YIN NEWS

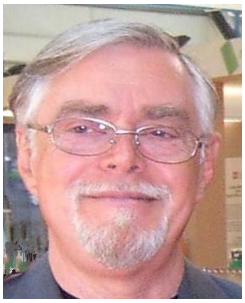
mensile di informazione & cultura olistica

N° 6 Giugno 2014

La nostra redazione

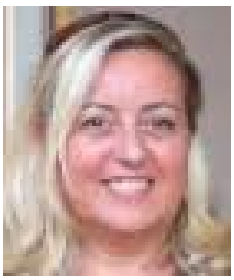
Jolanda Pietrobelli

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>. Si occupa di Discipline Olistiche ed i suoi interessi sono maturati nel campo delle Energie.
Ha fondato la Casa editrice CristinAPietrobelli.



Claudio Bargellini

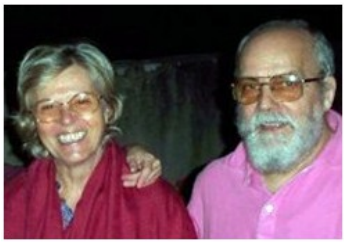
Scrittore, Biologo e Tecnico Erborista, naturopata, è presidente ANTEL (Associazione Nazionale Tecnici Erboristi Laureati) e ABEI (Associazione Bioenergetica Italiana). È direttore della Scuola Superiore di Naturopatia con sede a Cascina (Pisa) È ricercatore scientifico e membro del Tavolo di Naturopatia 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 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, appassionato di meditazione e radiestesia. Reiker.

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.

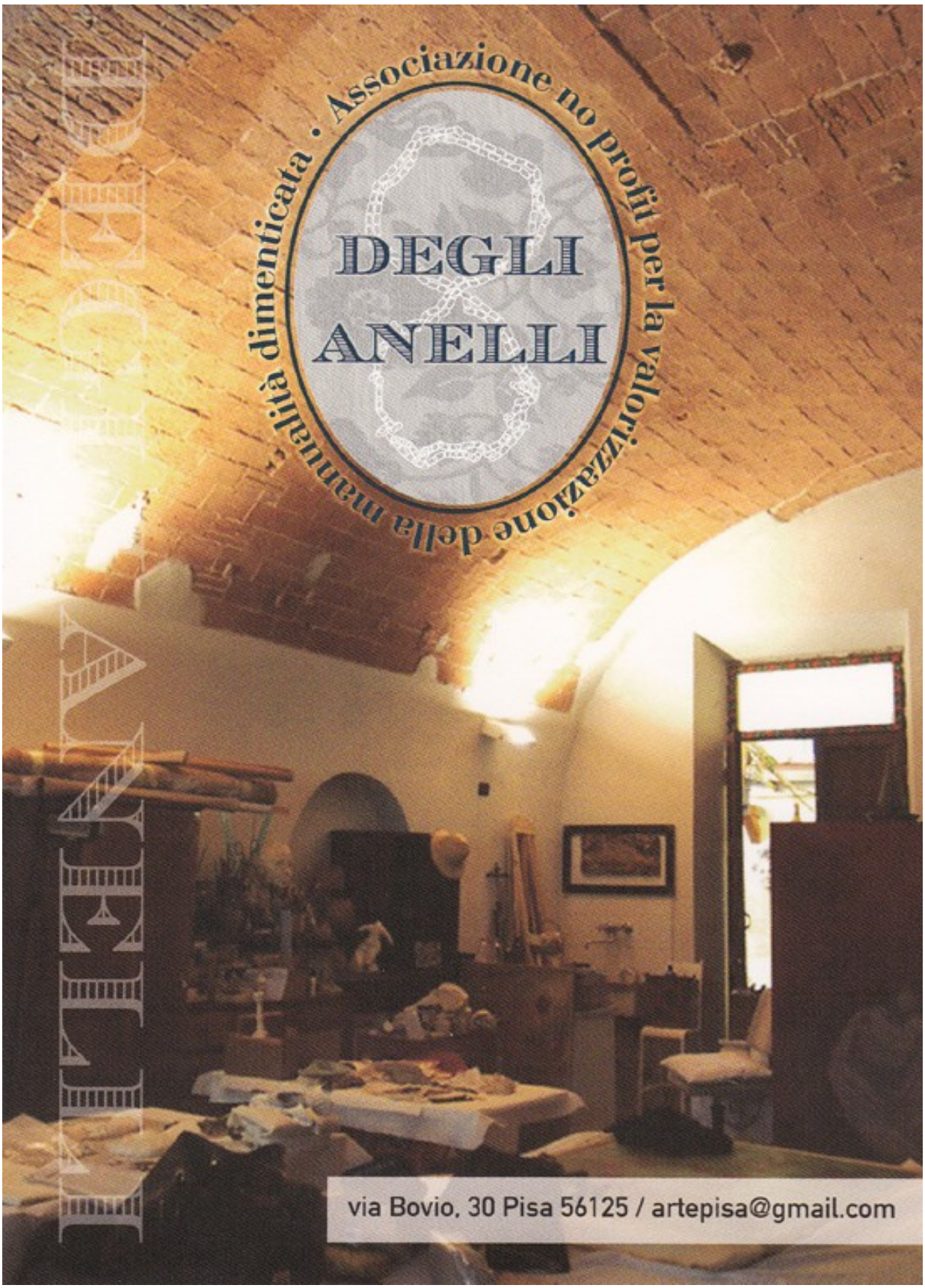
E' apprezzato autore di saggi, le sue ultime ultime pubblicazioni:< I pilastri del cielo- Il grande popolo dei piccoli esseri – Astrazioni, metamorfosi,immagini- La fossa dei serpenti>

In copertina: Tempio di <Naritasan Shinshoji> Giappone

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. **Terzo anno**
N° 6- giugno 2014 è scaricabile in pdf gratuitamente dal sito www.libreriacristinapietrobelli.it


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

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

E-Book

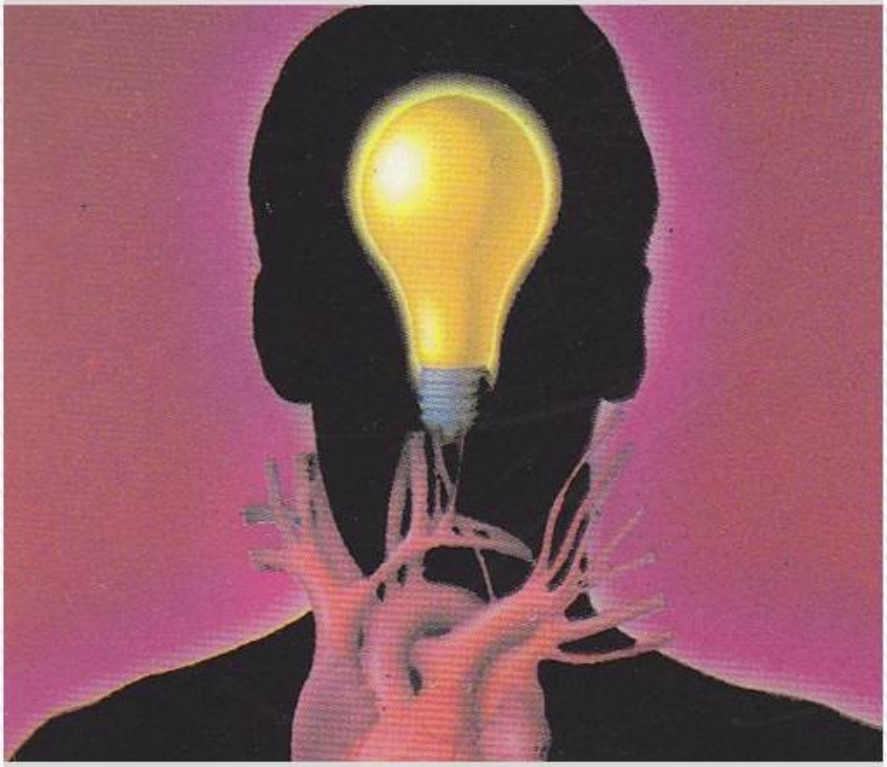
JOLANDA PIETROBELLI

DIVINA ...CREATURA

Cristina Pietrobelli
Edizioni

JOLANDA PIETROBELLI

TI PARLO DI REIKI...



VUOI?

La palestra pisana ha ospitato come ogni anno l'evento

18 MAGGIO: CERIMONIA DEL WESAK AL KOSMOS CLUB

Proponiamo alcuni momenti della Cerimonia

di
Jolanda Pietrobelli

Anche quest'anno la Palestra pisana Kosmos Club con a capo il M° Gianni Tucci, si è prestata ad ospitare la Cerimonia del Wesak.
Proponiamo alcune immagini tra le più signifcative che rappresentano i momenti più intensi della cerimonia, ringraziando Michela Tucci per averci fornto il servizio fotografico.

I celebranti: Mona Benucci, Jolanda Pietrobelli, Maurizio Guntini durante il momento centrale del Wesak, l'arrivo del Buddha, la sua unione con il Cristo e la diffusione della <Grande Benedizione> su tutti i presenti e sull'intera umanità. Questo momeno dura 8 minuti durante i quali ci si raccoglie in assoluto silenzio.

La Grande Invocazione. I celebranti invitano i presenti ad alzare le braccia con le palme delle manirivolte in avanti, per ricevere la benedizione. <La Grande Invocazione> è recitata da tutti i presenti.

Nella foto: i partecpanti in piedi recitano <La Grande Invocazione>

<Dal punto di luce entro la mente di Dio
affluisca luce nelle menti degli uomini.
Scenda Luce sulla Terra.
<Dal punto di Amore entro il cuore di Dio
affluisca amore nel cuore degli uomini.
Possa Cristo tornare sulla Terra.

<Dal centro ove il Volere di Dio è conosciuto
il proposito guidi i piccoli voleri degli uomini
il proposito che i maestri conoscono e servono.
<Dal centro che vien detto il genere umano
si svolga il piano di amore e di luce.
E possa sbarrare la porta dietro cui il male risiede
< Che luce, amore e potere
ristabiliscano il Piano sulla Terra.

Offerta dell'Acqua: ai partecpanti è offerta l'acqua benedetta e magnetizzata dalla <Grande Invocazione>.

I fiori: è il momento in cui i partecpanti si avvicinano alla <mensa sacra> per lo scambio dei fiori

La diffusione del Wesak in Occidente: La Gerarchia ha chiesto insistentemente la diffusione del Wesak nel mondo occidentale. Giuditta Dembek ha portato per la prima volta la celebrazione in Europa.

Un momento di meditazione

Mona Benucci con Roby Orazzini (celebrante dello scorso anno)

Nella foto alcuni partecipanti

La cerimonia del wesak è terminata con l'offerta dei fiori

Foto di chiusura: i celebranti con il Maestro Ganni Tucci, Michela Tucci e la neo master di Reiki Anna Bruno.

Si rngrazia il Maetro Tucci che sensibile a queste iniziative ogni anno ospita nella sua palestra la Cerimonia del Wesak.

Kosmos Club

Quando iniziai a scrivere sull'argomento, non avevo ancora raggiunto il grado di master, ma sentivo di avere già una dimestichezza con l'argomento

JOLANDA PIETROBELLI: <TI PARLO DI REIKI...VUOI>?

