr di proteine; una di tempeh, meno conosciuto ma nutrizionalmente ancora più valido del tofu, in quanto ottenuto dalla fermentazione dei semi di soia, ne apporta ben 23,2 gr!

6. Legumi. Sono tradizionalmente il punto di riferimento per le proteine nell’alimentazione vegana; non a caso, visto che ne sono ricchi: (valori per 100 gr di prodotto secco) fave 27,2 gr, lenticchie 22,7 gr, fagioli 23,6 gr, piselli 21,7 gr, ceci 20,9 gr.

articolo riproposto su richiesta (Yin News Novembre 2014)

www.esserevegetariani.it

Contiene steli, piccoli rametti e foglie

TUTTE LE VIRTU' DEL KUKICHA

In Giappone è bevuto da tutti e a qualsiasi ora

Il kukicha si distingue da altri tè verdi giapponesi in foglia per il suo aspetto piuttosto insolito: contiene steli, piccoli rametti e foglie. Il Kukicha (nomen omen: in giapponese, significa "tè in rametti") ha un gusto delizioso, a metà tra dolce e sapido. Nato da una tradizione povera, contadina, questo particolare tè verde vanta numerose qualità benefiche ed è considerato oggi tra le principali bevande macrobiotiche, insieme al Bancha ed altri infusi a basso contenuto di teina.

Le foglie al Sencha, i gambi al Kukicha

Le piante utilizzate per la produzione del tè in rametti sono le stesse che si usano per le varietà più pregiate: il Kukicha, in effetti, è ricavato dalle parti della Camelia Sinensis che vengono eliminate nella lavorazione del Gyokuro, Matcha o Sencha. Si tratta per lo più di rametti, steli e foglie di scarto.

Il Kukicha ricavato dai rametti del Gyokuro prende il nome di Karigane e ha un prezzo maggiore; Kukicha Hōjicha, invece, è la versione tostata, caratterizzata da note dolci di vaniglia e spezie.

Proprietà benefiche del Kukicha: un tè per l'uso quotidiano

Oltre ad essere ricco di ferro, calcio, vitamine C e A, entrambe fondamentali nella difesa immunitaria e nella salute della pelle, il Kukicha è particolarmente apprezzato dai salutisti perché:

Naturalmente deteinato: i rametti sono privi di sostanze eccitanti; questo aspetto rende il Kukicha una valida bevanda anche per bambini. In Giappone, in effetti, è bevuto da tutti e a qualsiasi ora.

Tonificante e disintossicante: così come il Bancha, il Kukicha ha un'azione alcalinizzante sul sangue (è importante per chi segue una dieta ricca di proteine animali che aumentano l'acidità dei tessuti) e aiuta la digestione. Un suggerimento: assunto caldo a fine pasto, diventa una valida alternativa al caffè.

Informazioni tratte dal libro "Pronto soccorso naturopatico. I rimedi naturali ai disturbi più comuni" di M. Faccio, C. Piantanida (2011)

Il bancha è un té verde che si trova in commercio
nelle varietà hojicha (se fatto con foglie)

THE BANCHA

E' prodotto dalla Camelia Japonica

di
Giovanni Jalla

Ho conosciuto il té bancha 16 anni fa: mi è stato presentato come l'unica bevanda che si potesse assumere costantemente senza produrre effetti collaterali.

Verifico quotidianamente la capacità dissetante di questo té senza teina: mezzo bicchiere caldo, un gusto leggermente tostato per una pausa in qualunque momento della giornata; dolcificato con un po' di malto a colazione; stuzzicante con una fettina di zenzero fresco... Il té bancha è la bevanda "ordinaria" (in giapponese bancha vuol dire comune) adatta per grandi e bambini.

Il bancha è un té verde che si trova in commercio nelle varietà hojicha (se fatto con foglie) e kukicha (solo rametti), queste come le altre varietà sono prodotte dalla stessa pianta, la camelia japonica, differendo solo l'epoca della raccolta, le parti della pianta o i metodi di lavorazione e fermentazione. Nel nostro caso la mancanza di teina è dovuta alla raccolta di rametti e foglie a fine stagione di piante di tre anni. In qualità di té verde è ricco di antiossidanti, favorisce la digestione, ha un'azione alcalinizzante ed è una buona fonte di ferro calcio e vitamina A. I rametti del kukicha hanno bisogno di un po' più di tempo in infusione oppure di scaldarsi assieme all'acqua, possono

inoltre essere riusati per due o tre volte.

Alcune considerazioni sull'assunzione di liquidi:

L'indicazione medica di bere due litri e mezzo di acqua al giorno è una stupidaggine basata sul dimenticarsi il segnale naturale della sete (che normalmente dovrebbe essere funzionale) e sul travisare il problema della depurazione renale (evitare di assumere con l'alimentazione quelle pericolose concentrazioni di sostanze che i reni poi dovranno neutralizzare con tanta acqua), senza parlare di una diretta complicità con l'enorme businnes dell'acqua minerale.
Chi riesce ad organizzarsi un'alimentazione ragionevole s'accorge che il bisogno di liquidi diventa ben poca cosa se paragonato ai carrelli di bottiglie in uscita dal supermercato. Si perde l'abitudine di mettere i bicchieri in tavola, bastando due dita di tè o un caffé d'orzo dopo pranzo. Si perde l'abitudine compulsiva di aprire il frigo ogni cinque minuti per una golata d'acqua, anzi diviene sgradita anche solo l'idea di buttarsi in pancia un bicchiere di roba gelata...
Si ritrova dunque la sete come segnale-sintomo diretto (e praticamente immediato) dell'assunzione di cibi troppo pesanti, conditi o salati.
Come limite dobbiamo ammettere che il té non può essere considerato a "kilometro zero" perché, semplicemente, la camelia japonica non siamo ancora riusciti a farla crescere dalle nostre parti. E non trovando alcuna valida alternativa nostrana che sia fiore, bacca o erba di cui si possa fare lo stesso uso costante senza effetti collaterali, questo è un limite che per ora ci teniamo.

I 72 nomi derivano da tre frasi dell'Antico Testamento

L'IMPORTANZA DI IDENTIFICARE I VOSTRI ANGELI

La possibilità di essere parte del progetto del piano divino Nel sistema Aura-Soma i 72 Angeli sono stati relazionati alle bottiglie bicolore Equilibrium

Creazione di E. Donzelli

di
Cristiana

Noi sappiamo che i 72 nomi degli Angeli derivano da tre frasi dell'Antico Testamento nel secondo libro di Mosè, il Shemot, che significa 'Nomi' riferendosi alla importanza dei Nomi divini nel Capitolo 14, versi 19,20 e 21. Questo capitolo descrive l'esodo del 'popolo' di Israele (Is-Real = E'-Reale) dall'Egitto o Mizrayim, il paese della dualità e del materialismo, ed il loro viaggio attraverso il Mar Rosso e la Penisola del Sinai, verso la terra promessa della Palestina, Canaan, Israele, che rappresenta l'Unità, il mondo oltre la separazione o la dualità, dove scorrono latte e miele. L'importanza di identificare il nome del nostro angelo risiede nel fatto che significa comprendere il "perché" di questa incarnazione per trovare la via verso la realizzazione di sè ed il "ricordo di sè". In altre parole rappresenta la possibilità per ognuno di noi di entrare ed essere parte del progetto o del piano divino. Ognuno di noi ha queste matrici scritte dentro, ogni volta che parliamo utilizziamo

quella matrice, poichè questa è la nostra realtà di incarnazione in questa vita. Ognuna di queste matrici porta con sè uno stile di vita, un obiettivo ed un proposito che dobbiamo realizzare.
Ma ognuna di esse porta con sè non soltanto i doni, ma anche le sfide, come i due lati della stessa medaglia: esprime una cosa, ma anche il suo stesso contrario.
Tutta la realtà umana è incisa in questi 72 nomi ed essi rappresentano il nostro compagno mentre scaliamo l'Albero della Vita, l'Albero della Vita Cabalistico.
Qui sotto trovate i Nomi degli Angeli con la loro traduzione latina e italiana:

1 VEHUIAH Deus Exaltator Dio che Esalta

2 JELIEL Deus Auxiliator Dio che Aiuta

3 SITAEL Deus Spes Dio che Dà Speranza

4 ELEMIAH Deus Absconditus Dio delle Tenebre

5 MAHASIAH Deus Salvator Dio che Guarisce

6 LELAHEL Deus Laudabilis Dio Degno di Lode

7 AHAIAH Deus Longanimis Dio di Clemenza

8 CAHETEL Deus Adorandus Dio da Adorare9 HAZAYAEL Deus Misericors Dio di Misericordia

10 ALADIAH Deus Propitiabilis Dio Benignevole

11 LAUVIAH Deus Exaltandus Dio da Esaltare

12 HEHAIAH Deus Refugium Dio di Rifugio

13 YEZALEL Deus Super Omnia Decantabilis Dio Decantabile su Tutto

14 MEBAHEL Deus Custos & Servator Dio Protettore e Salvatore

15 HARIEL Deus Sublevator Dio che Rialza

16 HAKAMIAH Deus Erector Dio che Rende Eretti

17 LAVIAH Deus Mirabilis Dio Mirabile

18 CALIEL Deus Invocandus Dio da Invocare

19 LEUVIAH Deus Festinus Ad Audiendum Dio Sollecito all'Ascolto

20 PAHALIAH Deus Redemptor Dio che Redime

21 NELAHEL Deus Solus Dio Solitario

22 YEYAYEL Deus Dextera Dio Esperto

23 MELAHEL Deus Declinans Malum Dio che Piega il Male

24 HAHEUHIAH Deus Bonus Ex Se-ipso Dio Buono in Se Stesso

25 NITHAIAH Deus Largitor Dio che Dona

26 HAHAIAH Deus Auditor In Abscondito Dio che Ascolta in Segreto

27 YERATEL Deus Propulsator Dio che Difende

28 SEEHAIAH Deus Sublator Malorum Dio che Distrugge i Mali

29 REIYEL Deus Expectatio Dio di Aspettative

30 OMAEL Deus Patiens Dio di Pazienza

31 LECABEL Deus Doctor Dio che Guarisce

32 VASARIAH Deus Rectus Dio Regolare

33 YEHUIAH Deus Omnium Cognitor Dio che Rivela Tutto

34 LEHAHAIAH Deus Clemens Dio che Rende Clementi

35 KHAVAKIAH Deus Gaudiosus Dio che Rende Gioiosi

36 MENADEL Deus Honorabilis Dio Degno di Onore

37 ANIEL Deus Dominus Virtutum Dio Signore della Virtù

38 HAAMIAH Deus Spes Omnium Finium Terræ Dio Speranza per Tutti

39 REHEAEL Deus Velox Ad Condonandum Dio Veloce a Condonare

40 YEIAZEL Deus Vinum Lætificans Dio Vino che Reca Gioia

41 HAHEHEL Deus Triunus Dio Trinitario

42 MIKAEL Deus Quis Sicut Ille Dio come Quello che E'

43 VEULIAH Deus Rex Dominator Dio Re Dominatore

44 YELAHIAH Deus Æternum Manens Dio che Resta in Eterno

45 SEALIAH Deus Motor Omnium Dio Motore del Tutto

46 ARIEL Deus Revelator Dio che Rivela

47 ASALIAH Deus Justus Index Dio Rivelatore dei Giusti

48 MIHAEL Deus Pater Mittens Dio Padre che Invia

49 VEHUEL Deus Magnus & Excelsus Dio Grande ed Eccelso

50 DANIEL Deus Iudex Misericors Dio Giudice Misericordioso

51 HAHASIAH Deus Secretus Impenetrabilis Dio Segreto Impenetrabile

52 IMAMIAH Deus Caligine Tectus Dio Coperto dalle Nebbie

53 NANAEL Deus Superborum Depressor Dio che Umilia i Superbi

54 NITAEL Deus Rex Coelestis Dio Re del Cielo

55 MEBAIAH Deus Sempiternus Dio Eterno

56 POYEL Deus Fulciens Omnia Dio che Sostiene Tutto

57 NEMAMIAH Deus Amabilis Dio Amabile

58 YEIALEL Deus Auditor Gemitum Dio che Ascolta i Gemiti

59 HARAHEL Deus Omnia Penetrans Dio che E' in Tutto

60 MITZRAEL Deus Sublevans Oppressos Dio che Solleva gli Oppressi

61 UMABEL Deus Super Omne Nomen Dio Nome Sopra Ogni Cosa

62 IAH-HEL Deus Ens Supremum Dio Ente Supremo

63 ANAUEL Deus Mansuetus Dio Mansueto

64 MEHIEL Deus Vivificans Dio che Dà la Vita

65 DAMABIAH Deus Fons Sapientiæ Dio Fonte di Sapienza

66 MANAKEL Deus Omnia Pascens & Latens Dio che Pascola e Ripara Tutto

67 EYAEL Deus Deliciæ Filiorum Hominum Dio Delizia dei Figli degli Uomini68 HABUIAH Deus Liberalissimus Dator Dio che Dona Senza Vincoli

69 REHAEL Deus Omnia Videns Dio che Vede Tutto

70 YAMABIAH Deus Verbo Omnia Producens Dio che Parola Crea Tutto

71 HAYAYEL Deus Dominus Universorum Dio Signore degli Universi

72 MUMIAH Deus Finis Universorum Dio Limite degli Universi

E' possibile trovare i vostri Angeli attraverso la vostra data e ora di nascita. Nel sistema Aura-Soma i 72 Angeli sono stati relazionati alle bottiglie bicolore Equilibrium attraverso il valore numerologico dei nomi ebraici di ogni Angelo.
Quando avete trovato i vostri angeli e la bottiglia Aura-Soma ad esso associata, potete lavorare quotidianamente con loro e responsabilizzarvi nel vostro viaggio personale.