Non ha nulla di diabolico, non va contro la religione, è semplicemente una tecnica energetica di autoguarigione

Nella foto L'A. con il Maestro Reiki Gwaihir

di
Jolanda Pietrobelli

Io e il Reiki siamo una sola <entità energetica>. Dal lontano 1996, epoca in cui mi avvicinai alla <Pura Dottrina>, prendendo le armonizzazioni di Primo Livello, il mio percorso con Reiki è stato ed è importante.
Mi alzo la mattina e sono Reiki, mi muovo nel mio quotidiano e sono Reiki, mi corico la sera e continuo ad essere Reiki. Nelle mie azioni, nel mio pensiero, nei miei affetti, nelle mie emozioni, non dimentico mai <REIKI>. Quando iniziai a scrivere sull'argomento, non avevo ancora raggiunto il grado di master, ma sentivo di avere già una dimestichezza con l'argomento.
Le mie testimonianze sul Reiki sono molte, due anni fa terminata la mia quarta pubblicazione, la più impegnativa <Il Breviario di Reiki>, data l'ampiezza del lavoro, pensai che tutto il mio sapere

sulla Pura Dottrina, la mia esperienza, l'avevo ampiamente esternato. Il Breviario sarebbe stato l'ultimo lavoro sull'argomento.
Ma non è stato così.
A distanza di poco tempo ho avvertito l'esigenza di scrivere ancora ed è nato: <Ti parlo di Reiki...Vuoi?>
La scelta di questo titolo è stata determinata da una mia stagionata pubblicazione datata 1992: <Ti parlo d'Arte...Vuoi?>
Io amo l'arte, si può dire che sia nata con questo <virus> e amo il Reiki e con profondo rispetto ho scritto: <Ti parlo di Reiki...Vuoi?>
Il Reiki è una stupenda espressione di vita, che va meritata, i denigratori sono tanti, troppi, magari per colpa di qualche <master fasullo> che col suo comportamento ha riempito le <cronache passate>. Ma non si può fare di tutta l'erba un fascio. Potrei indicare nome e cognome di questo aberrante individuo, conosciuto oramai in tutto l'ambiente. Lui ha portato scompiglio, confusione e sporcizia nel mondo del Reiki, facendo apparire agli occhi di chi non conosce <la Pura Dottrina>, semplicemente <spazzzatura>. Questo <individuo> ha portato scompiglio proprio in Italia proclamandosi capo di una sètta, all'interno della quale si faceva Reiki. Ma perché considerarlo, la galera ha reso giustizia al mondo del Reiki che non ha nulla di diabolico, non va contro la religione, è semplicemente una tecnica energetica di autoguarigione.
È stato messo all'indice?
Da chi?
Dagli ignoranti.
Dai bigotti.
Dai disinformati.
Da chi vive di pettegolezzi.
Da qualche religioso arrogante che non sa dire:

- mi dispiace
- perdonami
- grazie
- ti amo

L'arroganza è una malattia comune a molti, è una malattia che a lungo andare compromette la salute dell'anima. È la malattia degli imbecilli.
Reiki è tutto il contrario di questo: è luce, è amore, è perdono, è tolleranza, è vita. È guarigione dell'anima.

Giornata di Costellazioni Familiari Sistemiche
con Dario e Viviana

GIORNATA DI RICREA-AZIONE SPERIMENTALE

Massaggio Sonoro con Ernesto e Nadia

In questa giornata avremo l'opportunità di sperimentare il nostro potenziale umano attraverso il sentire del corpo .
Osservare e vivere i movimenti dell'anima, ricreare uno spazio sicuro dove poter lasciar andare i pesi di cui non abbiamo più bisogno nel nostro cammino presente, lasciando spazio a un fluire di nuove emozioni.
L'esperienza viene vissuta in cerchio , come da tradizione antica di popoli tribali : tutti uguali, tutti sullo stesso piano , tutti esseri umani provenienti dalla stessa sorgente.
Oltre alle costellazioni familiari sistemiche, dedicheremo parte della giornata a meditazioni attive e massaggio sonoro con campane armoniche.

Giornata di Costellazioni Familiari Sistemiche con Dario e Viviana

inizio giornata ore 9,30
pausa pranzo ore 13.00 circa
chiuderemo il cerchio di lavoro intorno alle ore 18,30

Le costellazioni familiari e sistemiche sono un semplice e potente strumento di ampliamento della consapevolezza e conoscenza di Sè, tramite il quale è possibile una trasmutazione di quelle situazioni della propria vita, di quelle credenze , emozioni o blocchi che generano limiti nel raggiungere i propri sogni o obiettivi, dolore, malattia o infelicità. Grazie alla possiblità di vedere e sperimentare la realtà da un altro punto di vista, vengono contattate emozioni profonde e portate alla luce dinamiche nascoste che influiscono nella vita impedendo e/o rallentando la completa manifestazione e realizzazione di noi stessi e dei nostri talenti.

Notizie

Vivana Mioranza Dott. in medicina e chirurgia, specializzata in discipline della psiche e delle emozioni . Esperienze olistiche nel campo del body-work e breath energy, esperienze di meditazioni individuali e di gruppo , attraverso l'espressione corporea. Diploma in massaggio Shantala secondo la tradizione indiana. Training di massaggio Lomi-Lomi presso Hana Aloha ; Hawai'i
Diploma in Costellazioni Familiari sistemiche presso istituto Nemeton Dott.Marco Massignan e Elena Dell'orto
In formazione Costellazioni Rituali (marchio registrato da M. Massignan) Sciamanismo e Risoluzione dei traumi a base corporea presso istituto Nemeton Dott Marco Massignan e Elena Dell'Orto

Dario Benvennuti Diploma in Costellazioni Familiari presso istituto Nemeton Dott Marco Massignan E Elena Dell' Orto
In formazione Costellazioni Rituali (marchio registrato da Massignan)
Sciamanismo e Risoluzione dei traumi a base corporea presso istituto Nemeton Dott Marco Massignan e Elena Dell'Orto
Esperto in sovranità dell' essere umano con approccio esperienziale e sviluppo della consapevolezza.
Reiki I livello Usui Shiki Ryoho

Massaggio Sonoro con Ernesto e Nadia attività di gruppo durata sessione 1 ora circa

Tutto ciò che è in natura sta vibrando. "Tutto è vibrazione" è un principio universale.Le nostre cellule, tessuti, organi, sono composti da atomi che vibrano in distinte frequenze. Nello stato naturale di salute dell'essere umano tutte queste frequenze vibrano in armonia, come una immensa sinfonia. Tuttavia questo stato di equilibrio si perde facilmente: lo stress, i ritmi della vita di oggi, le tensioni fisiche ed emotive, interferiscono su questa armonia interiore e ci conducono alla stanchezza, al dolore e alle malattie del corpo, della mente e delle emozioni.
Quando il suono armonico fluisce attraverso il nostro corpo acquieta la mente permettendo un più facile contatto col nostro io interiore, agisce sulla sua vibrazione e attiva un riordinamento molecolare.

Notizie

Ernesto Izzo Diploma di Operatore di Massaggio Sonoro Armonico, Dinamiche tonali presso "Centro de Terapia de Sonido" di Buenos Aires di Albert Rabenstein.
Diploma di Counsellor di pensiero cognitivo positivo presso Peiffer Foundation –Accademia Internazionale di Counselling Positivo Cognitivo di Vera Peiffer

Nadia Ciarlini Diploma di Operatore di Massaggio Sonoro Armonico, Dinamiche tonali presso"Centro de Teapia de Sonido" di Buenos Aires di Albert Rabenstein.
Diploma di Counsellor di pensiero cognitivo positivo presso Peiffer Foundation – Accademia Internazionale di Counselling Positivo Cognitivo di Vera Peiffer.
Diploma di Operatrice shiatsu professionista –Metodo Masunaga –"presso I.R.T.E." - Istituto di Ricerche e TerapieEnergetiche. Master di Gengo Shiatsu presso "Centro Shiatsu di Daniele Giorcelli"

Costi

Il prezzo della giornata è di € 50 , comprensiva di una sessione di massaggio armonico di gruppo della durata di circa un'ora effettuata da 2 operatori, + 10 € per i partecipanti che porteranno il proprio tema nelle sessioni di Costellazioni Sistemiche.

Per informazioni

Dario e Viviana
cell.339.22.45.335- cell 347.04.56.372

Sii un magnete per i tuoi desideri invece che per le tue paure

VIBRARE SU FREQUENZE PIU' ALTE

Sono tempi difficili certo! Ma dovremmo chiederci: c'è un sistema per renderli meno gravosi?

di
Margherita Bruschetti

Ricordo che quando ero bambina il mio papà si divertiva a giocare con me e con le mie sorelle, e così, per metterci in difficoltà, in una specie di lotta giocosa, a volte ci metteva la mano davanti alla bocca e al naso impedendoci per qualche istante di respirare.
Si accaniva in particolare con le mie sorelle le quali si divincolavano e gridavano e con loro la lotta si faceva più serrata.
Quanto a me io non facevo un gesto, restavo immobile, sicura che il mio papà non mi avrebbe fatto soffocare.
Lui si spaventava della mia non reazione e ritraeva la mano molto prima che a me mancasse il fiato dicendo: "Con te non c'è gusto!" Era una mia piccola soddisfazione, non mi ero fatta prendere dall'emozione della paura e avevo comunicato a modo mio, che quel gioco non mi piaceva.

Amavo grandemente mio padre e avevo fede in lui, questo mi permetteva di restare nel mio potere personale e in comunicazione totale con lui. Avevo ben chiaro che la lotta sarebbe stata impari, ma senza ribellarmi ottenevo ciò che volevo, molto prima delle mie sorelle, che venivano lasciate in pace alla fine, solo per pietà.

Così come in quel frangente a volte mi pare di vedere chi si divincola con grande accanimento, contro un nemico che si diverte con lui in una lotta impari, ma ottenendo poca o nessuna considerazione.

Sono tempi difficili certo! Ma dovremmo chiederci: c'è un sistema per renderli meno gravosi?
Se restiamo imprigionati nella mente, che ad ogni pensiero ci suggerisce di stare attenti, che se fai questo rischi, se fai quell'altro c'è da temere il peggio non potremo certo uscire da questa trappola infernale, a meno che il papà di turno in un gesto di pietà ci liberi dalla stretta.

Alla fine quando abbiamo ottenuto di essere liberati perché abbiamo gridato molto, non abbiamo più voce, ma siamo salvi,.... fino alla prossima stretta, fino a quando il papà di turno non deciderà di giocare di nuovo con noi.

Vorrei spiegare un piccolo meccanismo che induciamo senza rendercene conto:
Quando le nostre frequenze sono molto basse siamo deboli e facile preda di tutto ciò che vibra con quel tipo di frequenza, quindi attratti dalle tragedie, dalla violenza, e da tutto ciò che vibra su frequenze basse, fosse anche solo per criticarle.
Per questo alcuni vanno alla ricerca di film tragici, spettacoli drammatici o violenti, ecc. c'è addirittura un mercato che lucra mantenendo questo stato di cose.
Assisteremo impotenti alle tragedie degli altri o ci indigneremo per tutto ciò che di brutto succede nel mondo facendo ingrossare il nostro fegato e non saremo più in grado di discernere, che quello che vediamo fuori è solo la proiezione di ciò che abbiamo accumulato dentro e delle frequenze a cui vibra la nostra energia.