Rappresenta uno dei tre livelli in cui vengono distinte
le funzioni principali di ogni essere umano

IL BAMBINO INTERIORE
E I SIMBOLI REIKI

di

Jolanda Pietrobelli

I simboli con i loro mantra del secondo livello, sono usati dopo una adeguata armonizzazione e il ***Bambino Interiore*** (consapevolezza, emozioni, memoria, capacità esoteriche) accoglie il nostro nuovo coinvolgimento vibrazionale e farà attenzione al nostro evolvere, reagendo positivamente. Lui stesso sarà facilitato nell'apprendimento dei simboli sintonizzandosi con noi. Secondo le necessità del *Bambino Interiore*, Reiki viene assorbito nelle disarmonie dell'essere umano.

Procedura a contatto con il Bambino Interiore:

- prendere regolarmente contatto col Bambino Interiore almeno due o tre volte la settimana
- procedere quindi con la guarigione a distanza usando il secondo livello
- rivolgiamoci a lui con le seguenti parole: Bambino Interiore di...(nome ripetuto tre volte)

Questo procedimento rafforza la vitalità, la voglia di vivere positivamente e l'intuizione. Con la stessa procedura di può prendere contatto con il nostro Sé Superiore

Nota. Il Bambino Interiore è uno dei tre livelli in cui vengono distinte le funzioni principali di ogni essere umano. Gli competono i ricordi, i sentimenti, la forza vitale, la percezione sottile, la corporeità, la gioia di vivere, la capacità di relazione, la potenza di azione sottile. È orientato verso i sensi. Gli altri due livelli di funzioni sono: Sé Supremo a cui compete l'apprendimento, lo sviluppo della personalità e il piano di vita dell'essere umano. Al Sé Intermedio compete il pensiero analitico/astratto, le abitudini, l'elaborazione delle percezioni sensoriali, come la vista, l'olfatto che presiedono alle attività sul piano materiale.

Tratto dal <Breviario di Reiki> di Jolanda Pietrobelli- Cristina Pietrobelli Ebook

Seminario

IL GIOCO DELLA VITA

COME STAR BENE “QUI ED ORA”, ELIMINARE LA PAURA DELLE MALATTIE E RAGGIUNGERE L'IMMORTALITA'

UN PERCORSO ATTRAVERSO LA MENTE, LA CONSAPEVOLEZZA, LA COSCIENZA GLOBALE, LA FISICA QUANTISTICA, IL REALITY TRANSURFING, LE FORMULE DELLA VITA, LA PNEI, IL BIOCENTRISMO.

Il cervello, questo sconosciuto	Il fenomeno della 100° scimmia
Il mito della caverna di Platone	DNA e Fotoni
L'ego, opposto dell'Io Sono	L'infiammazione è Vita
Il pensiero creatore di realtà	La nostra parte inconscia: il 95%
Sum ergo sum	Il Bene e il male
Le stringhe	Il reality transurfing di Zeland
Il tempo e il Tempo Zero	La legge di Azione-reazione
La Consapevolezza	La PNEI
L'esperimento della doppia fessura	Il segreto della Vita
Il collasso della funzione d'onda	La formula ABCD
Il principio di indeterminazione di Heisemberg	La formula AEIOU
Il gatto di Schrodinger	La formula STUVZ
I molti mondi di Everett	Il sistema Ho'oponopono
La Coscienza globale	Quantum Entrainment
La Formula della Vita E=mc2	Logosintesi
L'ologramma	Riallineamento quantistico
L'entropia negativa	Il gioco della Vita
Tutto è Uno: il Principio di Bell	Introduzione al test Kinesiologico quantistico
Coscienza e Campi Morfogenetici	Nuovi dispositivi quantistici a biofotoni e RPC

Per info: evolvendo.insieme@gmail.com cell.328.8974166

SABATO 07/02/2015 ore 9-18

DOMENICA 08/02/2015 0re 9-17

SEDE: presso Hotel AMBASCIATORI via Crocifissa di Rosa 92

Costo del seminario: 150,00 Euro

Relatore: Dott. Francesco Oliviero

Medico, psichiatra, pneumologo, esperto in Medicina Centrata sulla Persona e in EPIMEDICINA, conferenziere, scrittore. Si occupa da 25 anni di medicina bioenergetica e di fisica quantistica applicata alla medicina. Autore dei libri:“Benattia”, “Messaggio di una vita”, “Manuale del Benessere”, “Biofotoni ed autoguarigione” (Nuova Ipsa editore), “Acqua e Coscienza”(Melchisedek editore).

Questo studio mostra è che ogni bambino affetto da ADD, disordine bipolare o altri disturbi dell'umore dovrebbe assumere OmegaBrite

OMEGA -3

OLTRE LA VERITA' UFFICIALE

E il solo effetto collaterale è una vita più lunga

"Gli integratori Omega-3 eliminano rapidamente nei bambini l'ADD (sindrome da disattenzione), l'ADHD (sindrome da disattenzione e iperattività) e il disordine bipolare"
di Mike Adams del 15 agosto 2007
tradotto dal sito www.newstarget.com/ da Pamio Lodovico
www.ilnuovomondo.it

I ricercatori del Massachusetts General Hospital hanno riscontrato che l'acido grasso omega-3 (1) è molto efficace nel trattamento dei bambini con l'ADD (sindrome da disattenzione), l'ADHD (sindrome da disattenzione e iperattività) e del disordine bipolare (2). Lo studio fu riportato sulla rivista European Neuropsychopharmacology nel Febbraio 2007.
Scrisse il ricercatore capo Dr. Janet Wozniak: "I risultati di questo studio aperto di monoterapia con gli acidi grassi omega-3 contenuti nel prodotto OmegaBrite, vendibile senza ricetta medica, indicano che i sintomi maniacali nei giovani affetti da BPD (disordine bipolare) possono essere rapidamente ridotti con un sicuro e ben tollerato integratore nutrizionale."
L'integratore di acidi grassi Omega-3 EPA forte (acido eicosapentaenoico), chiamato OmegaBrite, fu testato per efficacia e sicurezza su 20 ragazzi e ragazze con età compresa tra i 6 e i 17 anni, affetti da disordine bipolare, durante un periodo di otto settimane. Metà dei partecipanti hanno sperimentato un rapida riduzione del 30 per cento dei sintomi, senza nessun effetto collaterale.
Dice il Dr. John Ratey, autore del best seller "Driven to Distraction" e considerato, a ragione esperto in ADD: "Quello che questo studio mostra è che ogni bambino affetto da ADD, disordine bipolare o altri disturbi dell'umore dovrebbe assumere OmegaBrite. E il solo effetto collaterale è una vita più lunga."
"Questa è una buona notizia per i genitori," dice il Dr. Carol Locke, che ha lavorato nella facoltà della Harvard Medical School per 14 anni prima di produrre l'OmegaBrite. "I genitori fanno sempre del loro meglio per aiutare i loro bambini. E' straordinariamente gratificante sviluppare un prodotto

che offre un antidepressivo naturale e un sicuro stabilizzatore dell'umore."
Lo studio ha dimostrato che gli integratori hanno ridotto del 30 per cento i punti nella YMRS (scala di valutazione delle manie dei giovani affetti da disordine bipolare). Lo stesso team di ricerca ha condotto uno studio simile con il risperidone o la olanzapina, i due più comuni farmaci prescritti per il disturbo. I farmaci hanno curato i disturbi dei bambini ma hanno procurato effetti collaterali che includono il diabete.
I ricercatori hanno notato che altri comuni farmaci prescritti come il litio, il divalproex e il carbamazepine sono poco efficaci o pieni di effetti collaterali.
Il Dr. Locke sostiene: "EPA e DHA (olio algale - acido docoesaenoico) sono acidi grassi essenziali che il corpo non riesce a produrre così che noi dobbiamo procurarceli con la dieta, che è molto difficile da fare, oppure attraverso gli integratori." "Uno squilibrio di omega-6 e omega-3 porta a una complessiva risposta infiammatoria e relativi disturbi come la depressione, disturbi cardiaci, cancro, demenza, asma e artriti reumatoidi".
Locke concluse: "durante i prossimi cinque anni, vedremo gli acidi grassi Omega-3 diventare un fondamento di salute."
L'ADHD è un falso disturbo inventato dall'industria farmaceutica per vendere anfetamine ai bambini. L'industria medica convenzionale non vuole parlare di cure nutrizionali per le malattie e i disturbi perchè sa che, se i consumatori fossero informati di quanto semplice ed economico possa essere risolvere questi problemi con l'alimentazione, le vendite dei farmaci precipiterebbero. I sintomi dell'ADHD sono eliminati facilmente nell'80 per cento dei bambini, entro due settimane, semplicemente integrando l'omega-3 ed eliminando i cibi trattati (specialmente gli zuccheri raffinati) dalla dieta dei bambini.

L'industria psichiatrica non promuove l'alimentazione come un metodo per prevenire o trattare la depressione, i disordini bipolari, l'ADHD o altri disturbi mentali e del comportamento. Invece, lavora per tenere i consumatori ignoranti su tali soluzioni e finge che questi disturbi siano causati da "squilibri nella chimica del cervello" che possono essere curati solo da specialità chimiche (farmaci). Essenzialmente, la moderna psichiatria crede che tali disturbi siano causati dalla deficienza di farmaci. Questa convinzione opportunamente serve le ragioni del profitto delle aziende farmaceutiche, che di fatto gestiscono la psichiatria.

Informazioni sull'OmegaBrite possono essere trovate su: http://www.omegabrite.com
NewsTarget non ha nessun rapporto con OmegaBrite (o altre aziende di integratori nutrizionali) e non guadagna nulla dalla vendita di questo prodotto.

(1) Omega-3: Famiglia di acidi grassi polinsaturi a catena lunga essenziali per l'organismo umano. Comprendono gli acidi alfalinolenico, eicosapentaenoico e docosaesaenoico, e devono essere assunti attraverso la dieta. Fonti importanti di omega-3 sono i pesci particolarmente grassi (merluzzo, aringa, salmone e sgombro), gli oli di pesce e l'olio di fegato di merluzzo. Questi acidi grassi svolgono un ruolo strutturale a livello di membrane cellulari e sono precursori degli eicosanoidi, sostanze altamente reattive, come prostaglandine e leucotrieni che agiscono localemente su un'ampia varietà di funzioni cellulari. Gli omega-3 svolgono anche un importante effetto benefico e protettivo nei confronti dell'apparato cardiovascolare: contribuiscono infatti alla riduzione della trigliceridemia e della pressione arteriosa e agiscono sull'aggregazione piastrinica, aiutando a prevenire la formazione di trombi.
(2) Disordine bipolare: disordine psichiatrico contrassegnato alternando episodi di mania e depressione.

www.disinformazione.it

La Fondazione Findhorn tra le prime comunità del movimento
è celebrata in tutto il mondo

NEW-AGE IL MOVIMENTO E' ANTECEDENTE AGLI ANNI 50

Il termine potrebbe essere attribuito ad Alice Bailey

di
Jolanda Pietrobelli

La New -Age, è un movimento culturale antecedente agli anni 50, anche se negli anni 60, i figli dei fiori se ne sono appropriati. Comprende diverse correnti alternativeme sorte dopo il 1950 e che ben poco hanno a che vedere con il vero movimento. Arrivata all'apice del successo in America, ha radunato sotto il suo obrello varie espressioni di spiritualità, che hanno messo in allarme la chiesa cattolica.
New Age la troviamo nel lavoro del grande sensitivo inglese Cayce e New-Age ed il termine potrebbe essere attribuito ad Alice Bailey altro grande personaggio.
La ***Fondazione Findhorn*** che è presente in Scozia dal 1962 è stata tra le prime comunità del Movimento, celebrata in tutto il mondo; la New-Age r*iunisce ricercatori, spiritualisti, maestri e guaritori e risvegliati,* ogni individuo è considerato di *origine divina,* è indirizzato verso un proprio cammino spirituale di risveglio, in ogni tradizione Mistico/ Religiosa, Sciamanesimo, Paganesimo, Qabbala, Esoterismo, Occultismo e quant'altro. Il new-ager è chiamato a basarsi sulla esperienza interiore, sul discernimento e senso intuitivo.
Gli Angeli, le Guide e i Maestri Ascesi, sono molto considerati da questo Movimento, che è molto avversato dalla Chiesa.
New-Age dà molto risalto al prossimo al 2012, l' anno del salto quantico, delle nuove energie, anno in cui cambierà la polarità della terra.

Il ***risveglio interiore*** ulteriormente potenziato condurrà a sviluppi sensoriali, alla possibilità di vedere l'invisibile e di compiere *viaggi in obe*, con più facilità. Nella New Age, è sensibilizzata la meditazione, si strizza l'occhio all'Oriente e a tutto ciò che lo ricorda.

I new ager ritengono che le nuove dimensioni esistenziali che attendono l'umanità siano già abitate da entità interdimensionali e dai Maestri Ascesi, pronti al contatto con chi è aperto a ricevere i loro messaggi.

Il movimento del New Age è attento e sensibile ai fenomeni inspiegabili, per la maggior parte di noi, tipo:

- I cerchi nel grano
- gli UFO
- il Channeling
- contatto medianico
- fate
- Deva
- Atlantide e Lemuria

Gli Angeli e le schiere di esseri celesti hanno un grande ruolo nella cultura della New-Age fondamentale nella filosofia della New Age è l'apertura all'incredibile che viene controllata e gestita da ogni individuo secondo le proprie inclinazioni spirituali personali.
I new ager, scelgono in cosa credere, con discernimento, rispettando le convinzioni e il cammino spirituale del prossimo, e lo esprimono verbalmente, usando come significativo saluto:

Namaste

(mi inchino al divino che c'è in te)

OSHO E LA MEDITAZIONE DEL CUORE DI ATISHA

Il percorso Reiki è un sentiero verso la consapevolezza. Reiki è un dono dell'esistenza, come terapia meditativa efficace per mettere in comunicazione il corpo con la consapevolezza. Osho suggerì inoltre che la trasmissione dell'energia Universale avvenisse attraverso il centro del Cuore, utilizzando una tecnica particolare di respirazione trasmessa in Tibet da Atisha.

Il dolore è naturale dev'essere compreso, dev'essere accettato. Poiché naturalmente abbiamo paura del dolore, naturalmente lo evitiamo. Ecco perché molte persone hanno evitato il cuore e vivono sospese nella testa: hanno vissuto nella testa.
Il cuore arreca sofferenza, è vero, ma solo perché è in grado di dare piacere – solo per questo dà sofferenza. Il dolore è la via che permette al piacere di giungere; l'agonia è la soglia da cui entra l'estasi. Se ne sei consapevole, accetti il dolore come una benedizione. In quel caso, d'un tratto la qualità del dolore inizia immediatamente a cambiare.
Non sei più in conflitto con il dolore, e poiché non sei più in antagonismo, non è più dolore: è un amico. È un fuoco che ti ripulirà. È una trasformazione, un processo, in cui ciò che è vecchio se ne andrà e giungerà il nuovo; in esso la mente scomparirà e il cuore funzionerà nella sua totalità. E a quel punto la vita è una benedizione.

Prova questo metodo di Atisha

Quando inspiri – ascolta attentamente, è uno dei metodi più efficaci – quando inspiri, pensa di inspirare tutte le infelicità e tutte le miserie di tutte le persone del mondo. Tutta l'oscurità, tutta la negatività, tutto l'inferno che esiste ovunque: tu lo inspiri. E lascia che venga assorbito dal tuo cuore.

Quando inspiri, inspira tutte le miserie e le sofferenze di tutti gli esseri del mondo – passati, presenti e futuri. E quando espiri, espira tutta la gioia che hai, tutta la tua beatitudine, tutte le benedizioni che hai in te.

Espira, riversale nell'esistenza. Questo è il metodo della compassione: bevi tutte le sofferenze e riversa ogni benedizione. all'esterno Se lo fai, rimarrai sorpreso: nel momento in cui assorbi in te tutte le sofferenze del mondo, non sono più tali. Il cuore le trasforma immediatamente in energia. Il cuore è una forza trasformante: assorbe l'infelicità e la trasforma in beatitudine… poi la riversa all'esterno. Quando avrai compreso che il tuo cuore è in grado di compiere questa magia, questo miracolo, vorrai farlo sempre, in ogni situazione.

Prova questo metodo: è una delle tecniche più pratiche che esistano – è semplice, e dà risultati immediati. Fallo oggi, e vedrai.

Quello era uno degli approcci del Buddha con i discepoli.

Atisha è uno dei suoi discepoli, appartiene alla stessa tradizione, allo stesso lignaggio. Il Buddha ripete continuamente ai suoi discepoli: "Ihi passiko – vieni a vedere!" Questi Maestri sono uomini estremamente scientifici. Il buddhismo è una delle religioni più scientifiche mai esistite sulla terra; ecco perché sta conquistando sempre più terreno in tutto il mondo.

Man mano che il mondo diventa più intelligente, il Buddha acquista sempre più rilievo; è inevitabile. Man mano che le persone diventano più scientifiche, saranno sempre più attratte dal Buddha. Per una mente scientifica è molto convincente, poiché dice: "Qualsiasi cosa io dica, può essere messa in pratica, sperimentata". Io non ti dico: "Devi credere", ti dico: "Sperimenta con i metodi che ti consiglio, e dopo che ne avrai fatta esperienza, se lo sentirai, fidati di loro. Altrimenti non è affatto necessario credere".

Prova questo splendido metodo di compassione: assorbi in te ogni infelicità e riversa all'esterno ogni gioia.

LE QUATTRO NOBILI VERITA'

1. "La sofferenza"

2. "L'origine della sofferenza"

3. "La cessazione della sofferenza"

4. "La via che porta alla cessazione della sofferenza"

Le 4 Nobili Verità sono la base di ogni insegnamento buddista.
Esse sono rappresentate da definizioni apparentemente semplici, che sono tuttavia fonte di innumerevoli riflessioni, ricerche, meditazioni.
Tale insegnamento fu proclamato dal principe Siddharta, ovvero Shakyamuni, il Buddha storico vissuto nel 6° secolo a.C., nel Parco dei Daini a Sarnath presso Varanasi, in India.
Dice il Buddha: "Solo questo insegno: la sofferenza e la sua cessazione" (su: Majjhima-Nikaya).
Secondo la tradizione, Shakyamuni giunse a queste fondamentali e illuminanti verità meditando su nascita, malattia, vecchiaia e morte, eventi imprescindibili della condizione umana e non solo umana.
Le affermazioni contenute nelle 4 Nobili Verità ci mostrano che il Buddismo non inizia con "c'era una volta..." ma con un "c'è".
E non racconta favole, ma parla di cause e di effetti, di cose che si sperimentano e non di cose che, semplicemente, si credono, e men che mai di cose che si "devono" credere.

La Prima Nobile Verità:
"La sofferenza"
La Prima Nobile Verità enunciata dal Buddismo, come si vede, a differenza di ciò che accade nei

miti e nelle religioni, non è un dogma, né un racconto mitologico, né qualche leggenda più o meno favolistica, e tantomeno una misteriosa rivelazione.

Niente di tutto questo.
La Prima Nobile Verità si occupa di qualcosa che ogni essere vivente può facilmente verificare per esperienza: la sofferenza "c'è".
Il Buddismo non si occupa del Cielo, o di luoghi immaginari e metafisici, come le religioni comuni, ma parte da TE, dalla tua esperienza. Il Buddismo non offre spiegazioni preconfezionate: invita semmai ad effettuare una ricerca personale su esperienze e sensazioni che sono alla portata di tutti.
E' opportuno tenere presente che nella lingua utilizzata dal canone buddista, ovvero la lingua Pali, di derivazione Sanscrita, la sofferenza è chiamata DUKKHA, che non significa semplicemente "dolore" quanto piuttosto situazione incongrua, insoddisfacente, incompleta.
Il termine DUKKHA deriva da due parole: DUH e KHA.
DUH è un prefisso negativo e KHA significa vuoto. Dunque DUKKHA sottintende qualcosa di inconsistente, insoddisfacente, illusorio.
Il termine italiano "sofferenza" è letteralmente molto più restrittivo di DUKKHA, quindi dobbiamo utilizzarlo, in riferimento alle 4 Nobili Verità, in senso esteso.
Scopriremo dunque che perfino gli stati considerati di piacere sono DUKKHA, perché hanno sempre in sé, quantomeno, qualcosa di non completamente appagante, di non completa realizzazione, di illusorio, di senso di perdita o altro.
Non stiamo dicendo che la condizione umana sia insopportabile oppure inevitabilmente triste e dolorosa. A volte il buddismo è erroneamente considerato "pessimista" perchè si scambia la comprensione di DUKKHA per una mera e rassegnata accettazione della sofferenza.
Non è così, il DHAMMA (l'insegnamento buddista) ci conduce alla cessazione della sofferenza, non alla rassegnazione, ma prima dobbiamo compenetrare nel loro vero significato le quattro Nobili Verità, la prima delle quali consiste appunto nell'imparare a vedere, a sentire, a capire DUKKHA.
DUKKHA è ovunque.
La sofferenza, in qualche forma, è ovunque, sia nell'uomo che in tutti gli esseri viventi, e in un certo senso anche nelle cose, negli oggetti, nel mondo, nell'universo. Tutto si può rovinare, consumare, logorare. Tutto è soggetto a mancanza-eccesso, a perdita, a morte.
Si badi bene: "c'è la sofferenza" non è una minaccia, non è una condanna, non è una sconfitta, non è una considerazione negativa, piuttosto, è come se si dicesse: "la realtà è esattamente così com'è", perché la vita è intimamente connaturata con DUKKHA.
Non si sta nemmeno dicendo che la sofferenza è "cattiva" o che è una cosa "negativa", il buddismo non si occupa di attribuire valori o giudizi, semplicemente si sta sostenendo (del tutto serenamente!) che "c'è qualcosa che accade in ogni manifestazione di vita", e questo qualcosa che accade incessantemente non può essere espresso meglio di come la semplice frase "c'è la sofferenza", ovvero "c'è DUKKHA", può aiutarci a definire.
Si tenga conto che "c'è la sofferenza" è un punto di partenza, non di arrivo, e non necessita di una particolare illuminazione per essere compresa, sebbene anche le menti più illuminate possono continuare a trarre enormi benefici sulla costante meditazione sulle quattro nobili verità.
Si noti anche che "c'è la sofferenza" non pretende di descrivere o definire la realtà! Non si sta dicendo che tutta la realtà è fatta di sofferenza, ma che la sofferenza "c'è", che è cosa ben diversa.
"C'è la sofferenza" può produrre un risultato concreto sul piano della nostra comprensione perché la sofferenza non siamo "noi", e tantomeno essa è "dentro di noi" (sebbene possa ANCHE esserci) ma semplicemente la sofferenza "c'è".
DUKKHA non è dunque una rappresentazione tragica della realtà, al contrario, si tratta di una comprensione oggettiva, descrittiva ed impersonale. E' una "presa d'atto" di qualcosa che accade.

Molte persone combattono la sofferenza cercando illusoriamente di evitarla o di compensarla. Un po' come succede nei finali delle fiabe: "E vissero felici e contenti". Che equivale a dire "la sofferenza non c'è", o almeno che non ci sarà per moltissimo tempo.
Ma così si impedisce la comprensione di DUKKHA, e quindi anche la sua cessazione, preferendo il rimanere nell'illusoria ignoranza.

Alcune filosofie e religioni riconoscono nella sofferenza una imprescindibile condizione dell'umanità, tuttavia non ci si "arrende" all'evidenza di DUKKHA, e si cerca di volerla esorcizzare.
Al massimo si compensa: "c'è la sofferenza, ma..."
E' proprio quel MA che impedisce il cammino verso l'illuminazione, in cambio di mere consolazioni illusorie e fuorvianti.
"C'è la sofferenza, ma..."

"...un giorno saremo consolati"

"...se sappiamo sopportare saremo premiati"

"...prima o poi la sofferenza finirà"

"...dobbiamo avere fiducia e speranza"

e via di questo passo, di negazione in negazione, di illusione in illusione, fino ai casi estremi in cui la sofferenza è vista addirittura come "purificatrice".
Tutto questo significa NEGARE DUKKHA, impedire la comprensione, non vedere DUKKHA per quello che è.
Fare nostra la prima Nobile Verità del "c'è la sofferenza" ci libera dunque anche dalle nostre negazioni mentali, dai nostri istinti compensatori, dalle nostre fughe illusorie, dalla paura della realtà, e dalla paura di ciò che non si vuole comprendere.
Ecco allora che "c'è la sofferenza" ci appare addirittura come un grido liberatorio, un "rimanere tranquillamente qui" senza scappare e senza nascondersi.
DUKKHA diviene nostra maestra: ci aiuta a capire la condizione umana e universale, ci fa vedere la realtà delle cose, l'essenza di tutti i fenomeni.
Chi giunge a questa esperienza, è incamminato verso la cessazione della sofferenza.

La Seconda Nobile Verità:
"L'origine della sofferenza"
La parola "origine" ci fa venire in mente una vastità di speculazioni filosofiche, mitologiche e religiose.
Ogni religione che si rispetti ha il suo bravo mito primordiale che si propone di spiegare, generalmente con storie semplici, adatte alla trasmissione orale, l'origine del mondo, delle stelle, del sole e della luna, dell'umanità, a volte perfino dei monti, laghi, mari, piante, fiori, ecc.
In questa seconda Nobile Verità il DHAMMA ci sorprende ancora per la disincantata noncuranza con cui evita qualsiasi pretesa di spiegare l'origine di Terra e Cieli, di uomini e animali, di fenomeni e misteri, per giungere piuttosto a scavare DENTRO DI NOI alla ricerca delle origini di DUKKHA, la sofferenza.
Ciò che interessa, nel buddismo, è l'interiorità: il mondo esterno ci riguarda, tutto sommato, solo

nella misura in cui esso si riflette dentro di noi. Non è disinteresse: è consapevolezza dei propri limiti percettivi.
Se la sofferenza è spesso considerata, dalle leggende religiose e profane, una "punizione" del fato o di un dio, la sua origine è conseguentemente attribuita ad una qualche "colpa" primordiale.
Vedi ad esempio la biblica interpretazione della sofferenza umana come risultato della cacciata dall'Eden, a sua volta provocata dalla colpevole intenzione di avere desideri proibiti, o anche il mito di Prometeo e di come egli abbia sfidato gli dei con la scoperta del fuoco, ricevendo una sofferta punizione, e così via.