Ma prova a chiederti: "C'è un modo di far finire questi disagi?"
Certo il modo c'è, ed è quello di risuonare con vibrazioni più alte, cioè essere magnetici per i nostri desideri e non per le nostre paure.
Il segreto del cambiamento è tutto qui!
Spesso le cose sono semplici, ma non per questo facili da attualizzare.
Desiderare è un atto di apertura del cuore, questo comporta una vastissima padronanza che si conquista con la volontà di uscire da stati di inquinamento mentale, anziché temere che si realizzino le nostre paure.

Vibrando su frequenze più alte potrai mantenere un equilibrio emotivo, pur non ignorando le tragiche situazioni che ci circondano, anzi addirittura da questa posizione vibratoria sarai in grado di elargire qualche elemento per restituire una visione più serena a chi già si vede perduto.

E quale sarebbe la visione più serena? direte voi.
Che la paura è solo un' illusione della mente, che un conto sono i fatti e altro sono le emozioni legate ai fatti.
E che le reazioni che seguono i fatti sono generate solo dallo smarrimento causato dallo stato emotivo.
Sono emozioni di rabbia e paura che ci inducono a liberarci con la forza della ribellione, mentre in

noi c'è la forza del potere personale che siamo chiamati a sviluppare se vogliamo uscire dal meccanismo dell'illusione.

Ci crediamo bisognosi, mentre potremmo essere dispensatori di tesori, ci crediamo sfortunati o impotenti, mentre potremmo semplicemente essere consapevoli di ciò che siamo, portatori di un potenziale immenso.
Riscoperto a dovere questo potenziale ci libera dalla schiavitù di tutte quelle emozioni che dobbiamo ancora superare imparando a vederle solo per ciò che sono, alle volte semplici, altre volte elaborati giochi mentali!

Dedicato alla tua rivitalizzazione

È il custode dei nati tra il 1° e il 5 Giugno

HARIEL IL CHERUBINO

E' il 15esimo Soffio e il settimo raggio angelico nel Coro uraniano degli Angeli Cherubini

Ariel, o Hariel, o Hariy'el è il 15esimo Soffio e il settimo raggio angelico nel Coro uraniano degli Angeli Cherubini guidato dall'Arcangelo Raziel, dove governa le energie di Mercurio. Il suo elemento è l'Aria; ha domicilio Zodiacale dal 10° al 15° dei Gemelli ed è l'Angelo Custode dei nati dal 1° al 5 giugno. I sei Angeli Custodi dei Gemelli, collettivamente, ispirano ai loro nati il bisogno di comunicazione, facilitano la loro lieta riuscita in questo campo- rendendoli così potenziali seminatori di pace e di unione - e proteggono tutti coloro che comunicano e si occupano di trasmettere dati informativi.
Il nome di Ariel significa "Dio creatore"
Il dono dispensato da Ariel è la CHIAREZZA.
Questo Custode dona la capacità di riuscire a vedere lucidamente, ottenuta dopo aver reso "trasparenti" se stessi. Ariel agisce dall'interiorità orientando l'intelletto dei suoi protetti verso opere basate sull'Amore. Rende l'intelligenza brillante e vivace, favorendo il cammino logico verso il successo, la riuscita morale e materiale.
Per giungervi si deve evitare di criticare e ironizzare, per far sgorgare da sè l'Amore attraverso il candore uraniano che rende bella ogni cosa, dono che si può appunto ottenere con l'invocazione ad Ariel. Quando l'Amore scaturirà questo Angelo condurrà la persona verso la via più consona ai suoi desideri e talenti: della scienza, dell'arte o della spiritualità (se non verso tutte e tre contemporaneamente). Tutto ciò che essa esprimerà sarà esaltante e pieno di calore, testimonianza di purezza e di verità.
Dice Haziel che i protetti di Ariel divengono difensori delle più nobili cause, agendo nel mondo sia in ambito personale, sia essendo attivi contro le ingiustizie, la malattia, la povertà, la guerra, la fame. Infatti l'energia armoniosa dell'Arcangelo del Coro dei Cherubini trasmette loro una saggezza particolarmente elevata. Raggiungere questa saggezza però non sarà automatico, ma fa parte della coltivazione di un amore altruista risultato di un'elaborazione interna, cosciente e voluta a cui è

dedicato il programma di questa vita, in un processo non indolore.

Ariel secondo Sibaldi

Infatti, come dice Sibaldi, gli Hariy'el scoprono ben presto che nella loro vita vale una legge strana e spietata: ciò che a loro importa di più non va per il verso giusto. Possono, per esempio, decidere che nulla è più importante del successo professionale, e dedicarvisi anima e corpo: e non funzionerà; incontreranno continui, fastidiosi intralci che ai loro colleghi non capitano mai. Oppure potranno sacrificare tutto alla felicità domestica: e in casa avranno amarezze. O metteranno al primo posto un ideale sociale o politico: e una serie di sconfitte li scoraggerà. A quel punto oseranno magari buttare tutto all'aria per imparare a godere soltanto della propria libertà individuale: ma presto dovranno lasciar perdere, perché anche da quel versante verranno guai. È proprio come se fossero al centro di una bussola incantata, e non possano avviarsi verso uno dei quattro punti cardinali, senza che gli altri tre facciano di tutto per trattenerli. Certi Hariy'el si arrendono: smettono di volere e di osare, e rimangono fermi, oppure si lasciano portare dal caso, un po' di qua, un po' di là, senza più aspettarsi nulla di preciso. Altri invece intuiscono, saggiamente, che la bussola dell'esistenza si aspetta da loro qualcosa di speciale, e che dietro a quei loro impacci si nasconde un enigma da risolvere. Non è difficile, in realtà! La giusta via degli Hariy'el consiste nel sovrastare tutte quante le direzioni: nel non dare a nessuna maggior valore che alle altre, e nel crescere invece in tutte contemporaneamente, ripartendo in quote uguali le proprie energie tra il lavoro, la famiglia, l'impegno per un ideale e la scoperta della propria libertà individuale. Armonia è la loro parola magica, l'universalità è la caratteristica essenziale del loro genio: e appena se ne accorgono, ne vengono ricompensati con un fiorire di soddisfazioni in tutti i 360 gradi dell'orizzonte. Naturalmente dovranno scegliersi professioni adeguate, il più possibile panoramiche anch'esse: dirigenti, amministratori, organizzatori, supervisori. Se li attrae l'erudizione, ricorderanno sempre con gioia il periodo dell'università (il poter spaziare in tanti campi dello scibile, curiosando di facoltà in facoltà) e abbracceranno con successo discipline ampie, come la storia, la filosofia, la linguistica o la matematica, trovandosi pienamente a loro agio nell'ambiente accademico. Se li appassiona la psicologia, sapranno dedicarsi con vigore e generosità ai problemi di chiunque, senza mai smettere di imparare dall'osservazione. Se prevarrà in loro il talento artistico si segnaleranno per la versatilità: nella continua ricerca di forme espressive nuove. Se invece dovessero essere d'indole più pigra (benché sia raro, per loro), una professione legata in qualche modo ai viaggi potrà fare al caso: per il gusto, se non altro, di vedere sempre nuovi paesaggi fuori dai finestrini, possibilmente dall'alto. Ma attenzione: questa superiore altezza deve essere anche la prospettiva con cui guardare anche ai valori, mettendo a frutto un equilibrio che ben pochi sanno raggiungere e mantenere meglio di loro: non sposino mai cause, non prendano posizione nelle contese, non scendano a dar torto o ragione agli uni o agli altri, ma in ogni circostanza apprezzino e facciano apprezzare i pregi dell'equanimità, della larghezza di vedute, della dialettica che a ogni tesi sa contrapporre un'antitesi altrettanto valida. Mantenersi distaccati è necessario anche perché la contropartita delle loro qualità può indurli a percepire se stessi come molto, troppo al di sopra del resto dell'umanità. Può avvenire allora che tutti e quattro i punti cardinali vengano loro a noia, e che ogni cosa al mondo perda sapore. Non sopporteranno a lungo una simile situazione; cercheranno stimoli più forti – e finiranno con lo sbilanciarsi in quella che forse è la direzione per loro più pericolosa: l'affermazione della libertà personale. Famosi Hariy'el rovinati da eccessi di questo genere furono Cagliostro e De Sade; un'altra figura Hariy'el particolarmente tragica fu Marylin Monroe, che fu consumata letteralmente da una continua ricerca senza esito, in un'aura di felicità solamente apparente. Un errore da non fare, poi, è provare ad applicare anche agli altri le specialissime regole di vita che valgono per loro, attendendosi la stessa versatilità e multilateralità. Saranno delusi, perché la loro visione è di difficile comprensione: il loro punto di vista è troppo

vasto e sottile, la loro mente troppo agile nel balzare da un punto all'altro dell'orizzonte; e quanto al pretendere che altri abbiano la stessa varietà d'interessi e di impegni, meglio lasciar stare". Meglio adottare un saggio equilibrio anche nel pretendere attenzione e comprensione, accettando di poter dare a ciascuno solo ciò egli sa accogliere, e che - allo stesso modo - da ciascuno si può prendere solo quanto egli è in grado di donare.
La saggezza ottenuta con il sostegno del loro angelo darà agli Ariel quello che è promesso nel geroglifico del nome: io do forma concreta a un'immensa energia vitale. In questo modo essi raggiungeranno la realizzazione e potranno portare a termine il loro compito in questa vita, riversando gioia nel mondo.

Qualità di Ariel e ostacoli dall'energia "avversaria"

Le qualità sviluppate da Ariel sono bontà, pace, comprensione, tolleranza. Ispira bisogno di disintossicarsi, consapevolezza del benessere fisico, una vita pura e dignitosa, scoperte scientifiche e conseguimenti in campo artistico.
L'angelo dell'abisso a lui contrario si chiama Barakiel e rappresenta i vizi. Infonde pigrizia e inconcludenza, mancanza di fede, senso di vuoto. Causa perdita di tempo e continuo senso di insoddisfazione. Causa anche intolleranza, settarismo, anarchia, divisione, inducendo le persone a odiare chi la pensa in modo diverso da loro. Ispira liti in famiglia, scontri e guerre per motivi politici e religiosi, scismi, eresie, guerre civili.

Meditazione associata al Nome

La meditazione associata ad Ariel si chiama "visione allargata". Quante volte ci siamo detti: avrei dovuto prevederlo, oppure se lo avessi saputo prima? Ma i rimpianti sono sempre uno spreco di energie, serve invece guardare avanti, evitando che la vita si carichi di angoscia e problemi perché non siamo riusciti a "vedere" per tempo come stanno veramente le cose. Secondo la Kabbalah questo Nome fornisce lo strumento meditativo più efficace per ottenere chiarezza di visione, con la capacità che ne consegue di prevenire i problemi.

Meditazione: ora, concentrando la tua visione sulle lettere ebraiche della radice del Nome, senza pensare ad altro, respira e, lasciandoti permeare profondamente e a lungo dal suo significato, pronuncia questa intenzione: Meditazione: ora, concentrando la tua visione sulle lettere ebraiche della radice del Nome, senza pensare ad altro, respira e, lasciandoti permeare profondamente e a lungo dal suo significato, pronuncia questa intenzione:
per il potere di questo Nome accedo a una visione chiara e previdente in ogni aspetto della mia vita. Le bende sono rimosse dagli occhi. Posso vedere l'albero completamente cresciuto nel seme appena piantato. Posso cogliere la relazione causa-effetto che governa tutta la realtà. Le scelte e le azioni della mia vita sono motivate da risultati definitivi e non da illusioni momentanee. Posso anche vedere di più attraverso i miei occhi.