Nel buddismo non si parla mai in termini di colpe e di punizioni, semmai si parla semplicemente di cause e di effetti.
Se DUKKHA è dunque, come tutte le cose, l' effetto di una causa, qual'è mai questa causa?
La seconda Nobile Verità ci avverte che la causa di tutte le esperienze di sofferenza è l'avidità. L'attaccamento al desiderio, e non il desiderio in sé stesso, è la causa primaria di ogni sofferenza.
Perché questo attaccamento ai desideri? Perchè rappresentano la più comoda illusione di sconfiggere DUKKHA. Ciò è un paradosso, perché alimentando i desideri non solo non si elimina la sofferenza, ma si pongono le basi per rafforzarla.
Nel racconto greco del Vaso di Pandora leggiamo che oltre ai mali che affliggono l'umanità, dal mitico vaso uscì anche la Speranza, affinché gli uomini si potessero quantomeno ILLUDERE evitando così un suicidio di massa!
Ma se l'origine di DUKKHA è l'attaccamento al desiderio, sarà rinunciando ad esso che potremo farla cessare, senza l'inutile illusione basata su generiche speranze.
Va detto che come DUKKHA non è facilmente traducibile, anche il concetto di "desiderio" inteso come ORIGINE di DUKKHA è molto più esteso nella lingua Pali che in italiano.
Nei testi buddisti del canone in lingua Pali, ciò che solitamente si traduce con "desiderio" corrisponde a TANHA. Ma la miglior traduzione è "avidità", perché TANHA sottintende sempre una valenza egoistica, mentre un desiderio potrebbe anche essere del tutto nobile, come ad esempio il desiderio di incamminarsi sul sentiero dell'illuminazione (a patto di non farne un obiettivo da perseguire con bramosia, cosa paradossalmente possibile!)
Molte persone pensano erroneamente che la via buddista sia una via rinunciataria, al contrario non v'è nulla di più ambizioso che illuminare la propria mente per vedere e vivere la realtà così come essa è, senza illusioni e senza cieca ignoranza.
Tale equivoco è però alimentato dalle inadeguate traduzioni della parola TANHA.
L'avidità da cui ci si deve liberare sottintende una profonda paura dell'uomo circa la sua condizione esistenziale. Essa è un istintivo attaccamento a tutto, nella illusione che tale istinto compulsivo possa aiutarci ad essere più attaccati alla vita stessa.
E' come la disperata lotta di chi sta affogando: l'illusione di potersi afferrare all'acqua in realtà peggiora la situazione con un drammatico quanto inutile dimenarsi. E' una avidità di vivere che però porta alla morte.
Il "lasciarsi andare" nell'acqua per poter galleggiare, illustra efficacemente il tipo di atteggiamento di cui abbiamo bisogno per liberarci da TANHA.

La Terza Nobile Verità:
"La cessazione della sofferenza"
Arriviamo così alla terza Nobile Verità: la sofferenza può CESSARE. L'onnipresente DUKKHA si puo' sconfiggere, a patto di riuscire a rinunciare a TAHNA, ovvero al nostro istinto a rimanere attaccati ai nostri desideri.
Questo passo può sembrare difficile, e dal punto di vista della mentalità comune lo è certamente.

Ma tale difficoltà non ha nulla a che fare con sforzi mentali, impegni volontari, esercitazioni del pensiero. Al contrario, si tratta di LASCIAR ANDARE.
Il punto è: COSA lasciar andare, e COME? Le parole sono particolarmente inadeguate quando ci addentriamo in questa terza Nobile Verità, perché si tratta di realizzare un'ESPERIENZA che ci porta a vedere "improvvisamente" tutte le cose in modo DIVERSO.
La cessazione della sofferenza è un RISVEGLIO, una RINASCITA, una ILLUMINAZIONE.... finalmente ci accorgiamo che tutto è IMPERMANENTE e che non ha senso correre o stare fermi, capire o non capire, definire o rimanere nel mistero.
Non siamo più schiavi del desiderio perché ci liberiamo DALLA SUA LOGICA di continua ricerca di nuove sazietà, che sembrano rincorrere una infinita serie di apparenze vuote.
La cessazione della sofferenza ci rende immutabili anche di fronte all'esperienza della morte: se non c'e' attaccamento, non c'e' sofferenza. Se si muore, CHI è che muore? CHI è che nasce? CHI è che vive? Non fa differenza: le cose accadono perché mosse dalla Legge Causa-Effetto. Tutto è impermanente e tutto muta. Tutto si modifica e tutto si ripresenta.
Quando si realizza la terza Nobile Verità si può avere la sensazione che il sentiero del Buddha ci consenta di raggiungere un potere straordinario e inatteso: chi si aspetterebbe che il buddismo, oltre ai corsi di meditazione, oltre alla recitazione dei mantra, oltre a quelle che molti ritengono delle semplici tecniche di autocontrollo psicofisico, potesse realizzare una INESPRIMIBILE condizione di totale LIBERTA' dalle angosce umane e dai bisogni illusori?
Eppure il "segreto" di questa trasformazione in grado di ridefinire il nostro modo di vedere e di sentire è tutto racchiuso nella semplice formula: "C'è la cessazione della sofferenza".
Più dettagliatamente, per realizzare il corretto atteggiamento mentale in grado di condurci sul sentiero dell'illuminazione, abbiamo bisogno della quarta ed ultima Nobile Verità. "C'è la via che porta alla cessazione della sofferenza", ovvero l'ottuplice sentiero.

La Quarta Nobile Verità:
"La via che porta alla cessazione della sofferenza"
Qual'è la Nobile Verità del Sentiero che conduce alla cessazione di DUKKHA?

E' il Nobile Ottuplice Sentiero

Retta Comprensione (samma ditthi)

Retta Motivazione (samma sankappa)

Retta Parola (samma vaca)

Retta Azione (samma kammanta)

Retta Vita (samma ajiva)

Retto Sforzo (samma vayama)

Retta Consapevolezza (samma sati)

Retta Concentrazione (samma samadhi)

Questi otto fattori costituiscono l'essenza dell'ideale di vita buddhista. Sono un programma attentamente considerato di purificazione del pensiero, della parola e delle azioni che ha come risultato finale la totale cessazione dell'avidità e il conseguente sorgere dell'Illuminazione, la Perfetta Saggezza.
Gli otto fattori non sono tappe da percorrere in sequenza, una dopo l'altra, bensì rappresentano una sinergia di elementi paragonabili ai fili attorcigliati che formano un'unica fune.
E' tuttavia inevitabile presentarli in sequenza, sebbene praticare l'Ottuplice Sentiero non deve essere confuso con il semplice apprendimento teorico del medesimo.

Retta Comprensione (samma ditthi)
La Retta Comprensione ci accompagna per tutto il cammino dell'Ottuplice Sentiero. Le convinzioni condizionano le azioni, ma anche il modo di percepire. Comprendere rettamente è molto di più di un semplice sapere.
Comprendere significa che dobbiamo lasciar andare il nostro istintivo attaccamento a noi stessi, alle cose e alle persone, la passato, al presente e al futuro, al desiderio e a tutti i nostri presunti bisogni.

Comprendere significa capire che l'avidità è sofferenza, l'attaccamento è sofferenza, il desiderio egoistico è sofferenza.
Il Buddha disse: "Che cos'è la Retta Comprensione? La comprensione della sofferenza, lacomprensione dell'origine della sofferenza, la comprensione della cessazione della sofferenza, la comprensione della via che conduce alla cessazione della sofferenza".
Comprendere significa dunque abbracciare le quattro Nobili Verità e fare di loro lo strumento del nostro risveglio interiore, che ci consentirà di vedere in modo completamente diverso tutte le cose, e cioè "semplicemente come esse sono", senza il velo delle nostre illusorie percezioni.

Retta Motivazione (samma sankappa)
Questo fattore è anche tradotto con "Retto Pensiero".
Si tratta degli aspetti intenzionali e decisionali della mente, fermo restando che quelli cognitivi appartengono al primo fattore, cioè alla Retta Comprensione.
La diversificazione, come detto, è puramente concettuale, perché non si dà intenzione senza una chiara visione. Tuttavia se la comprensione non è "retta", nessun pensiero decisionale potrà essere efficace.
L'insegnamento buddista precisa che la motivazione è "retta" quando realizza spinte positive consistenti nel non-attaccamento, nell'amorevolezza e alla non violenza.
Analogamente, bramosia, inimicizia e violenza impediranno lo sviluppo del Retto Pensiero.
Chi abbia compreso la giustizia distributiva del KARMA, ovvero l'armoniosa Legge di causa-effetto, perseguirà scopi in accordo con tale Legge, e le sue motivazioni diverranno "rette" proprio perché scaturiranno da una mente rinnovata, che spontaneamente tenderà sempre più a sviluppare atteggiamenti benevoli verso tutto e tutti.
Attraverso le pratiche meditative, viene facilitata l'acquisizione del giusto atteggiamento mentale che, indipendentemente dalla nostra volontà cosciente, potrà ribaltare la nostra istintiva avidità, trasformandola in tranquilla rinuncia, in non-desiderio, in non-azione. Al tempo stesso, anche la nostra istintiva avversione, o fuga dalla realtà, troverà un opportuno "antidoto" nell'atteggiamento di benevolenza universale, che sostituirà alla paura un "andare verso" le cose senza alcun timore.

Retta Parola (samma vaca)

Retta Azione (samma kammanta)

Retta Vita (samma ajiva)

Unifichiamo in una sola trattazione i tre fattori suddetti perché essi nel loro insieme formano la prima ripartizione dell'Ottuplice Sentiero, ovvero la disciplina morale (Silakkhandha).
Nel Buddismo non esistono norme vere e proprie, fini a sé stesse o che impongono obbedienza. E allora perché si parla di disciplina morale? Le intenzioni non sono etiche, ma puramente spirituali, sebbene indirettamente producano ANCHE un notevole risultato etico.
Il Dharma si occupa molto di benessere sociale e di compassione per tutti gli esseri viventi, tuttavia nell'ottuplice Sentiero le intenzioni sono interamente dedicate alla liberazione individuale ed interiore da DUKKHA.
Il termine pali SILA, tradotto con "etica", implica una sovrapposizione di significati: una condotta conforme ai principi morali, i principi stessi, le virtù che scaturiscono dalla "retta vita".
A differenza delle religioni monoteistiche, che concettualizzando un dio paternalistico sono costrette a sviluppare etiche di obbedienza, magari all'insegna del timore, il Buddismo punta piuttosto ad una idea di ARMONIA fra tutti gli esseri viventi e tutte le cose.
Quindi nessuna indicazione andrà vissuta come rigidamente normativa, perché si tratta di fattori che ci aiutano a liberarci da DUKKHA. Ecco perché non ci interessa la semplice osservanza formale o l'applicazione troppo letterale: piuttosto dobbiamo scavare con la mente dentro questi principi per assaporarne il piacevole e benefico apporto.

Detto questo, passiamo a commentare i tre passi che caratterizzano Silakkhandha. Retta Parola: sia la forma verbale che scritta della comunicazione possono avere enormi conseguenze. La parola può spezzare vite, creare nemici, ma anche infondere saggezza e fondare la pace
Il Budda espone quattro tipi di retta parola: astensione da parola falsa, da parola che calunnia, da parola aspra e da parola oziosa.

- Con Retta Azione si intende, in generale, un uso appropriato di noi stessi e del nostro corpo. Ovviamente l'aspetto principale della retta azione riguarda il non nuocere agli altri, ma anche non prendere ciò che non è dato. Si noti che non ci si limita all'astensione dal furto, ma anche da un possesso troppo bramoso. Nella retta azione va considerato anche un sano atteggiamento nei confronti della sessualità, rispettoso delle esigenze, dei ruoli e degli impegni di ciascuno.

- Con Retta Vita si intende infine il guadagnare appropriatamente i mezzi di sussistenza. Questo fattore è anche detto "Retti Mezzi". Tra i mezzi di sussistenza nocivi a sé e agli altri, il Budda ne elenca almeno cinque: commercio di armi, di esseri umani (ovviamente all'epoca del Budda esisteva lo schiavismo), di carne, di veleni e di sostanze comunque nocive alla salute.

In generale, qualsiasi mezzo di sussistenza che dovesse implicare danno o sofferenza negli altri va evitato. Questo è il corretto atteggiamento buddista, indipendentemente dalla mera osservanza formale di regole.

Retto Sforzo (samma vayama)
La purificazione della condotta attraverso i 3 precedenti fattori prepara alla seconda partizione del sentiero: quella della Concentrazione (Samadhikkhanda).

Attraverso l'atteggiamento mentale etico di Silakkhandha (Parola - Azione - Mezzi di vita) giungiamo cosi all'educazione mentale vera e propria, costituita da: Retto Sforzo, Retta Consapevolezza, e Retta Concentrazione.
Lo scopo ultimo dell'ottuplice Sentiero è quello di produrre lo stato di visione profonda (saggezza) che sarà lo strumento principale della liberazione da DUKKHA.
Questo non vuol dire che coloro che praticano l'ottuplice sentiero non possano provare stati di dolore sia fisico che morale, ma certamente l'atteggiamento con cui potranno affrontare tutte le cose sarà sempre immune da illusioni, angosce, timori, preoccupazioni, a patto che si realizzi correttamente la giusta visione di saggezza.
Tornando a Samadhikkhanda (ovvero Sforzo - Consapevolezza - Concentrazione) un esempio molto semplice illustra l'interazione di questi 3 fattori, e di come essi concorrano insieme nel realizzare la Concentrazione.
<Tre bambini giocano in giardino, e decidono di cogliere i fiori di un albero, che però è troppo alto. Allora, il primo bambino piega la schiena per far salire il secondo, che però in una simile posizione precaria barcolla, quindi il terzo bambino gli offre come appoggio la propria spalla. Finalmente, grazie allo sforzo del primo bambino e all'appoggio del terzo, il secondo bambino riesce a raggiungere i fiori.
Il bambino che, sollevato, arriva ai fiori rappresenta la Concentrazione, la cui funzione è quella di unificare la mente. Per farlo, ha bisogno delle energie del retto sforzo (simboleggiato dal bambino che lo regge sulla schiena) ma anche della stabile consapevolezza fornita dall'attenzione, simboleggiata dal terzo bambino>.
Il termine "sforzo" non deve indurre a pensare che debba trattarsi di una fatica mentale, in realtà si tratta di lasciar fluire la nostra energia che richiede indubbiamente costanza e applicazione, tuttavia senza eccedere. Si può pensare ad uno "sforzo senza sforzo". O anche, con le dovute distinzioni, alla "forza della non-azione".

Resta il fatto che ognuno è direttamente responsabile della propria liberazione. Che il Buddismo produca personalità passive come vorrebbero alcuni pregiudizi è totalmente inesatto, al contrario il cammino buddista non aspetta miracoli dal Cielo, ma punta sull'educazione della mente, chiave di volta dell'intero Sentiero.
L'inizio del cammino dell'ottuplice Sentiero è infatti una mente inquinata, contaminata e confusa; la realizzazione è la mente liberata, purificata e illuminata dalla saggezza.
Questo stato, oltre ad una corretta visione, crea una condizione particolarmente favorevole a modificare il proprio karma, ottenendo facilmente dei benefici di ogni tipo che ogni persona anche semplicemente incamminata su questo Sentiero sperimenta innumerevoli volte, attraverso la realizzazione di obiettivi, la significatività delle sincronicità temporali, l'elevazione del proprio stato vitale.
Le tecniche di meditazione e la recitazione dei mantra sono la "palestra mentale" che facilita il raggiungimento di questi risultati e costituisce un ottimo metodo per realizzare correttamente il Retto Sforzo.

Retta Consapevolezza (samma sati)
Il Buddha afferma che il DHAMMA (Darma in sanscrito), la vera natura delle cose, è direttamente conoscibile, senza tempo, e chiede di essere toccato e visto, sebbene tale esperienza sia inesprimibile.
La verità ultima è dunque dentro di noi, ma affinché divenga liberante, deve essere vissuta. Non serve accettarla per fede, in virtù dell'autorità dei testi o del maestro, né comprenderla intellettualmente.

La si deve conoscere personalmente attraverso la visione profonda, la si deve interiorizzare e fare propria, perché è un conoscere ma allo stesso tempo un immediato vedere.
La parola in lingua pali SATI viene tradotta con "consapevolezza", tuttavia un significato più completo è "facoltà mentale che consente una visione profonda e panoramica, centrata sul presente, emotivamente neutra e distaccata".
La retta Consapevolezza non è dunque il semplice "stato cosciente" bensì è una coscienza portata ad un'intensità particolare in cui la mente è mantenuta in uno stato di nuda attenzione, ovvero osservazione distaccata di quanto sta accadendo dentro di noi e attorno a noi "qui ed ora".
Consapevolezza "senza scelta e senza giudizi", che osserva senza selezionare e senza afferrare, e che non cede nella rete dei pensieri discriminanti.
Nella pratica della retta Consapevolezza, la mente viene educata a rimnanere nel momento presente, aperta, calma e sollecita, tutta intesa all'esperienza dell'evento attuale.
Giudizi e interpretazioni sono sospesi o, se si presentano, vengono registrati e subito abbandonati.
L'obiettivo è la pura osservazione di tutto ciò che si produce nel momento in cui si produce, cavalcando l'incalzare degli eventi come un abile surfista cavalca le onde dell'oceano.
Ecco perché molti maestri, specialmente nello Zen, istruiscono i loro discepoli con affermazioni apparentemente enigmatiche del tipo: "quando mangi, mangia; quando cammini, cammina..."
La mente consapevole non oscilla tra passato e futuro ma resta ancorata nel presente. Tale forza mentale può essere efficacemente utilizzata sia in modo indirizzato sull'oggetto (obiettivo) che per produrre la visione profonda di saggezza.
La retta Consapevolezza viene anche coltivata mediante una pratica insegnata dal BUDDHA stesso, chiamata "le quattro basi della presenza mentale", che consiste nella contemplazione consapevole delle quattro sfere della percezione: il corpo, le sensazioni, gli stati mentali e i fenomeni.

Retta Concentrazione (samma samadhi)
Lo stato di SAMADHI (tradotto con Concentrazione) è il risultato di una costante PRATICA MEDITATIVA.
Esso è caratterizzato da un atteggiamento mentale "unificante", ovvero che indirizza le energie mentali in una chiara direzione, senza dispersioni o confusione.
Il SAMADHI non è realizzabile in presenza di contenuti distruttivi, come ad esempio l'aggressività.
La mente concentrata ha due caratteristiche specifiche: l'incrollabile attenzione verso un oggetto e la conseguente calma delle funzioni mentali. Qualità che la differenziano nettamente dalla mente non concentrata, la quale produce fatica mentale nel caso dell'attenzione, che sarà poi inevitabilmente discontinua e inefficace.

SAGGEZZA O ILLUMINAZIONE

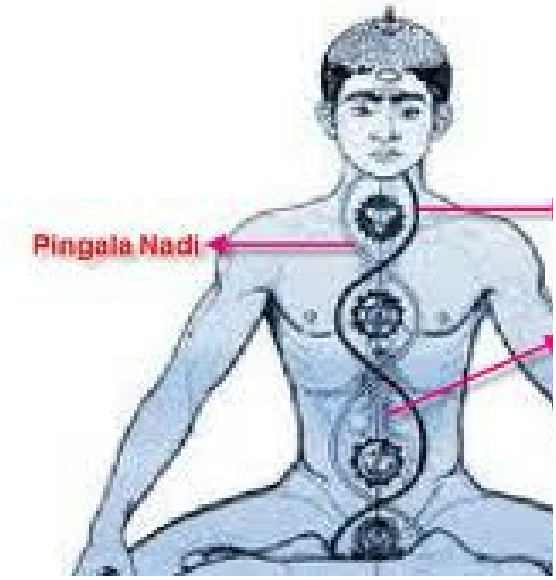
Benché la Retta Concentrazione occupi l'ultimo posto fra i fattori del Nobile Ottuplice Sentiero, non rappresenta il culmine del cammino. La Concentrazione rende la mente salda e ferma, ne unifica i componenti, spalanca paesaggi di beatitudine, forza e serenità. Ma, da sola, non basta a raggiungere il fine più alto: la liberazione dalle catene di DUKKHA per mezzo della saggezza, ovvero della mente finalmente illuminata.
Per mettere fine a DUKKHA occorre fare dell'Ottuplice Sentiero uno strumento di elevazione spirituale e utilizzarlo per sviluppare la visione profonda capace di svelare la verità ultima delle cose che, come detto precedentemente, può realizzarsi solo attraverso l'esperienza personale, secondo modalità particolari che sono specifiche di ognuno.

www.fiorediloto.org

E' un termine della filosofia Advaita del Vedanta
e della fisiologia sottile nelle tradizioni indiane dello Yoga

LE NADI

Affini ai meridiani della medicina tradizionale cinese



Nadi (IAST n??i, lett. «tubo») è un termine della filosofia Advaita, del Ved?nta e della fisiologia sottile nelle tradizioni indiane dello Yoga.
Alcune teorie considerano le nadi affini ai meridiani della medicina tradizionale cinese, dell'Agopuntura e nello Shiatsu, sebbene nella letteratura tradizionale questa identità non sia consapevolmente riconosciuta e i sistemi siano descrittivamente differenti.
Il termine nadi proviene dal sanscrito e significa tubo, canale o vena, vie attraverso le quali passa il prana, inteso come energia vitale o soffio, per alimentare tutte le parti del corpo.

Le tre nadi:
- Sushumna è forse il più importante dei canali di energia. Si situa nel Merudanda (Danda: bastone; Meru: la montagna asse del mondo della mitologia Indu), ovvero nell'asse cerebrospinale che parte dall'estremità inferiore del tronco fino ad arrivare all'estremità della testa, la cosiddetta corona. Sushumna viene descritta come di colore rosso fuoco (Agni)
- Ida, si avvolge intorno al sushumna trasportando le due polarità energetiche, che termina nella narice sinistra (parte del corpo a polarità negativo-femminile) ed è associata all'energia lunare
- Pingala, si avvolge intorno al sushumna trasportando le due polarità energetiche, che termina nella narice destra (parte del corpo a polarità positivo-maschile) ed è associata all'energia solare

Quella positiva/maschile, è ascendente; negativa/femminile, è rivolta verso il basso. Entrambe terminano nelle narici.

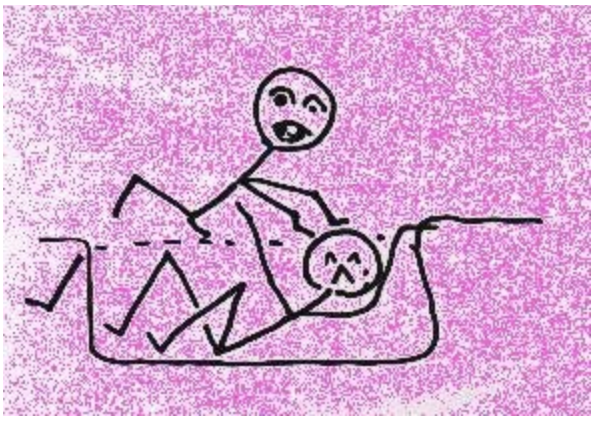
All'interno di Sushumna scorre Vajra, luminosa come Surya (il Sole) mentre ancora più splende Citrini pallida come Chandra (la Luna). Al centro il sottilissimo Brahmanadi: di qui Kundalini risvegliata passa dal Muladhara al Sahasrara. Questi ultimi individuano due dei molteplici "loti" o chakra lungo la spina dorsale, che Susumna attraversa.

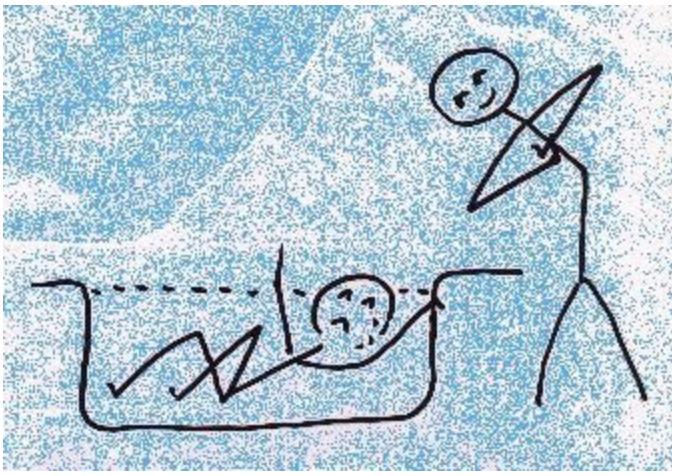
Tratto da <Il Pietrobellino> di J. Pietrobelli -Cristina Pietrobelli Ebook

Ogni anno circa 650 bambini vengono uccisi tramite eutanasia

OLANDA E L'EUTANASIA INFANTILE

L'iniezione letale è autorizzata se la morte è inevitabile
Il Protocollo di Groningen
Eutanasia per i neonati gravemente malati





di
Samuele Maniscalco

Il 2015, apertosi in modo brusco con gli attentati terroristici di natura islamica a Parigi, non sarà certamente ricordato per le buone notizie di inizio anno.Non esageriamo se affermiamo che, purtroppo, esiste anche un “terrorismo” di Stato perpetrato nel silenzio generale e diretto contro i più indifesi. Ancora una volta dall’Olanda ci giungono dati estremamente preoccupanti sull’eutanasia, in modo particolare su quella infantile. Una scioccante relazione della Royal Dutch Medical Association olandese ci informa infatti che ogni anno circa 650 bambini vengono uccisi tramite eutanasia. La motivazione più comune è che la possibilità di morte imminente del neonato possa causare sofferenze e depressione nei genitori.
Per cui, invece di accoglierlo e accudirlo durante quelle poche ore di vita, lo si uccide subito!
Sono bambini che nascono con seri problemi fisici, bambini indesiderati, abbandonati nella rupe Tarpea olandese: secondo le decisioni mediche, si legge nel rapporto, "l'iniezione letale è autorizzata se la morte è inevitabile e il periodo di sofferenza è prolungato, causando così gravi sofferenze per i genitori".Una condanna a morte frutto della cultura dello scarto alla quale ci stiamo ormai assuefacendo.L'Olanda è stato il primo paese al mondo a legalizzare l'eutanasia nel 2002. Dal 2005 i medici che praticano l'eutanasia sui minori non sono più perseguibili legalmente se l'eutanasia stessa viene praticata secondo le linee mediche del cosiddetto protocollo di Groningen.
Secondo questo protocollo compilato nel 2004 dal dottor Eduard Verhgane, "i dottori devono risparmiare ai parenti l'abominio di vedere morire nella sofferenza i propri figli".
Ma il vero abominio rimane l’omicidio premeditato di un figlio per volere di un genitore e tutto sotto la protezione legale di uno Stato “democratico”. Una domanda sorge perciò spontanea: oggi in Olanda, domani anche in Italia?

Il Protocollo di Groningen, approvato dall'AssociazionePediatri dei Paesi Bassi, giugno 2005

Con eutanasia infantile ci si riferisce all'eutanasia di bambini, in particolar modo neonati. Il limite d'età, fissato in dodici anni dalla legge dei Paesi Bassi, è stato del tutto eliminato a cominciare dal Belgio.