Giorni e orari di Ariel

Se sei nato nei giorni di reggenza di questo angelo, Ariel è sempre in ascolto per te; ma in particolare le sue energie si schiudono nelle date del tuo compleanno e negli altri 5 giorni che ti sono dati dal calcolo della Tradizione. Suoi giorni di reggenza sono anche: 23 gennaio, 18 giugno, 1° settembre, 12 novembre; ed egli governa ogni giorno, come "angelo della missione", le energie dalle h. 4.40 alle 5.00. Assiste perciò, in particolare, anche i nati in questi giorni e in questo orario, in qualunque data di nascita, ed è questo l'orario migliore in cui tutti lo possono invocare. La preghiera rivolta specificamente a Ariel è il 22° versetto del Salmo 93: Et factus est Dominus mihi in refugium: et Deus meus in rupem refugii mei. (E il Signore si è fatto mio rifugio, roccia del mio rifugio è il mio Dio).

Corrispondenze con le simbologie degli Arcani maggiori

A ciascuna delle 22 lettere ebraiche sono associati dei numeri, dunque ad esse possono venire associate anche corrispondenze con le relative simbologie dei 22 Arcani maggiori dei Tarocchi;
questo può essere interessante per chi desidera interrogare questi simboli sul solo piano di vero interesse: quello cioè dell'introspezione psicologica. Mentre le lettere ebraiche si leggono da destra a sinistra, però, i corrispondenti Tarocchi vanno letti da sinistra a destra. In questo caso, La radice (he-resh-yod) dell'angelo risponde alla configurazione: "Il Papa - il Mago - la Ruota"
da cui la riflessione interiore che nasce dalle domande poste da questi arcani: chiede il Papa: (l'ideale, il ponte, il mediatore) che cosa comunico agli altri e con quali mezzi? ho un ideale? chiede il Mago (l'inizio, la scelta): che cosa sto cominciando a fare? che cosa sto scegliendo? come posso canalizzare la mia energia? chiede la Ruota (il ciclo del mutamento): che ciclo si è concluso, cosa devo cambiare? quali sono le mie opportunità? cosa mi aiuta? cosa sto ripetendo? quale enigma emozionale mi blocca?

Cori di appartenenza e Arcangei di Influenza

Rimando infine al Coro e alle energie arcangeliche che dispensano influenze ai nati fra il 1° e il 5 giugno. L'angelo Ariel appartiene al Coro degli Angeli Cherubini guidato dall'Arcangelo Raziel, che domina anche su questa decade in particolare (1°-10 giugno). Il segno dei Gemelli nel suo complesso cade invece sotto l'influenza dell'Arcangelo Michele. . Infine bisogna ricordare che una specifica influenza sulla persona è esercitata anche dall'Angelo che aveva reggenza nell'orario della nascita.

Particolari tecniche di respirazione sono note all'uomo da millenni.

IL RESPIRO CONSAPEVOLE

Il respiro nella storia dell'uomo

di
Andrea Zunino

Respiro Consapevole™ è una tecnica di respirazione diaframmatica consapevole che si propone di ricollegare l'individuo all'essenza di se stesso ed alla fonte della sua vita.
Particolari tecniche di respirazione sono note all'uomo da millenni. Per lungo tempo esse sono state comprese in discipline filosofiche o religiose come lo Yoga e in molte tradizioni mistiche ed esoteriche.
La forma più antica di disciplina del respiro conosciuta è senza dubbio il Pranayama, uno degli aspetti dello yoga. Pranayama è un termine composto di due parole in sanscrito:
Prana, che indica la forza o energia vitale, l'essenza della vita stessa. È lo stesso concetto che i cinesi designano col termine "Chi" e i giapponesi "Ki".
Yama, dal termine "Ayama", che ha il significato di "estensione".
Il significato è dunque "estensione dell'energia vitale".
Per una migliore comprensione del concetto di "energia vitale", esaminiamo le due radici sanscrite di cui è composto il termine "Prana":
"pra" significa esistere indipendentemente, esistere precedentemente;
"ana" è la forma abbreviata di "anna", che significa cellula. Un atomo, o molecola, è detto "anu". Ogni forma di vita è composta di particelle elementari organizzate in un insieme definito, cioè "ana".
"Prana" sembra dunque indicare "ciò che esisteva prima d'ogni vita atomica o cellulare".
Così, il mistico del passato poteva considerare il Prana come una manifestazione del divino, mentre il razionale moderno vi vedrà l'analogia con il concetto dei "campi d'energia" che, secondo la fisica subatomica, costituiscono il substrato intangibile della creazione della materia.

In verità, due punti di vista della stessa cosa, affatto in contraddizione; possiamo semplicemente scegliere di viverli entrambi come espressione di un'unica verità. (vedi "Visione")
La ricerca personale dei fondatori di RC consente d'integrare ulteriori informazioni.
La conoscenza diretta di metodologie e tecniche di differenti tradizioni esoteriche, ha consentito di sperimentarne profondità ed efficacia e, inoltre, d'individuarne alcuni elementi costituenti essenziali comuni.
In particolare, si é osservato come molti (se non tutti) i riti mistici o misterici, dai rituali sciamanici del centro e sud America a quelli dell'Asia centrale, dai Monaci tibetani al Buddismo esoterico giapponese, fino ai Sufi dell'Islam, in verità fondano la loro efficacia su tre elementi: ritmo, vibrazione e respiro.
Il ritmo è quasi sempre assicurato da un tamburo, spesso accompagnato da altri strumenti. E' curioso osservare come i tamburi sciamanici abbiano forma molto simile, se non identica, in ogni parte del mondo, così come i flauti sciamanici risultano tutti accordati sulla stessa nota, pur non essendo dato alcun legame culturale tra le differenti tradizioni.
Il tamburo evoca il suono primario, il battito del cuore, il pulsare della vita.
La vibrazione è assicurata dalla voce. I mantra tibetani ne sono un meraviglioso esempio, ma anche quelli Indù e lo stesso rito dei Sufi (Dhikr) è, in effetti, una forma di mantra. La vibrazione della voce ha lo scopo di stimolare e predisporre il sistema energetico del corpo del praticante, attivando, purificando ed accelerando i chakra, che sebbene prendano nomi differenti, sono veramente un modello comune.
Infine, il respiro. Tra tutti risulta essere l'elemento più potente; è possibile, infatti, raggiungere stati mistici con il solo respiro, mentre é assai arduo raggiungerli con le sole altre compenti in assenza del respiro.
Per questa specifica osservazione, la ricerca si è concentrata sullo studio di diverse tecniche di respiro, scoprendo che gli elementi rinvenuti nelle tradizioni si possono anche proporre in una veste diversa, alleggerita di tutti i contenuti religiosi, filosofici e misterici, a tutto vantaggio di un'esperienza più accessibile a molteplici persone.
Le tecniche di Respiro Consapevole approdano in occidente intorno agli anni 70, sull'onda dell'improvviso interesse per l'india e le sue conoscenze, nato principalmente negli Stati Uniti, ma non solo. Molti personaggi famosi dell'epoca (Beatles compresi) si recarono in India per studiare le conoscenze di alcuni Guru. Altri, meno famosi, si unirono a questa ricerca ed alcuni tornarono in occidente portando conoscenze specifiche di tecniche di respiro che, liberate da particolarismi religiosi o misterici, originarono differenti scuole esperienziali.
In particolare Leonard Orr, Sondra Ray e Jim Leonard, prima insieme e poi separatamente, hanno enormemente contribuito a sviluppare l'interesse occidentale per il respiro.
Leonard Orr ha fondato la tecnica nota come Rebirthing intorno alla metà degli anni settanta. Sondra Ray ha continuato le sue ricerche sui traumi legati alla nascita, uno dei temi centrali del Rebirthing, mentre Jim Leonard, inizialmente legato al Rebirthing, ha successivamente fondato il metodo Vivation.
La Respirazione Olotropica del Dr. Stanislav Grof, uno dei fondatori della psicologia transpersonale, ha, invece, un'origine differente. Intorno alla metà degli anni '70 una branca della psicologia s'interessò intensamente agli stati non ordinari di coscienza indotti da LSD ed altre sostanze psichedeliche. Presto Grof realizzò che il solo respiro poteva sviluppare i medesimi stati di coscienza non ordinaria o "espansa", abbandonò quindi le sostanze allucinogene per formulare la sua tecnica di respiro.
Il mondo del respiro è vivo, molto attivo; le tecniche originarie ben presto cominciarono ad evolvere in differenti forme e ad approfondire contenuti e conoscenze, generando nuove tecniche, più complete e raffinate. Tra queste, Breathwork, la naturale evoluzione del Rebirthing verso una

visione più olistica dell'uomo, con riferimento a tutta l'esperienza della sua vita e non al solo trauma di nascita. La respirazione olotropica di Grof si é evoluta nella Respirazione Pneuma intorno agli anni 80, ad opera di Juan Ruiz, integrando elementi di derivazione sciamanica.
Pregevole, inoltre, la tecnica Transformational Breath, della Dr. Judith Kravitz. Essa ha il pregio d'avere integrato con il respiro altri strumenti, come l'uso della voce o alcuni tocchi derivati dalla medicina cinese e tibetana, assai utili per liberare le energie stagnanti nel corpo.

Respiro Consapevole™ ha elementi in comune con parecchie delle tecniche menzionate; sviluppatasi successivamente, ne costituisce l'evoluzione e l'integrazione, pur superandone alcuni aspetti limitati.
In particolare (ma non solo) RC si prefigge di superare la credenza limitante, comune a molte delle tecniche citate, che nell'uomo possano esistere energie negative di cui liberarsi; ciò alimenta una visione dualistica (positivo-negativo) e induce chi respira a pensieri di separazione, a negare parti di sé.
Secondo RC, tutto ciò che abbiamo "dentro" è parte di noi e conseguentemente utile e necessario per costruire la nostra consapevolezza.
Perciò, il Respiro è inteso come un potente ed efficace strumento di trasformazione ed integrazione personale, vissuto in un percorso di consapevolezza, di scoperta della verità su se stessi.
Respiro Consapevole™ libera il respiro da schemi ristretti, trasforma pensieri ed emozioni e consente la connessione con il proprio essere!
Respiro Consapevole™ è una tecnica di respirazione diaframmatica consapevole che si propone di ricollegare l'individuo all'essenza di se stesso ed alla fonte della sua vita.
L'uomo conosce da millenni i vantaggi e le potenzialità del respiro; tutte le tradizioni esoteriche, mistiche o spirituali d'ogni luogo e tempo hanno dedicato specifica attenzione al respiro ed ai suoi effetti sull'uomo, sviluppando molteplici tecniche connesse con i riti precipui. In questo contesto, l'interesse è rivolto principalmente agli effetti spirituali o di "espansione della coscienza" che il respiro assicura.
La conoscenza diretta di alcune di queste tradizioni e delle tecniche connesse, nonché il loro profondo e durevole radicamento nella storia dell'uomo, consentono di confermare la validità dello specifico punto di vista: il respiro è un eccellente strumento per la crescita spirituale e l'espansione della coscienza.
Un altro punto di vista sulla "respirazione" è quello che ci consegna la scienza moderna.
Secondo questa visione, il respiro è un fatto eminentemente fisiologico ed è considerato un riflesso automatico del corpo, finalizzato ad assicurare una funzione vitale.
Senza dubbio, anche questo punto di vista è valido e pienamente condivisibile.
Respiro Consapevole™ considera entrambi i "punti di vista" validi ed affatto in conflitto, e ne propone un'efficace integrazione in una visione olistica dell'uomo, per un suo benessere completo ed armonico d'ordine fisico, emotivo-mentale e spirituale.
La respirazione consapevole consente di migliorare in modo sostanziale il benessere fisico, d'intervenire in modo cosciente su emozioni e pensieri per un'equilibrata integrazione, di aprire la via a spazi d'espansione della coscienza, agendo su ritmo, velocità ed altri parametri dell'atto respiratorio.