Tale pratica è attualmente illegale in qualsiasi Stato del mondo, ovvero legalmente corrisponderebbe al reato di infanticidio, benché lo Stato dei Paesi Bassi ha affermato che perseguire il medico che avesse compiuto un tale atto è discrezione del magistrato.

Recentemente è però sorto un dibattito nei Paesi Bassi, primo paese al mondo dove è stata legalizzata pienamente l'eutanasia, attorno alla questione se sia legittimo determinare la morte di neonati che si trovano in determinate condizioni.

Differenze tra eutanasia ed eutanasia infantile

L'unica pratica che si prefigura possibile come eutanasia infantile sarebbe quella dell'"eutanasia attiva", ovvero della messa a termine del soggetto tramite l'intervento attivo e responsabile del medico. Le forme alternative di "eutanasia passiva" e "suicidio assistito" sono escluse, a causa delle particolari condizioni in cui sarebbe attuata l'eutanasia infantile. Il suicidio assistito è impossibile dato che i soggetti non sarebbero in grado praticamente di compierlo, quella di eutanasia passiva poiché è logicamente escluso dalla definizione del concetto.

La differenza etica principale tra le due pratiche, che rende avversa tale possibilità anche a taluni che sostengono l'eutanasia riguardante soggetti adulti, consiste nel fatto che l'eutanasia infantile riguarderebbe soggetti che, a causa della loro età, sarebbero non consenzienti (nel senso che tali soggetti, pur essendo senzienti, non hanno raggiunto un livello di maturità tale da poter esprimere un pieno consenso).

È quindi impossibile affermare con certezza che il soggetto avrebbe la volontà di essere sottoposto al trattamento, a differenza di quanto accade nell'eutanasia riguardante adulti.

Documento parlamentare dei Paesi Bassi

Clémence Ross-van Dorp, segretario di Stato per la Salute, il Welfare e lo Sport, e Piet Hein Donner, ministro della Giustizia, hanno presentato l'11 novembre 2005 quella che ad oggi risulta essere l'unica proposta scritta e formalizzata presentata ufficialmente da rappresentanti di un governo ad un parlamento. Tale proposta distingue e analizza, dal punto di vista legale, due possibili aree di intervento: la prima riguardante neonati e la seconda feti ad un avanzato stadio di sviluppo. In tale documento si precisa che, nonostante alcuni casi possano costituire un crimine in base alla legge dei Paesi Bassi, una eventuale azione legale è a discrezione del magistrato. Altro elemento significativo riguarda la differenziazione tra modalità e motivazioni riguardanti l'eutanasia infantile, cioè il documento precisa che è a discrezione del medico decidere in quali casi sia applicabile l'eutanasia, indicando come criterio che la sofferenza debba essere o possa prefigurarsi "insopportabile". Invece il documento delinea chiaramente le categorie legali e le relative procedure decisionali relative ai vari casi, ed i criteri in base ai quali il magistrato debba giudicare se in uno specifico caso già verificatosi (si esclude un giudizio preventivo del magistrato) le modalità di messa in pratica dell'intervento siano state rispettate.

Il documento basa le sue proposte su vari consigli, decisioni, richieste pervenute allo Stato dei Paesi Bassi, tra i quali il più noto è il Protocollo di Groningen, già approvato dall'Associazione dei Pediatri dei Paesi Bassi, nel giugno 2005, come indicatore delle linee guida nazionali (il documento ricorda che il protocollo non ha alcun valore legale, e che quindi il magistrato potrebbe, a sua discrezione, ignorarlo).

Terminazione della vita di neonati

Il documento stabilisce che l'eutanasia infantile possa riguardare: "Bambini che possono essere nati con pochissime prospettive di sopravvivenza o di ragionevole salute nel prosieguo della vita". In

particolare si distinguono due casi:

- nel primo «deve essere chiaro che il bambino morirà entro pochi giorni o mesi dopo la nascita», ed in questi è da considerarsi «parte delle normali procedure mediche non iniziare o sospendere il trattamento», il bambino quindi è dichiarato morto di morte naturale.
- nel secondo «Un'altra possibilità è che, grazie alle cure, il bambino possa avere una limitata possibilità di sopravvivenza, ma che le sue condizioni di salute durante la vita seguente possano essere estremamente scadenti».

La decisione del medico è così presa: "compila una prognosi complessiva dell'attuale e del futuro stato di salute, prendendo in considerazione la relazione tra i fattori come il grado atteso di sofferenza, l'aspettativa di vita, il grado di degradamento [delle condizioni di vita] legato al trattamento, la capacità attesa di comunicare e di essere auto-sufficiente, e la dipendenza dal settore medico-assistenziale".
Anche in questo caso se la situazione è grave «è normale procedura medica non iniziare il trattamento o terminarlo», e il decesso è considerato morte naturale.
La proposta stabilisce che il caso venga legalmente registrato come eutanasia soltanto nei casi in cui la morte è intenzionalmente abbreviata a causa della "grave natura della sua sofferenza". Al di là delle procedure decisionali specificate il documento stabilisce che "solamente l'attuale grado di sofferenza può servire come base per la decisione di terminare la vita".
Interruzione di gravidanze in stato avanzato
Un altro possibile ambito di applicazione dell'eutanasia riguarda le gravidanze in stato avanzato, cioè dopo le 24 settimane, in particolare di quelle per le quali "un serio disordine fetale è stato diagnosticato e che risulterebbe nella morte del feto". Anche per questa possibilità vengono distinte due categorie.

- La prima categoria riguarda i casi nei quali non si poteva ragionevolmente ritenere che il bambino non nato sarebbe potuto sopravvivere al di fuori del corpo della madre. Il disordine è intrattabile ed è quasi certo che muoia durante il parto o immediatamente dopo la nascita. Per questi casi il magistrato non è tenuto a decidere se agire o meno, benché debba essere informato del fatto. Le modalità di attuazione dell'eutanasia sono specificati, per questi casi, dal novembre 2003 ad opera della Associazione degli Ostetrici e dei Ginecologi dei Paesi Bassi.
- La seconda categoria comprende anomalie che portano a "seri ed incurabili disordini funzionali", ma esistono possibilità di sopravvivenza. Inoltre si specifica che il trattamento medico risulterebbe comunque in sofferenze per tutte la vita o potrebbe essere dannoso e la sua assenza porterebbe alla morte.

Si ricorda che benché questi interventi costituirebbero "un crimine secondo la legge" "invocare la necessità (inevitabilità) come base per l'immunità può in alcuni casi risultare in successo", a patto che "l'opinione medica prevalente [...] ritiene che l'intervento medico dopo la nascita sarebbe stato senza senso".
Procedure di valutazione legale
Dal punto di vista legale si stabilisce che soltanto i casi appartenenti alle seconde categorie rimangano crimini, benché la decisione di perseguire legalmente un medico sia a totale discrezione della magistratura, che usufruisce del parere non vincolante di un consiglio di medici nello specifico campo di specializzazione; inoltre viene specificato che «non tutti i fallimenti nel soddisfare i criteri legati alla dovuta cura porteranno ad azione legale».
Criteri della dovuta cura
I criteri variano a seconda che si tratti di gravidanze in stato avanzato o di neonati. È da notare che i criteri servono principalmente al magistrato per giudicare se la morte che riguarda i casi della

seconda categoria sia stata legale, non al medico per decidere in quali casi praticare l'eutanasia. In altre parole sono criteri che indicano il "come" non il "perché" debba essere attuata tale condotta.

Neonati

In base alla opinione medica prevalente, la sofferenza del bambino era insopportabile e senza prospettiva di miglioramento, il che significa che la decisione di interrompere il trattamento era giustificata. Non c'era quindi nessun dubbio sulla diagnosi e sulla prognosi, alla luce della opinione medica prevalente.

I genitori del bambino hanno dato il loro assenso.

Il medico ha pienamente informato i genitori del bambino della diagnosi e della prognosi. Questo significa che insieme ai genitori il medico è giunto alla ferma conclusione che non c'era alcuna ragionevole alternativa alla luce della situazione del bambino.

Il medico ha consultato almeno un collega indipendente che ha visitato il bambino e ha dato un'opinione scritta in conformità con questi criteri. Alternativamente, il medico potrebbe aver chiesto le opinioni del gruppo medico che si occupava del bambino.

La morte è stata data con la dovuta cura medica e attenzione.

Gravidanze in stato avanzato

Il feto aveva un disordine che ricadeva nella seconda categoria, ciò significa che era di una natura tale per cui dopo che il bambino fosse nato il trattamento medico sarebbe stato interrotto in base alle considerazioni che sarebbe stato senza senso da un punto di vista medico secondo l'opinione medica prevalente. In altre parole, non c'era alcun dubbio a proposito della diagnosi e della prognosi secondo l'opinione medica prevalente. In più, nella medesima opinione medica, continuare la gravidanza non avrebbe portato alcun contributo significativo ad una diagnosi più accurata.

Il bambino stava soffrendo o si poteva ritenere che avrebbe sofferto, senza alcuna prospettiva di miglioramento.

La madre aveva espressamente chiesto che la gravidanza fosse terminata a causa della sofferenza fisica o mentale causata dalla situazione.

Il medico ha pienamente informato i genitori del bambino della diagnosi e della prognosi. Questo significa che insieme ai genitori il medico è giunto alla ferma conclusione che non c'era alcuna ragionevole alternativa alla luce della situazione del bambino.

Il medico ha consultato almeno un collega indipendente che ha visitato il bambino e ha dato un'opinione scritta in conformità con questi criteri. Alternativamente, il medico potrebbe aver chiesto le opinioni del gruppo medico che si occupava del bambino.

La gravidanza è stata interrotta con le dovute cure mediche e attenzione.

Legge Belga

La legge approvata dal parlamento e firmata dal re il 2 marzo 2014, prevede che un bambino, di qualunque età, in preda a sofferenze intense (escluse quelle psicologiche), impossibili da alleviare e colpito da malattia incurabile, possa chiedere che si ponga fine alle sue sofferenze, facendolo morire mediante un'iniezione letale. In ogni caso dovrà possedere la capacità di intendere e di volere, e quindi dovrà essere giudicato in grado di compiere tale scelta, davanti a uno psicologo e a uno psichiatra, e dovrà avere il consenso scritto di entrambi i genitori o di chi ne fa le veci. Un pediatra ha espresso in questi termini la domanda che il paziente, anche se bambino, dovrebbe rivolgere: "Non lasciatemi morire in modo terribile. Lasciatemi andare quando sono ancora un essere umano con una propria dignità".

Per cercare di diminuire le polemiche, i sostenitori della legge hanno chiarito che nessun medico sarà obbligato ad applicare la legge, che saranno garantite le cure palliative, e che la richiesta di eutanasia da parte di un minore sarà esaminata dall'équipe medica che ha in cura il paziente.

Il Protocollo di Groningen - Eutanasia per i neonati gravemente malati

Eduard Verhagen, M.D., J.D., and Pieter J.J. Sauer, M.D., Ph.D. (New England Journal of Medicine 2005)

Dei 200.000 bambini nati in Olanda ogni anno, circa 1.000 muoiono nel primo anno di vita. Per circa 600 di questi neonati, il decesso e' preceduto da una decisione medica sul fine vita. Il dibattito sull'avvio o la continuazione del trattamento terapeutico nei neonati con gravi patologie costituisce uno degli aspetti piu' difficili della pratica pediatrica. Nonostante l'avanzamento tecnologico abbia messo a disposizione strumenti per affrontare le conseguenze di anomalie congenite e nascite premature, le decisioni che riguardano quando cominciare e quando sospendere il trattamento in casi specifici rimangono molto difficili da prendere. Ancora piu' difficili sono le decisioni che riguardano i neonati che soffrono di gravi disordini o deformita' associate al dolore che non puo' essere alleviato e per i quali non esiste alcuna speranza di miglioramento.
La sofferenza e' una condizione soggettiva che non puo' essere misurata oggettivamente, sia negli adulti sia nei neonati. Ma accettiamo che un adulto possa indicare quando la sua sofferenza e' insopportabile. I neonati non possono esprimere i loro sentimenti tramite la parola, ma lo fanno tramite modi diversi di pianto, movimento, e reazione al nutrimento. La misurazione del dolore nei neonati, basata sui cambiamenti dei segni vitali (pressione sanguigna, battito cardiaco, e respirazione) e del comportamento, puo' essere impiegata per determinare il livello di disagio e di dolore. In Olanda l'eutanasia per persone capaci con piu' di 16 anni e' legale dal 1985. La domanda che dobbiamo porci e' se siano accettabili procedure che portano deliberatamente alla morte anche per i neonati ed i bambini, anche se questi non possono esprimere la loro volonta'. O dobbiamo mantenere in vita bambini con malattie associate a sofferenza acuta e continuata quando questa non puo' essere alleviata?
In Olanda, come in ogni altro Paese, terminare la vita di qualcuno, eccetto in condizioni estreme, viene considerato un omicidio. Un vita di sofferenza che non puo' essere alleviata potrebbe esser considerata una di queste condizioni estreme. Il controllo legale sull'eutanasia neonatale ed infantile si basa sulle dichiarazioni di medici, seguite dalle indagini dei procuratori. Per fornire tutte le informazioni necessarie per l'indagine e per prevenire le interrogazioni della polizia, abbiamo sviluppato un protocollo, chiamato il Protocollo di Groningen, per quei casi in cui e' presa la decisione di terminare la vita di un neonato. Durante i mesi passati, la stampa internazionale ha riproposto resoconti agghiaccianti ed equivoci di questo protocollo.
I bambini ed i neonati per i quali potrebbe essere presa la decisione di fine vita possono essere divisi in tre categorie. Nel primo gruppo ci sono i bambini senza alcuna speranza di sopravvivenza. Questo gruppo consiste in bambini che moriranno poco dopo esser nati nonostante i migliori e piu' avanzati trattamenti disponibili localmente. Questi bambini hanno malattie estremamente gravi, quali la ipoplasia polmonare e renale.
I bambini nel secondo gruppo hanno una prognosi pessima e sono dipendenti dalle cure intensive. Questi pazienti possono sopravvivere dopo un periodo di cure intensive, ma le aspettative sul loro futuro sono bieche. Sono bambini con gravi anormalita' celebrali e danni estesi agli organi causati da ipossemia severa. Quando questi bambini possono sopravvivere oltre la degenza in terapia intensiva, hanno prognosi pessime ed una cattiva qualita' della vita.
Per ultimo ci sono i bambini con prognosi disperata che vivono quello che i genitori e gli esperti di medicina considerano una sofferenza insopportabile. Anche se e' difficile definirlo in astratto, questo gruppo include i pazienti che non sono dipendenti da terapia intensiva ma per i quali e' prevista una pessima qualita' della vita associata a continua sofferenza. Per esempio, un bambino affetto dalla piu' grave manifestazione di spina bifida avra' una qualita' della vita estremamente bassa, anche dopo molte operazioni. Questo gruppo include anche bambini che sono sopravvissuti grazie alla terapia intensiva ma per i quali e' chiaro che dopo il completamento delle cure intensive la qualita' della vita sara' misera e non vi e' alcuna speranza di miglioramento.
Decidere di non iniziare o di sospendere i trattamenti di sostentamento vitale nei neonati con nessuna speranza di sopravvivenza e' considerata una buona pratica dai medici in Europa ed e' accettabile per i medici negli Stati Uniti. La maggior parte di questi bambini muoiono subito dopo