IL LIVELLO FISICO:
E' intuitivo che senza respiro non c'è vita; possiamo astenerci dal cibo per 30 giorni, dall'acqua per 3 giorni, ma non possiamo sopravvivere senza respirare per più di 3 minuti. Il rapporto tra il tempo di possibile astinenza (per quanto indicativo), segnala quanto il respiro é importante per la vita.
Dal punto di vista fisiologico e scientifico, in effetti, la respirazione ha molteplici effetti sul nostro

organismo, che si riassumono in due argomenti principali: l'apporto d'ossigeno e l'eliminazione delle tossine.
L'ossigeno è l'elemento essenziale per tutti i processi di "ossidazione" che avvengono nel corpo. Il principale processo di ossidazione è la "respirazione cellulare", con il quale il nostro organismo trasforma proteine, grassi e zuccheri in molecole energetiche ATP, essenziali al fabbisogno energetico delle cellule ed al funzionamento di apparati ed organi.
Come non può esserci combustione d'alcun combustibile in assenza d'ossigeno (il comburente), così non possono esservi trasformazioni biochimiche energetiche in alcun organismo in assenza d'ossigeno. E' evidente l'importanza dell'ossigeno per la vita.
Il ciclo della respirazione assicura anche l'eliminazione delle tossine. Una percentuale prossima al 70% è espulsa dall'organismo per mezzo della respirazione; è evidente l'importanza dell'attività respiratoria per il benessere dell'organismo.
Il pensiero che respirare meglio significhi aumentare l'ossigeno nell'organismo è sostanzialmente errato.
Nelle cellule, nel sangue e nel ciclo della respirazione, esiste un equilibrio naturale di differenti gas, tra cui l'ossigeno; un'alterazione di quest'equilibrio conduce a fenomeni sgraditi come l'acidosi, in carenza d'ossigeno o la spasmofilia (iperventilazione), in eccesso del medesimo.
E' vero, invece, che una respirazione corretta e piena nel rispetto del naturale equilibrio, consente un migliore apporto energetico all'organismo ed un più efficace smaltimento delle tossine. Questo il vero vantaggio del respiro, la chiave per il benessere.
Nel mondo moderno, specie in occidente, le persone respirano molto spesso in modo scorretto ed utilizzando mediamente il 30 - 40% della effettiva capacità respiratoria, con importanti ripercussioni sull'intera persona in termini di limitata evacuazione delle tossine e ridotto apporto energetico. Questo fenomeno è direttamente collegato con il senso d'insoddisfazione, stanchezza e frustrazione, comunemente inteso come "segno dei tempi moderni".
Approfonditi studi medici dimostrano che tecniche di respirazione diaframmatica consentono importanti risultati nel trattamento d'infartuati o di soggetti affetti da ipertensione ed ansia. Altri, indicano come la carenza cronica d'ossigeno (ipossia), conseguente ad una errata respirazione, sia la causa prima dell'indebolimento dell'organismo che diviene premessa per lo sviluppo di malattie, anche gravi come l'infarto o il cancro.
E' possibile rieducare lo schema respiratorio ed i muscoli ad esso preposti, riconducendoli ad una modalità naturale e benefica, con facilità e gentilezza.

IL LIVELLO EMOTIVO E MENTALE:
L'aspetto energetico del respiro non riferisce unicamente al metabolismo cellulare; l'uomo, nel suo insieme, è un meraviglioso fenomeno energetico (vedi "Premessa" in questo manuale). Emozioni, pensieri, sentimenti, sono tutti "forme energetiche".
Il respiro, secondo gli insegnamenti del Pranayama, consente un grande apporto energetico per mezzo del Prana, visto come energia vitale onnipresente nell'Universo; secondo altri punti di vista, si può definirlo energia universale, essenza della vita o Spirito.
Il significato della nostra presenza in questo mondo è legato a ciò che è definito "esperienza", in altre parole l'insieme delle cose che ci troviamo a vivere. Il senso dell'esperienza è offrirci l'opportunità di comprendere CHI siamo e COSA vogliamo essere, attraverso l'analisi e la comprensione del come ci poniamo in relazione ai singoli accadimenti della nostra vita.
Ogni esperienza si trasforma in livelli energetici, progressivamente più elevati, secondo il nostro grado d'accettazione e comprensione; innanzitutto genera un insieme di stimoli sensoriali, di frequenza più bassa, poi per progressiva raffinazione del valore energetico e vibrazionale, evolve in emozione, scelta, sentimento, intuizione, fino alla finale consapevolezza.

In questo percorso di vita, cause esterne come traumi, stress, super-lavoro, forti emozioni, perdite e dolori si ripercuotono incisivamente sullo schema respiratorio, riducendolo e "costringendolo" in modo innaturale.
Si pensi, ad esempio, ad uno spavento conseguente ad una qualsiasi attività quotidiana (in automobile, un bambino che cade in casa ecc.); inconsapevolmente, ma in modo deciso, si entra in apnea, si sospende il respiro.
La sospensione del respiro è un modo istintivo di cercare di resistere a ciò che accade, per rallentare il ritmo della vita, che in quel momento ci consegna un accadimento non gradito. Accadde in modo analogo, quando si é fortemente concentrati o impegnati in uno sforzo particolarmente intenso, per allontanare la sensazione di fatica, sofferenza, dolore, sforzo eccetera, nel tentativo di resistervi.
Situazioni di questo genere si generano a diecine ogni giorno, anche se non ne siamo consapevoli; si può immaginare cosa accade al respiro, quando lo spavento è invece un vero e proprio trauma.
La buona notizia è che si può fare il percorso inverso: agendo in modo consapevole sullo schema respiratorio è possibile, oltre che ripristinare il modo naturale del respiro, anche risolvere i traumi che lo hanno condizionato.
La respirazione diaframmatica, agita in modo consapevole, introduce nell'organismo energia ad alta vibrazione che, per il fenomeno dell'Entrainment (trascinamento), consente di sciogliere i blocchi energetici causati da traumi, paure, dolori e memorie.
L'energia, finalmente liberata, consente un migliore flusso vitale, basato su un generale innalzamento del livello vibrazionale verso le frequenze della gioia e della felicità autentiche.

IL LIVELLO SPIRITUALE:
Occorre riflettere con attenzione su ciò che si è definito "causa esterna".
La visione antropocentrica ed individualistica, affatto olistica, confina l'uomo in una percezione duale del mondo, ove esistono necessariamente "IO" e tutto il resto.
In questo modo di percepire le cose, "ciò che accade" è subìto, come determinato da un destino ineluttabile, esterno e superiore all'uomo stesso.
In questa visione trovano origine le più radicate paure e le più tenaci chiusure dell'uomo! Questo argomento e la sua reale comprensione, sono strettamente connessi con la riscoperta dell'autentico "potere personale" dell'individuo.
L'uomo (microcosmo), in quanto sistema energetico, è in costante contatto con l'esterno (macrocosmo), con il sistema energetico in cui è inserito e di cui è parte.
I polmoni, che siamo abituati a pensare come un organo "interno", in verità, per mezzo della cavità orale e dei bronchi, sono un'ampia superficie di contatto con l'esterno. Nell'uomo adulto, gli alveoli sono circa 300 milioni e sviluppano una superficie totale intorno ai 100 metri quadrati, infinitamente superiore alla superficie della pelle, che non supera i due metri quadrati.
Indiscutibilmente, i polmoni sono per eccellenza il nostro contatto con l'esterno, da cui segue che la principale funzione per mezzo della quale siamo in contatto con il nostro ambiente, è il respiro!
E' curioso osservare come ciò che comunemente si considera "fuori", in verità è "dentro"; il nostro principale punto di contatto con l'esterno è proprio profondamente dentro di noi, ed é intimamente legato con la nostra stessa possibilità di vivere.
Ciò non è sfuggito ai mistici di tutti i tempi, che per questa precisa ragione hanno intensamente studiato il respiro ed i suoi effetti.
Per ciò i Sufi dicono: "chi conosce se stesso conosce Dio, chi conosce Dio conosce se stesso".
L'energia ad alta vibrazione introdotta nell'organismo dal Respiro Consapevole consente un progressivo innalzamento del livello vibrazionale; prima agisce sul piano fisico, poi su quello emotivo e mentale, ed infine a livello di coscienza o spirituale.
Respiro Consapevole™ non si focalizza su visioni, voli astrali, esperienze extracorporee, sebbene

talvolta accadano nelle sessioni di respiro; la finalità è sciogliere, risolvere ed integrare i blocchi, gli schemi energetici e di pensiero limitanti, al fine di ricondurre l'individuo alla chiara ed armonica percezione di sé, a svelare la sua divina umanità.

www.respiroconsapevole.net

Lo psicologo americano Albert Bernstein
ne ha classificati ben 5 tipi

COME PROTEGGERSI DAI VAMPIRI EMOZIONALI?

Si nutrono della vostra energia, per sopravvivere devono succhiarvela via

Vi è mai capitato di incontrare qualcuno e poi sentire un senso di spossatezza, un cambio repentino d'umore, pensieri negativi che assillano? Il mondo si tinge improvvisamente di nero e avete solo una voglia tremenda di buttarvi nel letto e non parlare più con nessuno?Se vi è successo probabilmente vi siete imbattuti in un vampiro emozionale.
Sono vampiri a tutti gli effetti, ma non vi azzannano il collo per nutrirsi del vostro sangue: si nutrono della vostra energia, per sopravvivere devono succhiarvela via.
I vampiri sono ovunque, in ufficio, nei centri commerciali, in palestra, in casa. Possono essere chiunque, il collega di lavoro, il capo, un amico, la moglie, il marito, la fidanzata.
I vampiri emozionali vedono il mondo in modo differente dagli altri.
La loro percezione è distorta e sono alla caccia di obbiettivi immaturi ed irraggiungibili. Vogliono la completa attenzione da parte degli altri, chiedono amore incondizionato senza dare niente in cambio e hanno sempre bisogno di qualcuno che tolga loro "le castagne dal fuoco".

Lo psicologo americano Albert Bernstein ne ha classificati ben 5 tipi: il vampiro anti-sociale, quello istrionico, il narcisista, l'ossessivo compulsivo, il paranoide. Fortunatamente ci dice anche come affrontarli prima che ci abbiano succhiato via una buona dose di energia psichica.

Sappiamo che intorno al nostro corpo abbiamo un "alone" energetico, chiamato Aura. L'aura cambia a secondo dei sentimenti che proviamo in quel momento, non sono sempre uguali, perché in ogni momento le nostre emozioni sono diverse...Le persone si avvicinano a noi in base alla nostra

Energia: se siamo insicuri, troveremo persone insicure, se siamo tristi troveremo intorno a noi persone tristi. Se abbiamo certe paure, attrarremo persone che hanno le nostre paure...E' dura ammetterlo, ma è proprio così. Dipende quindi da noi, qualsiasi cosa dipende da noi...quindi se pensiamo di essere stupidi, troveremo delle persone che ci diranno che siamo Stupidi...capito come funziona? Quindi mettiamoci bene in mente che abbiamo bisogno di educare il nostro pensiero, in modo positivo...senza forzatura alcuna...il cambiamento deve essere lento e progressivo...ma costante.
Questa è la premessa.
Esiste però un risvolto di tutto questo e cioè quando le persone si "attaccano" a noi, trovandoci persone dinamiche, piene di vita, coraggiose, forti...ecc. Sono persone che chiedono continuamente la vostra presenza, persone che vi telefonano in continuazione, che stanno ai calcagni senza lasciarvi respirare...che s'interessano a voi anche quando non è richiesto...ecco questi che sembrano persone adulatrici...sono in realtà anch'essi <Vampiri Energetici>. Persone che di per sé hanno poca energia e vivono "succhiandola" ad altri. I sintomi sono sempre gli stessi...quando vi allontanate sentite che siete molto stanchi, privi di vitalità...magari avete bisogno di dormire (per ricaricare le batterie), di andare nel verde, di mangiare degli alimenti dolci...
Sono consapevoli? Alcuni sì. Quelli che vi dicono: "Come sto bene con te" ... "Ho bisogno di vederti" oppure "dopo che ho parlato con te mi sento meglio"... e cose simili...ecco a queste persone state attenti. Se potete, allontanateli, se non potete Proteggetevi.

Come?

- Portate sempre del sale nella borsa e nelle tasche.
- Non fate entrare in casa queste persone, se proprio non potete esimervi, purificate casa dopo che sono andate via e quando sono lì accendete una candela bianca, con inciso un cerchio,
- Incrociate le dita, senza dare nell'occhio, o incrociate gambe e braccia, quando parlate con loro, non sarà molto educato, ma è molto efficace
- Non fatevi toccare. Mettete una distanza di sicurezza tra voi e loro...ognuno ha il suo spazio vitale....

- Non guardateli negli occhi, ma alla radice del naso, tra le due sopracciglia...
- Fate una doccia dopo averli incontrati, con sale, rosmarino e salvia.
- Se vi sentite infastiditi, parlate chiaro, meglio un "amico" in meno che un "parassita" in più.

Attenzione quindi, i Vampiri Energetici prendono energia da voi e la utilizzano per loro, lasciandovi a secco. Ognuno ha il diritto di pensare a se stesso, come meglio crede, ma non ha il diritto di ledere gli altri. Per questo motivo, Difendetevi.
Amore e odio, passione e ossessione, la vita di coppia spesso vive in bilico tra queste emozioni opposte. Mentre alcune relazioni sono positive e costruttive, altre assomigliano più ad un conflitto continuo che ci succhia energia e serenità.
Come sfuggire ai vampiri dei sentimenti?
Impariamo innanzitutto a conoscerli. I vampiri emozionali sembrano godere della sofferenza del proprio partner, che sottopongono a continue piccole torture psicologiche. Il loro unico obiettivo è farti sentire inadatta e indesiderabile. Basta una piccola frase del tipo 'hai messo qualche chilo?', 'oggi hai proprio una brutta cera', 'sei troppo sensibile', piccole critiche che ci mettono di cattivo umore.
Vediamo allora quali sono i principali tipi di vampiri emozionali:

1 - IL NARCISISTA

Il suo motto è 'prima arrivo io', tutto gira intorno a lui. A queste persone di certo non manca l'autostima, credono che solo quello che succede a loro ha importanza. Sono pericolosi perché non sono capaci di provare empatia. Dal narcisista non otterrete mai amore incondizionato, sono loro al centro della scena, voi siete delle comparse e se non fate a modo loro, diventano punitivi e vendicativi.

- Come difendersi?

Se proprio vuoi avere una relazione con una persona di questo tipo devi essere disincantato, non aspettarti troppo dal tuo partner, cerca di mantenere un certo distacco e di non diventare troppo dipendente da lui.

2 - LA VITTIMA

Questi vampiri tendono a domare la preda con la tecnica del 'povero me'. Il mondo è tutto contro di loro e da chi gli sta attorno chiedono comprensione e totale immedesimazione con i loro problemi e dolori esistenziali. Il vostro benessere e la vostra felicità vengono annullati dal loro costante pessimismo.

- Come difendersi?

Poni dei paletti fermi, anche se con gentilezza. Deve capire che non è al centro del mondo e che tutti abbiamo dei problemi. Non farti contagiare e proteggi la tua serenità.

3 - IL CONTROLLORE

Sono ossessionati dal bisogno di avere tutto sotto controllo e hanno un'opinione su tutto. Esercitano il loro dominio annullando le tue emozioni e non prendendo in considerazione le tue esigenze. Tu non hai diritto di parola, sono loro a sapere di cosa hai veramente bisogno.

- Come difendersi?

Purtroppo non vale la pena provare a imporsi, meglio dargli ragione e non cercare di dirgli cosa devono fare. Cerca di avere fiducia e di imporre le tue idee con gradualità senza fare la vittima.

4 - IL LOGORROICO

Non sono interessati ai tuoi sentimenti, sono concentrati solo su se stessi e su quello che devono dire, non percepiscono i segnali non verbali ed è difficile arginare il loro fiume di parole. Il logorroico parla più per sé che per gli altri, si compiace di sé e non è per nulla disposto al dialogo.

- Come difendersi?

L'unico modo per difendersi è quello di cercare di interrompere la loro verbosità. Concedetegli alcuni minuti di ascolto e poi, per quanto difficile sia, inventate una scusa per defilarvi oppure ditegli chiaramente che vi sta facendo impazzire con tutti i suoi discorsi.

5 - L'ATTORE DRAMMATICO

Queste persone hanno un talento per esagerare ogni piccolo problema o incidente. Un piccolo raffreddore diventa una questione di vita o di morte, un conflitto al lavoro si trasforma in un dramma, una piccola critica in un attacco personale.

Come difendersi?

Non farti contagiare dalla sua ansia, cerca di mantenere la calma e di riportare ogni cosa nel suo giusto ordine di importanza. Fai un respiro profondo e cerca di essere gentile, ma fermo. Fagli capire che i suoi drammi sono in realtà solo piccoli problemi che ogni persona affronta ogni giorno.

Non hanno i denti aguzzi, non vivono in Transilvania e non succhiano il sangue, eppure conviene starne alla larga. Sono persone dall'aspetto spesso innocuo ma che rappresentano un potenziale pericolo per chiunque venga in contatto con loro.

Si tratta di un predatore di emozioni che utilizza un innumerevole repertorio di espedienti per poter rubare la nostra energia.

I vampiri emozionali non sono sempre consapevoli del loro ruolo e spesso non sono nemmeno persone cattive. Siamo di fronte a persone che invadono la nostra libertà senza porsi alcun limite e che sono convinte che tutto il resto dell'umanità sia stata creata per soddisfare i loro bisogni.

Sembra una persona normale ma, lentamente, dopo essersi conquistata la vostra simpatia, inizierà a succhiare tutte le vostre energie emozionali.

Come si riconoscono

I vampiri energetici amano nascondere le loro battute offensive in un atteggiamento di falsa cordialità e amicizia.

Criticano il comportamento degli altri e sono pronti a sfruttare le ingenuità degli altri per poterne trarre un vantaggio personale.

Il vampiro non rispetta nessuna regola e vede le relazioni interpersonali come qualcosa da poter sfruttare a proprio vantaggio.

Di solito ha un atteggiamento amichevole che nasconde il suo vero intento che è quello di servirsi degli altri per ottenere dei benefici senza dare nulla in cambio.

La sua strategia è quella di dare alle sue vittime l'illusione della sua disponibilità che non si concretizzerà mai.

In altre parole siamo di fronte ad un personaggio che cerca di manipolare gli altri approfittando della loro disponibilità.

Un'altra strategia che viene adottata dal vampiro è quella del ricatto emotivo che sfrutta facendo sorgere in noi dei forti sensi di colpa che lo aiuteranno a manipolarci con maggior facilità.

Un altra tattica è quella del vittimismo emotivo che mettono in atto impersonando il ruolo della vittima.

Quali sono i sintomi

Se siete caduti nelle mani di un vampiro energetico vi accorgerete immediatamente che la sua presenza vi metterà di cattivo umore, se il legame che si crea tra voi è di dipendenza, però, potrebbe avvenire l'esatto contrario (provocando in voi malumore, quasi un bisogno morboso e malsano)... vi toglierà comunque energia, lasciandovi stanchi e demotivati.

Malgrado il suo atteggiamento amichevole avrete la sensazione che questa persona non vi rispetti e la sua presenza vi darà fastidio e imbarazzo.

Il vampiro potrebbe anche provocarvi dei forti mal di testa, stanchezza eccessiva, sensi di colpa e insicurezza; proverà sicuramente a farvi isolare da amici e familiari così che avrete solo lui come unico referente ed allora sarà difficile sfuggirgli o separarsi da lui.

Come difenderci

Stabilite subito quali sono i limiti e non permettete mai al vampiro di varcarli.

Ogni volta che il vampiro cerca di oltrepassare il limite voi ristabilite le distanze.

Curate la vostra autostima perchè il vampiro cercherà in tutti i modi di non rispettarvi.

Ogni tanto lodateli con dei complimenti di cui sono molto golosi.

Se li saziate con i complimenti non sentiranno il bisogno di nutrirsi della vostra energia... ma non esagerate per evitare che scoprano la vostra arma, potrebbero approfittare anche di quello cambiando così le carte in tavola.

Sarebbe anche opportuno rifiutare la loro disponibilità e il loro aiuto per evitare che possano utilizzarlo per farvi sentire in debito.

Ricordate sempre che per un vampiro la menzogna è una cosa normale e pertanto non ascoltate mai le loro promesse ma guardate ai fatti concreti.

Non cercate mai di aiutarli, di comprenderli o, peggio, di diventare il loro confessore altrimenti vi succhieranno fino all'ultima goccia di energia.

Oltre a questi accorgimenti bisogna anche ristabilire l'equilibrio a livello energetico agendo sulla nostra interiorità.

Per questo motivo è importante, quando ci si trova di fronte ad un vampiro, cercare di visualizzare un guscio ovoidale che avvolge il nostro corpo e che ci proteggerà.