l'interruzione del trattamento.
I neonatologi in Olanda e la maggior parte dei neonatologi in Europa sono convinti che la terapia intensiva non sia un fine di per se' stesso. L'obiettivo non e' solo la sopravvivenza del bambino, ma anche la qualita' della sua vita. La sospensione o il non avviare trattamenti di sostentamento vitale per i bambini del secondo gruppo e' accettabile per questi neonatologi se i medici ed i genitori sono entrambi convinti che il trattamento non e' nel migliore interesse del bambino in quanto le previsioni sono estremamente negative.
Di fronte ad un paziente della terza categoria, e' fondamentale che l'equipe medica abbia una prognosi il piu' possibile accurata e che ne discuta con i genitori. Tutti i provvedimenti per alleviare il forte dolore e disagio debbono essere presi. Ci sono pero' circostanze in cui, nonostante sia stato preso ogni provvedimento, la sofferenza non puo' essere alleviata e non e' pensabile alcun miglioramento. Quando i genitori ed i medici sono convinti che ci sia una prognosi estremamente negativa, questi possono essere in accordo sul fatto che la morte e' piu' umana della continuazione della vita. In circostanze simili una persona in Olanda che abbia compiuto il sedicesimo anno di eta' puo' richiedere l'eutanasia. Pero' i neonati questo non possono farlo, e una simile richiesta dei genitori, che sono i tutori legali del bambino, e' considerata illegale dalla legge olandese. Questo vuol dire che l'eutanasia per i neonati e' sempre proibita? Crediamo che misure di fine vita siano accettabili in questi casi e solo a precise condizioni: i genitori devono essere pienamente d'accordo, sulla base di una spiegazione esauriente delle condizioni e della prognosi; una equipe di medici, incluso un medico che non sia direttamente coinvolto con il trattamento del paziente, deve essere d'accordo; e le condizioni e la prognosi devono essere molto ben definite. Dopo che la decisione e' stata presa ed il bambino e' morto, un apparato legale esterno dovrebbe determinare se la decisione presa era giustificata e se tutte le procedure necessarie sono state eseguite.
Una indagine nazionale di neonatologi in Olanda ha dimostrato che ogni anno ci sono dai 15 ai 20 casi di eutanasia di neonati che possono essere categorizzati nel terzo gruppo. Per la legge olandese, e' dovere del medico compilare un certificato di morte quando un paziente e' deceduto per cause naturali. Se la morte e' dovuta all'eutanasia, non puo' essere certificata come "naturale". Il dottore deve informare il medico legale, in quale esaminera' il corpo e, a sua volta, informera' i procuratore distrettuale, i cui uffici riesamineranno ogni caso secondo il dettato legislativo e giurisprudenziale. Il procuratore distrettuale presenta il caso, insieme alla propria opinione, al Collegio dei Procuratori distrettuali, i cui quattro membri gestiscono il dipartimento della procura e decidono se perseguire o meno il caso. La decisione finale e' presa dal ministro della Giustizia.
Due processi, svolti negli anni 90, riguardano l'eutanasia infantile in Olanda e servono da guida per i giudici ed i medici. Nel primo caso, un medico termino' la vita di un neonato affetto da una forma acuta di spina bifida. Nel secondo caso, un medico termino' la vita di un neonato che era affetto da trisomia 13. Entrambi i casi riguardavano aspettative di vita molto limitate e estrema sofferenza che non poteva essere alleviata. Nei loro verdetti, le corti hanno convalidato le procedure, giudicate in linea con gli obblighi della professione medica. Anche se queste sentenze hanno fornito qualche linea guida, molte organizzazioni hanno ripetutamente chiesto linee guida piu' chiare, sottolineando che una commissione con esperienza multidisciplinare (medica, legale, ed etica) potrebbe essere piu' competente dei giudici nel decidere su casi simili. Inoltre i medici si rivolgerebbero molto piu' volentieri ad una commissione del genere di quanto lo siano ora nel riportare tali procedure ad un procuratore distrettuale. Il governo olandese, comunque, non ha ne' creato una commissione ne' ha offerto ulteriori orientamenti, nonostante abbia promesso di farlo ripetutamente dal 1997.
Venti casi di eutanasia infantile sono stati denunciati presso gli uffici dei procuratori distrettuali in Olanda negli ultimi sette anni. Recentemente ci e' stato permesso di esaminare questi casi. Sono tutti casi di bambini con gravi forme di spina bifida. Nella maggior parte dei casi (17 su 22), e' stata consultata una equipe multidisciplinare di specialisti di spina bifida. Negli altri cinque casi, almeno altri due esperti medici esterni sono stati consultati. I medici hanno basato le loro decisioni sulla

presenza di grave sofferenza senza speranze di sopravvivenza (vedi Tabella 1). Le decisioni sono sempre state prese in collaborazione e con il pieno consenso di entrambi i genitori. I procuratori hanno impiegato quattro criteri per esaminare ogni caso: la presenza di sofferenza disperata e insopportabile ed una qualita' della vita molto bassa, il consenso dei genitori, la consulenza di un medico indipendente ed il suo consenso con il medico curante, e l'attuazione della procedura secondo gli standard della professione medica. La conclusione in tutti e 22 i casi e' stato constatato il rispetto degli obblighi di legge. Nessun medico e' stato accusato.
Dato che l'indagine nazionale ha indicato che queste procedure sono seguite in soli 15-20 neonati l'anno, il fatto che una media di tre casi sono stati denunciati annualmente suggerisce che nella maggior parte dei casi non vi e' alcuna denuncia. Noi siamo convinti che tutti i casi debbano essere denunciati se il Paese vuole prevenire l'eutanasia incontrollata e ingiustificata e se dobbiamo dibattere il tema pubblicamente e quindi formulare norme riguardanti l'eutanasia neonatale. Con questo obiettivo, abbiamo formulato un protocollo nel 2002, con la stretta collaborazione di un procuratore distrettuale. Cinque obblighi devono essere rispettati dai medici; altri criteri sono di supporto, al fine di rendere piu' chiara la decisione e facilitare la valutazione (vedi Tabella 2). Anche seguendo il protocollo non e' scontato che il procuratore decida di non procedere con l'accusa. Da quando abbiamo adottato questo protocollo, il nostro gruppo ha denunciato quattro casi in cui abbiamo attuato deliberatamente procedure di fine vita per neonati. In nessun caso e' stato istituito un procedimento legale.
Il dilemma sulle decisioni di fine vita per i neonati con una qualita' della vita molto bassa e presumibilmente con insopportabile sofferenza e senza alcuna speranza di miglioramento e' condiviso da tutti i medici del mondo. In Olanda, la denuncia obbligatoria con l'aiuto di un protocollo e successivi riesami dell'eutanasia infantile ci aiuta a chiarire il processo decisionale. Questo approccio e' adatto alla nostra cultura legale e sociale, ma non e' chiaro fino a che punto sia trasferibile in altri Paesi.

Tavola 1. Parametri usati per supportare la decisione di fine vita per i neonati in 22 casi
Considerazioni , numero di casi (%)
Qualita' estremamente bassa della vita (sofferenza) - 22 (100)
in termini di disabilita' motoria, dolore, disagio, cattiva prognosi, e mancanza di speranza - 22 (100)
Previsione di non autosufficienza - 22 (100)
Previsione di incapacita' di comunicare - 18 (82)
Previsione di dipendenza ospedaliera - 17 (77)
Previsione di una vita lunga* - 13 (59)
*Il peso di altre considerazioni e' maggiore quando si prevede una lunga vita per un paziente che sta soffrendo.

Tavola 2. Il Protocollo di Groningen sull'eutanasia per i neonati.
Requisiti che devono esser soddisfatti
La diagnosi e la prognosi devono essere certe
Si deve essere in presenza di sofferenza insopportabile e disperata
La diagnosi, la prognosi, e la sofferenza insopportabile devono essere confermate da almeno un medico indipendente
Entrambi i genitori devono fornire il loro consenso informato
La procedura deve essere eseguita secondo gli standard accettati dalla professione medica
Informazione necessaria per supportare e chiarificare la decisione sull'eutanasia
Diagnosi e prognosi
Descrivere tutti i dati medici rilevanti ed i risultati delle indagini diagnostiche su cui e' basata la diagnosi

Elencare tutti coloro che hanno partecipato al processo decisionale, tutte le opinioni espresse, ed il consenso raggiunto
Descrivere come si e' giunti alla prognosi a lungo termine sulla salute
Descrivere come sono stati valutati il grado di sofferenza e la speranza di vita
Descrivere la disponibilita' di trattamenti alternativi, metodi alternativi per alleviare il dolore, o tutti e due
Descrivere i trattamenti ed i risultati dei trattamenti che hanno preceduto la decisione sull'eutanasia

Decisione sull'eutanasia

Descrivere chi ha per primo cominciato una discussione sulla possibilita' di eutanasia e in quale momento
Elencare le considerazioni che hanno portato alla decisione
Elencare tutti i partecipanti al processo decisionale, tutte le opinioni espresse, ed il consenso raggiunto
Descrivere il modo in cui i genitori sono stati informati e le loro opinioni

Consultazione

Descrivere il medico o i medici che hanno fornito una seconda opinione (nome e specializzazione)
Elencare i risultati delle visite e le raccomandazioni fatte dai medici o specialisti

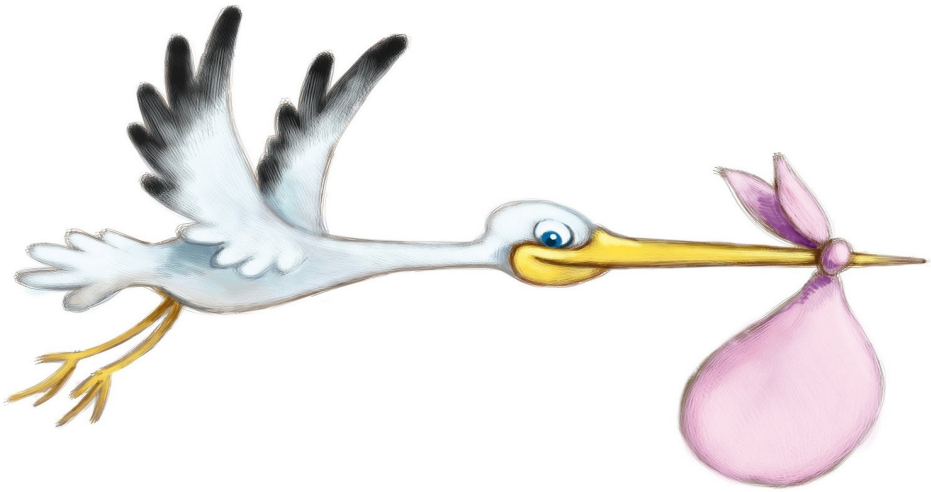
Attuazione

Descrivere la effettiva procedura eutanasica (ora, luogo, partecipanti, e somministrazione di farmaci)
Descrivere le ragioni per le quali si e' scelto quel metodo per l'eutanasia

Dopo il decesso

Descrivere la valutazione del medico legale
Descrivere come l'eutanasia e' stata riportata al procuratore
Descrivere come i genitori vengono seguiti ed assistiti
Descrivere il piano di revisione, come il riesame del caso, l'esame postmortem, e perizia genetica

mamma lasciami vivere...il mio tempo!!!



UNITI PER
GLI ANIMALI
Essere Animali e Nemesi Animale si uniscono:
più forza ai nostri progetti
Nemesi Animale
essereAnimali

CHARLIE HEBDO E L'ANIMALISMO

di
Veganzetta

In questi momenti di commemorazioni ufficiali, ostentate e ruffiane, dove pare che tutte/i abbiano qualcosa da dire su Charlie Hebdo – e dove di sicuro molte/i trarranno vantaggi dall'allarmismo e dalla voglia di "scontro tra civiltà" che sta montando -, è forse solo utile sottolineare che il giornale è l'unico in tutta la Francia a pubblicare una vignetta settimanale dedicata a tematiche animaliste.
I vignettisti assassinati hanno infatti in passato prodotto numerosi lavori contro la corrida, la vivisezione, le pellicce, il consumo di carne etc.
Il miglior modo per ricordare chi lavorava nella redazione di Charlie Hebdo, è pubblicare alcune loro vignette animaliste. Grazie.

www.veganzetta.org

Seguono immagini

TU VAS LE DIRE QUE TU L'AIMES, LA SCIENCE !
CHARB.