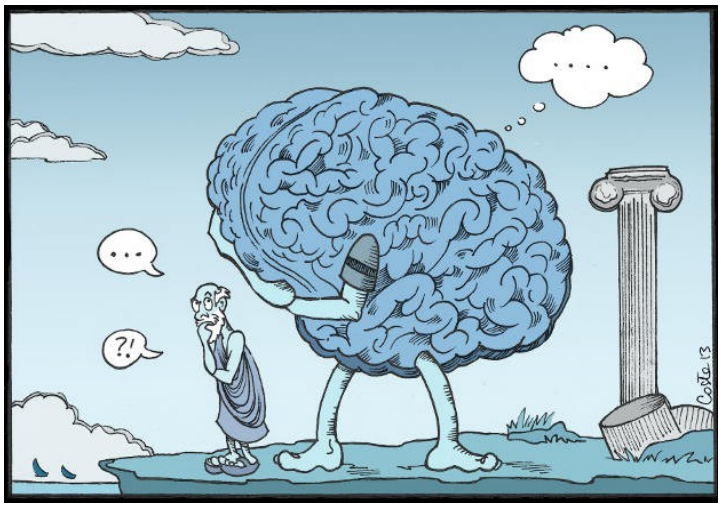
Se dopo il contatto con il vampiro emozionale ci sentiremo scarichi di energia e stanchi allora è opportuno provvedere a ricaricarci velocemente (fare meditazione è un ottimo mezzo per ristabilire la vostra carica interiore).

Fonte: http://quantoequantaltro.blogspot.it

Le tensioni emozionali

LA TRAPPOLA DEL SAPERE MENTALE

Il varco delle emozioni



Costanza Prinetti

Molte trappole ed insidie sono deliberatamente poste sul Cammino di un Viaggiatore. Il senso e lo scopo di questi inconvenienti non ha niente di personale; è semplicemente il modo più energeticamente funzionale di mettere alla prova il suo Intento, forgiarlo, aumentare la sua intensità e la sua quantità, attraverso la delimitazione e la focalizzazione.
Per astratto, queste trappole e queste insidie hanno lo scopo di fare uscire un Viaggiatore più forte di prima, in relazione alla sua Aspirazione Fondamentale; ma nella concretezza della Vita quotidiana, molti aspiranti cadono in queste trappole e queste insidie, avvitandosi per mesi, a volte per anni interi, in percorsi senza uscita e senza senso dai quali non riescono più ad uscire; e tutto questo, per un semplice motivo: non sono stati affilati e fusi in Essere quegli strumenti fondamentali che un Viaggiatore deve creare in sè stesso come compito numero zero nel suo Cammino.
Conosco molte di queste trappole e di queste insidie. Le conosco bene, perchè ci sono caduto dentro, e se non mantengo alta la mia vigilanza, con estrema facilità piombano di nuovo su di me. Ne conosco la sottile pericolosità, la enorme fatica della riemersione, e quell'infinità di tempo che mi è stato necessario per uscirne. Un tempo che avrei facilmente risparmiato e utilizzato in modo migliore, se avessi fuso in Essere fin dal principio ciò che mi era stato insegnato nel momento in cui mi era stato insegnato.
Ma non era quello il mio destino.
Una di queste trappole è sottile ma letale. Non c'è un solo Viaggiatore che non ne venga irretito, ed è proprio in questo che sta la sua grande efficacia: è un modo assai funzionale di scremare i Viaggiatori più motivati e più focalizzati dal resto dei presunti aspiranti. Se un Viaggiatore la conosce, è in grado in una qualche misura di vederla in sè stesso quando si attiva, e quindi cercare di evitarla nei limiti della sua Energia disponibile. Se un Viaggiatore ha la grandissima opportunità di avere una Guida in carne ed ossa, spesso è la Guida stessa che gliela mostra. Tuttavia, vedere questa trappola non basta: il Lavoro Interiore di disinnesco è come sempre una grande sfida personale. E non è assicurato e scontato che da questa sfida se ne esca vincitori. Per niente.

Si tratta dell'insidia del sapere che resta soltanto nella mente. Della costante, metodica e infinita ricerca di una nuova conoscenza, di una nuova teoria, di una nuova Disciplina, di un nuovo insegnamento, di qualche altro libro, di un altro seminario, di un altro gruppo, di un altro «maestro». Quello che già si conosce, non basta. Quello che già si fa, se si fa, è un peso opprimente da cui liberarsi il prima possibile per correre a sapere qualcos'altro.
Si tratta del riempire di sapere scaffali e mensole e la propria Mente di Superficie finchè c'è spazio, e poi ancora un pò. Senza accompagnare in alcun modo nessun sapere, nessun sapere, verso l'Essere, ovvero senza mantenere nel tempo e nello spazio una Azione Conforme al sapere, ovvero senza passare dai magli acuminati e meravigliosi della «bella fatica», ovvero della Disciplina.
Questa è un'epoca meravigliosa, certo. Straordinaria. Notevoli quantità di sapere esoterico si sono liberate per le masse. Pensate soltanto all'epoca dei nostri genitori, quindi non molti anni fa, e al sapere esoterico che era loro eventualmente disponibile; e poi, mettetelo in relazione a quello che ci è disponibile oggi. Il rapporto è enormemente favorevole nei nostri confronti: ma questa è una opportunità imperdibile e una Responsabilità Totale, non un simpatico e scontato evento fortunato. L'Infinito non libera sapere nel mondo perchè ha tirato due dadi ed è uscito il dodici; e inoltre, non esiste nessuna assicurazione spazio-temporale che questa disponibilità perduri così come la viviamo nello stato attuale. Esiste una ragione Superiore per cui tutto questo sta avvenendo, che ha uno scopo preciso e una durata precisa. E allora sarà bene per noi capitalizzare al massimo possibile questa meravigliosa opportunità, fino a quando essa sarà presente ed accessibile.
Ma come possiamo capitalizzare al massimo questa meravigliosa ed irripetibile opportunità che stiamo vivendo? La questione è di fondamentale importanza. Ed è assai intimamente correlata con l'insidia del sapere che resta mentale, una trappola che scatta inesorabile e rende praticamente inutile tutta l'enorme quantità di sapere che pure resta accessibile alle masse.

Un Viaggiatore supera la trappola del sapere mentale solo e soltanto nel momento in cui sceglie un Sistema, ovvero un Metodo, una Struttura ed una serie di Discipline fusi in un insieme organico e coeso, e attraverso di esso agisce nel mondo in modo conforme e persistente. Un Sistema che gli sia Guida verso la costruzione della sua Anima, che è, e rimane, la sua Aspirazione Personale Fondamentale. Non esistono eccezioni a questa regola.
Per un Viaggiatore, la scelta di un Sistema equivale alla scelta di una mappa e di una bussola. Possiamo salire verso la vetta dal lato Nord, o dal lato Est, non importa. Quello che è di fondamentale importanza è smettere di baloccarsi di sapere mentale, smettere di baloccarsi di leggere le mappe o i libri, di consultare cento volte cento mappe differenti senza fare nemmeno un

passo; smettere di confondere una mappa con la Via, e iniziare a camminare davvero, con la mappa e la bussola che abbiamo scelto.
Fin tanto che un Viaggiatore non arriva a questa scelta intensa e definitiva, rimane nel sapere mentale. E per conseguenza, rimbalza e rimbalzerà continuamente in una giostra letale. Continuerà costantemente a comprare libri, frequentare seminari di cento persone e cento cose diverse, cambiare un corso dopo l'altro, mischiare tutto e ogni cosa, senza compiere quel solo ed unico passo che davvero gli serve da compiere, un passo che ha una importanza straordinaria e non è eludibile: scegliere finalmente la sua mappa e la sua bussola, ovvero scegliere il suo Sistema di riferimento, e poi iniziare a camminare, ovvero agire in modo persistente e conforme al Sistema che ha scelto, concepito per portarlo sempre più vicino alla sua Aspirazione. Ma non solo dieci minuti, o dieci giorni, o finchè c'è il Sole. E' una sfida che dura una Vita intera. Una Vita intera. Così sgombriamo il campo dagli equivoci.
Ho letto un libro. Leggo di una Disciplina giornaliera da praticare. Bella, sì, la conosco. Mi sarà utilissima. Domani comincio. Domani arriva e non comincio. Prendo in mano un altro libro. Leggo di una Disciplina da praticare. Bella, sì. Presto la comincio. Non la comincio. Daccapo.
Ho frequentato un seminario. Mi hanno trasmesso delle Discipline da praticare. Eh, ma io già le conosco e le pratico (…?…). Sì, sì, comunque domani comincio. Domani arriva e non comincio. Oh, ogni volta che frequento un seminario l'effetto dura tre giorni, e poi ritorno nel solito casino… Ma con il prossimo che frequenterò sabato sarà tutto diverso! Daccapo.
Bisogna praticare questa Disciplina qui. E' importante. Sento che è importante. Ma io la pratico? … Eh, certo, la Disciplina della Meditazione è fondamentale! Sì, sì, va praticata. Ma io la pratico? … Daccapo.
Oh, è da qualche giorno che pratico questo esercizio. Sì, ma non vedo niente, non succede niente… ma, forse non è adatto a me, non so… proviamo quest'altro! Daccapo.
La Quintessenza di un sapere si distilla soltanto attraverso il Fuoco lento e costante di una Disciplina. Si tratta di mesi, anni, di pratica costante e silenziosa, da cui scaturisce e si distilla infine una sostanza sottile, potente, Vivente. E' questa Quintessenza che cerca un Viaggiatore, in ogni sua Disciplina: il suo premio, la sua firma, la sua garanzia, e la sua imperitura conquista.
La Quintessenza di un sapere non si distilla leggendo libri. La Quintessenza di un sapere viene dall'Azione Conforme; ha il sapore di lunghi giorni, del Silenzio, e della pratica incessante; ha il sapore della dedizione, della determinazione, delle silenziose vittorie, e delle innumerevoli assurde cadute dalle quali una volta ancora ci si alza per continuare, una volta ancora, una volta ancora.
La Quintessenza di un sapere è Azione Conforme. E' praticare, e non si vede niente. E' praticare, e non si sente niente. E' praticare, e la mente vuole andarsene, in un altro sapere ancora, di nuovo daccapo, di nuovo da zero, a reinnescare un altro giro della giostra letale.
La trappola del sapere mentale è sottile, mimetizzata ai limiti dell'invisibilità, e pericolosissima.
Non uno tra noi è immune ai suoi tentacoli.

Siate vigili.

TENSIONI EMOZIONALI

La nostra interazione con le correnti emozionali dentro di noi è uno degli aspetti del nostro Lavoro Interiore più difficili da affrontare, nella linea che coinvolge la riemersione del nostro Essere Interiore Reale. Nessuno di noi può attendersi che la personalità automatica ceda serenamente lo scettro del comando senza opporre resistenza: e questo fatto energetico, presto o tardi, lo realizzano tutti i ricercatori interiori onesti e persistenti.
Noia, depressione, rabbia generica senza nome, tristezza immotivata, strana apatia. Quale ne è il

motivo? Nessuno. Non c'è nessun motivo. Perchè esistono in noi, allora, se a volte basta persino una semplice domanda come questa a smascherarne la fondamentale irrealtà motivazionale?
Le cause sono molteplici, e sono strettamente correlate al nostro Lavoro Interiore. E' questo nostro lavoro che le sta portando in superficie, le sta rendendo consapevoli, visibili, manifeste. Esse non sorgono dal nulla. Sono dentro di noi chissà da quanto tempo, ed ora risaltano, come conseguenza della nostra azione di portare Luce nelle ombre meccaniche dei nostri spazi interiori.
Al livello più superficiale, le tensioni emozionali di basso profilo energetico che sentiamo dentro di noi sono una esatta misura della distanza che esiste ad ogni istante tra la personalità automatica e l'Essere Interiore Reale, cioè la nostra Anima. Più siamo distanti da ciò che siamo davvero, e quindi dalla nostra missione da compiere su questa Terra meravigliosa, più questa tensione ce lo mostra in modo sofferente e cristallino, l'unico modo in grado di scuotere il nostro apatico torpore in maniera non arginabile. Questa tensione emozionale accompagna ogni essere umano del pianeta Terra che non abbia intrapreso un reale e responsabile percorso di comprensione di sè stesso, perchè ne rappresenta immagine della sua divisione interiore. Non so chi sono, dunque faccio cose casuali, queste cose non possono rendermi felice perchè non sto facendo quello per cui sono qui, il risultato è dukkha: insoddisfazione, una nostalgia senza nome, una serie di domande che temo di pormi e verso le quali sfuggo ogni possibile risposta.