LA MODE DE LA FOURRURE ÉTHIQUE...
C'EST MAX HAVELAAR QUI M'HABILLE !
CHARB.

Charlie Hebdo

GRÂCE À LA SCIENCE, JE VAIS LUI CHANGER SA TÊTE, À CETTE SOURIS !
STOP ! VIVISECTION.
WOLINSKI

POUR UNE FOIS QUE JE TOMBE SUR UN RAT DE 70 kg...
CHARB.

La presentazione è curata dall'associazione culturale Il Nespolo

L'ULTIMO LIBRO DI AMADIO BIANCHI

Pisa la città toscana ospita l'evento

Presentazione del sesto libro di Amadio Bianchi alle 20.30 presso Enoteca L'Arte del bere e…Via G.Carducci ,62 Loc. La Fontina (Pi)

Amadio Bianchi è fondatore della World Yoga and Ayurveda Community, presidente del Movimento Mondiale per lo Yoga e l'Ayurveda, della European Yoga Federation, della Scuola Internazionale di Yoga e Ayurveda C.Y. Surya,vicepresidente dell'International Yog Confederation di New Delhi, membro fondatore della European
Ayurveda Association. Nel mese di Gennaio 2014 a Dubai in occasione di una importante Conferenza Internazionale, alla presenza di numerose eminenti personalità internazionali gli è stato conferito il titolo di Ambasciatore dello Yoga e dell'Ayurveda. Ha tenuto corsi in Italia, India,

Grecia, Francia, Lettonia, Slovenia, Spagna, Svizzera, Croazia, Portogallo, Argentina, Romania, Polonia, Brasile, Bulgaria, Germania, ecc. dove ha presentato sistemi integrati, frutto della pluriennale esperienza maturata a stretto contatto con la realtà psicofisica indiana, con luminari della scienza medica ayurvedica e monaci orientali, ed è spesso presente nei maggiori congressi in qualità di relatore. I suoi numerosi libri dedicati allo yoga e alle discipline ayurvediche, tutti pubblicati da SpazioAttivo edizioni, sono diffusi ed utilizzati in moltissime scuole ed associazioni in Italia. Con questi ultimi libri prosegue la sua ricerca e l'impegno costante verso la diffusione delle discipline yogiche e della medicina naturale.

Il Nespolo
Casa Grande

Organizza

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: IT 51Z0760114000000035545581
info@casagrandeilnespolo.it www.casagrandeilnespolo.it
per qualsiasi informazione, contattare la Segreteria organizzativa: sig.ra Adriana Rindi tel.: 320-6782547

Francesco non è papa...
come un disco rotto ripete i suoi sproloqui su Bergoglio

CARO SOCCI
ADESSO HAI ROTTO LE SCATOLE

Chi passa al setaccio rimane setacciato. Tra i 100 libri più venduti <l'incredibile Urka> della Littizzetto alla faccia della vivace pubblicazione...

di
Jolanda Pietrobelli

Tra i 100 libri più venduti in Italia troviamo una Luciana Littizzetto ben piazzata col suo <Incredibile Urka>, ma non vi è traccia dell'ultima perla di Antonio Socci <Non è Francesco>. Tutti conosciamo questo libro, per sentito dire, ma pochi l'hanno letto!

*(*Edoardo Scognamiglio)*Un antico detto della tradizione letteraria araba recita, in italiano, più o meno così: "Chi passa al setaccio rimane setacciato". È il monito che alcuni artisti rivolgono a quei critici severi che pretendono d'incasellare un autore o un poeta in un determinato movimento letterario o in una precisa corrente di pensiero, individuandone esattamente la tipologia d'appartenenza e la dottrina principale, senza offrire alcuna via di scampo per eventuali letture alternative o integrative. Ci sembra di poter dire che l'ultimo lavoro giornalistico o cronachistico dello scrittore senese, già vice-direttore di Rai Due, Antonio Socci, si muove in questa linea. La sentenza è definitiva: Francesco non è papa. L'elezione di Bergoglio al soglio di Pietro è nulla e, per di più, il suo stesso magistero smentisce la dottrina della Chiesa cattolica per alcune devianze teologiche. Il libro di Socci è come un cocktail esplosivo preparato con dovizia: raccoglie e mescola fatti di cronaca, valutazioni teologiche e morali, elementi di spiritualità francescana e gesuitica, contenuti dottrinali dogmatici, precise norme del diritto canonico, voci di corridoi di alti prelati e pettegolezzi di preti che gironzolano attorno alla Santa Sede, giudizi di cardinali e vescovi che restano top-secret. Il tutto ben miscelato e citato con dovizia per rinvigorire la tesi di fondo: Bergoglio non è Francesco. Molte delle fonti orali citate da Socci non sono rintracciabili: il*

chiacchiericcio di Santa Romana Chiesa diventa fonte indiscutibile esso stesso.

E sull'onda di Scognamiglio il mio pensiero ... <vivace sullo scrittore toscano>:
Antonio Socci tempo addietro è stato un autore che ho letto volentieri perché il suo modo di scrivere, la sua sensibilità, mi piacevano molto. Gli sono grata perché leggendo lui ho imparato a conoscere Padre Pio, personaggio verso il quale non nutrivo tanta simpatia.
Detto questo, l'amabile scrittore d'un tempo, mi ha rotto proprio le scatole.
Motivo?
Eccolo!
<Non è Francesco>
Premessa: i due papi predecessori di Bergoglio, mi sono piaciuti parecchio, Wojthyla era tenero e importante, Ratzinger, raffinato intellettuale, forse il più grande teologo al mondo. Bergoglio non gode della mia simpatia, è un pesonaggio fuori dalle righe, va dritto per la sua strada, spesso è discutibile, le sue battute sono cretine e irriverenti:- Non fate figli come conigli!- è proprio una bischerata e poi detta ...dal Papa!
Probabilmente ha in animo di svecchiare la chiesa, di toglierle di dosso l'affascinante polvere dei secoli, per renderla magari più attuale e più vicina alle esigenze dei cattolici.
Non sto a questionare, come fa Socci, non provo livore, sarcasmo, diciamo che mi è indifferente, però questo è il Papa che abbiamo e questo papa va rispettato, evidentemente nei misteriosi disegni di Dio (si dice così?) c'era lui e quindi che Socci< ciambellano divino>, non si lamenti più!
E smetta di avvelenarsi il fegato e ponga fime alla sua guerra contro i mulini a vento.
Non si è ancora capito se l'autore di <Non è Francesco> voglia mantenere vivo l'interesse sul suo libro, continuando a sparare su Bergoglio, dal blog dedicatogli, regalandoci ogni giorno velenosità gratuite.
Antonio Socci con questa sua fissa di passare quotidanamente al microscopio <Francesco>, ha stufato, ha rotto le scatole (tanto per essere educati).
Bergoglio non sprizza simpatita da tutti i pori, almeno per quanto mi riguarda, è un po' rozzo, non ha nulla del <Prince della Chiesa>, ha una vocetta fastidiosa, insomma se ne farebbe volentieri a meno, ma a furia di chiacchiere lo hanno fatto diventare un VIP da prima pagina e a questo ha contribuito molto lo scrittore toscano. Bergoglio non porta le scarpe rosse, tanto meno la mantella di ermellino, proviene da un Paese difficile come l'Argentina, è un uomo semplice, ma sa lui dove vuole arrivare. Ha portato scompiglio nella chiesa, ha denunciato preti pedofili, la corruzione di alti prelati, ha tolto qualche potente dal Vaticano. Insomma ha fatto <casino>.
E se prega in un tempio buddhista, caro Socci, che c'è di strano?
Tutte le religioni portano a Dio!
Il favoloso papa polacco, oggi Santo, quando si inaugurò a Roma la grande Moschea, venti anni or sono si espresse così:

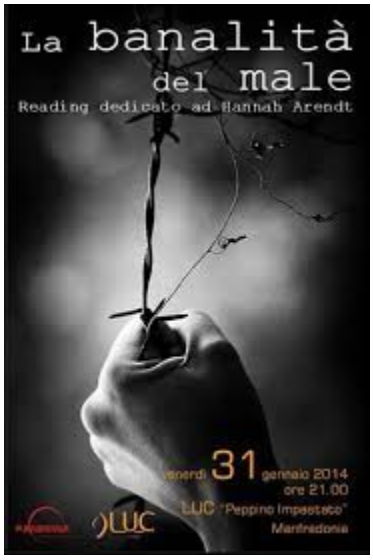
«Si inaugura oggi a Roma una grande moschea. Tale avvenimento costituisce un segno eloquente della libertà religiosa qui riconosciuta ad ogni credente. Ed è significativo che a Roma, centro della cristianità, sede del successore di Pietro, i musulmani abbiano un loro proprio luogo di culto nel pieno rispetto della loro libertà di coscienza.(...) proseguì Giovanni Paolo II - è entrata ormai a far parte di numerosi documenti internazionali e rappresenta uno dei pilastri della civiltà contemporanea. Nell'essere lieto che i musulmani possano riunirsi in preghiera nella nuova moschea di Roma, auspico vivamente che ai cristiani e a tutti i credenti sia riconosciuto in ogni angolo della terra il diritto ad esprimere liberamente la propria fede. Per questo prego il Signore ed invoco l'intercessione di Maria, madre sua sempre vergine, onorata anche dai fedeli dell'Islam».

Forse è sfuggito questo passaggio all'ansioso Socci?
Sia nella religione cattolica che nel buddhismo esiste questo ammonimento: <Non giudicare>!
Mediti Socci, Mediti! E magari provi anche un po' di vergogna per la sua stizza da bimbo capriccioso.
L'augurio che voglio fargli <che ritorni nei suoi cenci di scrittore sensibile e grabato di un tempo>.

Saggio di Hannah Arendt entrato nella storia della filosofia perché supera le comuni definizioni di bene e di male

LA BANALITA' DEL MALE

Dal pensiero della scrittrice si ricava un ribaltamento delle categorie concettuali di bene e di male



Hannah Arendt

di
Rosa Aimoni

"La banalità del male. Eichmann a Gerusalemme", saggio di Hannah Arendt, è entrato nella storia della filosofia perché supera le comuni definizioni di bene e di male. Hannah Arendt, filosofa ebrea, seguì in qualità di giornalista il processo che si tenne a Gerusalemme contro Eichmann, il criminale nazista condannato per essere stato il principale responsabile della cosiddetta "soluzione finale".
Durante il processo, Eichmann mostrò al mondo la sua vera personalità che, contrariamente a quello che si potrebbe pensare, non aveva nulla di demoniaco; in altre parole il male, secondo Hannah Arendt, non origina da un'innata malvagità ma dall'assenza totale di pensiero. Eichmann si rivelò una persona "banale", il cui carattere palesava anche tratti burleschi e istrionici; da ciò la Arendt dedusse che il male "non è radicale, ma solo estremo", come specifica anche nel saggio "Ebraismo e modernità" da lei stessa scritto. Furono proprio l'assenza di pensiero e l'incapacità di confutazione a rendere Eichmann un criminale.
Le persone che come lui non riflettono sono inclini ad eseguire gli ordini imposti dal potere senza nemmeno chiedersi se essi siano giusti o sbagliati; ecco cos'è la banalità del male, nient'altro che la totale assenza di idee. Tale mancanza rende la persona una marionetta che esegue, senza nemmeno discuterli, i dettàmi provenienti da coloro che comandano.

Dal pensiero della Arendt si ricava un ribaltamento delle categorie concettuali di bene e di male; esse non sono in antitesi perché, in realtà, non hanno niente in comune per potersi rapportare. Il bene è "radicale", proviene dalla mente, dalla riflessione e dal cuore; il male, al contrario, non si fonda su nulla, nemmeno sull'odio, ma è causato solo dalla totale incapacità critica. Il saggio si sofferma anche sulla questione, non meno importante, della modalità con cui si è svolto il processo a carico di Eichmann. (…)

Note

Hannah Arendt (1906 – 1975), filosofa, allieva di Heidegger e Jaspers, emigrata nel 1933 dalla Germania alla Francia, e da qui in America nel 1940, a causa delle persecuzioni razziali, dal 1941 ha insegnato nelle più prestigiose università americane, pubblicando alcuni tra i più importanti testi del Novecento sul rapporto tra etica e politica. Nel 1961 segue, come inviata del The New Yorker, il processo Eichmann a Gerusalemme: il resoconto esce prima sulle colonne del giornale nel 1963, quindi, sempre nello stesso anno, in volume. Esso susciterà una grande ondata di proteste e una accesa polemica soprattutto da parte della comunità ebraica internazionale, a causa della particolare lettura che la Arendt, ebrea e tedesca, dà al fenomeno dell'Olocausto e dell'antisemitismo in Germania.

Otto Adolf Eichmann (1906 – 1962) fu colui che, nei quadri organizzativi della Germania hitleriana, ebbe il ruolo di realizzare logisticamente la "soluzione finale", cioè lo sterminio degli ebrei al fine di rendere i territori tedeschi judenrein. Sfuggito al processo di Norimberga, rifugiato in Argentina, venne catturato dal servizio segreto israeliano, processato a Gerusalemme e condannato a morte.