Se un essere umano arriva a realizzare che deve cambiare qualcosa dentro di sè affinchè qualcosa cambi davvero, giunge alla soglia della sua decisione fondamentale: intraprendere il Lavoro Interiore, ed assumersi la responsabilità totale di questo Lavoro. Un Lavoro che lo porti a sanare la sua divisione, e a far riemergere l'Essere Interiore Reale in lui a piena Vita ed espressione.
Questa decisione, e le azioni che ne derivano, amplificano ulteriormente l'intero schema, perchè le tensioni emozionali ora sono osservate, cioè illuminate dalla Luce della Consapevolezza, laddove prima erano semplicemente aderite. E così, se ad esempio prima ci sentivamo vagamente in tensione, potrebbe accadere di percepirci carichi di una rabbia e di un odio che quasi fatichiamo a contenere. Pensiamo "E che, adesso mi sento peggio di prima??! ". Ciò è conseguenza normale dell'osservazione consapevole: non è che prima questa emozione non ci fosse, anzi, la sua intensità è proprio quella che ora ci sembra inarginabile. L'unica differenza è che prima aderivamo quiescienti come burattini sonnambuli, mentre ora stiamo erigendo i Bastioni dell'Anima: e questo evento produce resistenza, attrito, ma anche Luce e comprensioni maggiori.
Questa è la parte più difficile del Lavoro Interiore nella linea che coinvolge la riemersione dell'Essere Interiore Reale: le correnti emozionali devono essere gestite in questo punto in un modo preciso: attraverso il Silenzio Interiore, cioè attraverso la percezione della emozione nell'istante presente mescolata alla percezione di un sentire profondo dentro di noi che esiste e resiste in stato di distacco dalla percezione. Cioè a dire, c'è l'emozione, la tensione, ci sono le percezioni dell'istante

presente, e c'è un sentire profondo in me che percepisce ed elabora questo flusso di informazioni senza scivolare nel sonno dell'automatico seguire.
Questo stato non è lo stato ordinario di percezione, perchè nello stato ordinario di percezione manca l'ingrediente fondamentale: il sentire interiore profondo che percepisce ed elabora ciò che sta accadendo nell'istante in cui accade. Nello stato ordinario di percezione, esistono solo le percezioni, in uno stato offuscato e annebbiato dai meccanismi automatici di parole inutili e tempo inesistente che è ciò che io chiamo Mente di Superficie. Cercate di elaborare queste mie parole, nel contesto della vostra Vita quotidiana: lo stato di percezione ordinario che chiamiamo veglia non possiede mai la profondità di un sentire interiore che si sforza di emergere attraverso le percezioni dell'istante presente. Questo sforzo di profondità è la Presenza. Questo sforzo di profondità è Anima in progredire. Guardate la vostra Vita, mettete in azione ciò che sapete, e lo vedrete al di là di ogni parola e di ogni spiegazione bidimensionale si possa mai fornire.
Questa è una delle possibili interazioni con le forti correnti emozionali che ci scuotono e ci intrappolano: questo è il modo preciso che ho inteso indicare nel passaggio precedente. Questo modo preciso è energeticamente funzionale alla riemersione del nostro Essere Interiore Reale, ed ora potete ben comprendere perchè questo lavoro non sia, nè potrà mai essere, un cafetano che svolazza dietro pindarici autocondizionamenti mentali. Senza Energia non arriviamo da nessuna parte, nemmeno all'ingresso del portone. Senza Intento, nel particolare senza Intento di osservazione distaccata, la nostra Energia alimenterà ulteriormente queste correnti emozionali quando esse verranno a reclamare il tributo del loro esistere, e ci impastoieremo sempre più in qualcosa che ci corrode a puntate, come l'Aquila di Prometeo. Senza Intento ed Energia, la Presenza è impossibile.
E' facile? Solo chi parla per sentito dire può dirvi che lo sia. E' subito? Possono volerci anni, a volte persino decenni di costante, indomita, incessante pratica, prima di arrivare a bagliori di oggettiva realizzazione tali da innescare il cedimento delle catene. Tutto è legato a quanto saldo sia il nostro Intento di essere liberi. Tutto è legato a quanto radicata sia la nostra Aspirazione a liberare l'Anima in noi, affinchè sia manifestato il suo Sogno Personale. Tutto è legato, alla fine, a quanto stufi siamo di vivere nella sofferenza, in ciò che non siamo, o in una sorda e corrosiva tensione di fondo che sembra non andarsene mai.
Per questo le parole sono in larga misura inutili. Nessuna parola ha mai creato Anima: solo l'Azione è il Fuoco della Sua forgia.
Ho visto magnifici guerrieri interiori in potenza cadere sconfitti da questa sfida, arresi al fantasma del tempo, alla logica, agli esseri umani sonnambuli intorno a loro che li fiaccavano costantemente come mosche d'estate. Sconfitti da un pensiero che diventava emozione, da un alibi che mascherava la paura. Non sottovalutate mai il cammino, per nessuna ragione.
Siate accorti.

VARCO DELLE EMOZIONI

Il Primo Varco delle Emozioni

Il Viaggiatore deve essere preparato a questo impatto. Perchè non c'è modo di evitarlo. Non può essere schivato, o rimandato nella speranza di rimuoverlo, o saltato nell'illusione di un controllo che non controlla nulla.
Noi dobbiamo attraversare le nostre emozioni. Non ci sono eccezioni a questa regola.
Che cosa significa attraversare le nostre emozioni? Per prima cosa si tratta di smettere di rimuoverle dalla nostra Coscienza come se non esistessero, o fossero materia insignificante. Questo è ciò che l'essere umano comune, ovvero il risultato incosciente delle possibilità umane, effettua per rimuovere a sè stesso la sofferenza in cui si dibatte. Questa sofferenza origina dal suo progressivo e

continuo separarsi da ciò che realmente è, e le emozioni sono un indicatore infallibile di questa regressione; così, l'essere umano comune rimuove a sè stesso le sue emozioni per non scontrarsi con la sua sofferenza.

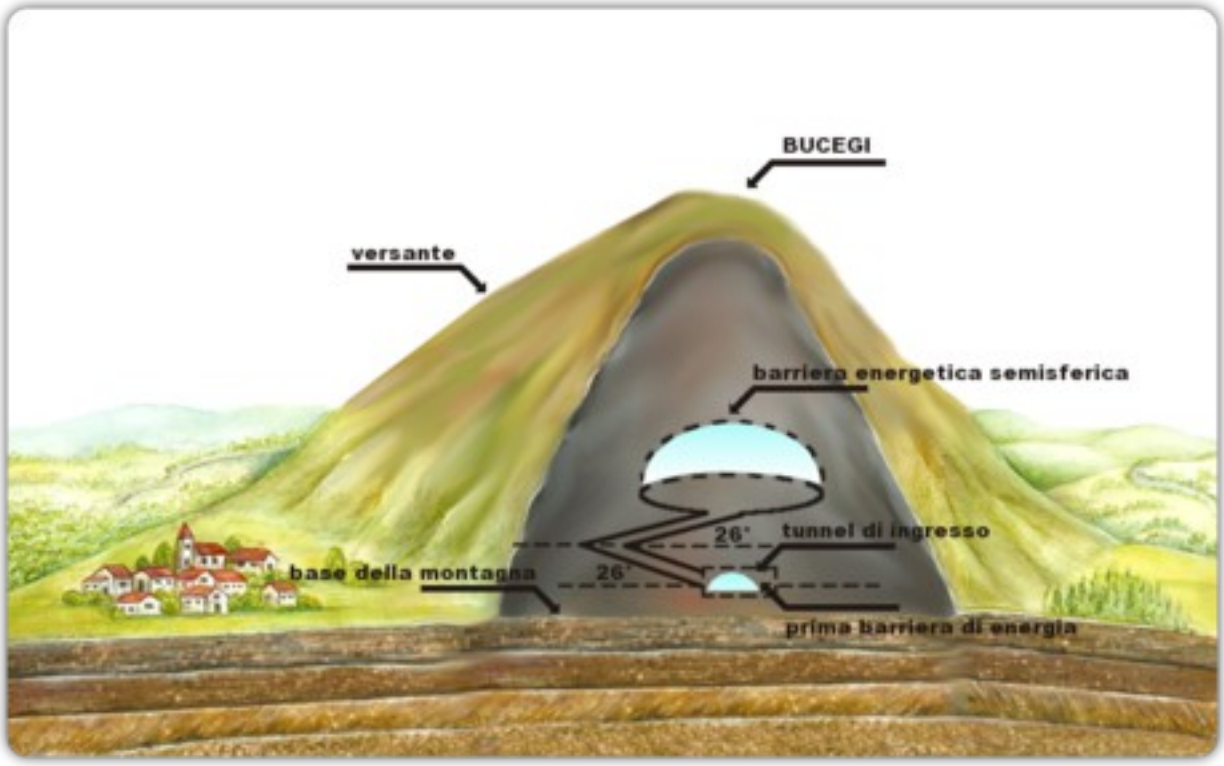
Un Viaggiatore sulla Via della Crescita Personale, tra le sue Linee di Lavoro Interiore, incede sul sentiero che porta alla Presenza. Questo Lavoro Interiore di Presenza ha differenti scopi; uno di essi è quello di sgretolare progressivamente il muro di mentale che viene eretto per separare noi dalle nostre emozioni. Quando lo sgretolamento arriva ad una soglia sufficiente, le emozioni cominciano ad irrompere furiose nel nostro Campo di Consapevolezza. Come acqua che si libera da una furiosa pressione.
Questa soglia è il Primo Varco delle Emozioni; il luogo interiore in cui ci sentiamo dibattuti, confusi, incapaci di controllare le correnti emozionali che ci invadono. Questo è naturale, perchè è proprio la nostra Presenza che ha sgretolato le mura divisorie interiori che avevamo eretto; ma questo è un luogo interiore che deve essere conosciuto preventivamente dai Viaggiatori, perchè altrimenti, giunti al Primo Varco delle Emozioni, essi si ritireranno saggiamente dietro la costruzione di un nuovo muro di mente che li protegga nuovamente da questa furia che non può essere controllata.
La nostra Presenza ci sta portando al Primo Varco delle Emozioni. Questa è una tappa ineludibile del Cammino di Crescita Personale, che dobbiamo conoscere, e a cui dobbiamo prepararci.
Perchè fuggiamo dalle nostre emozioni? Perchè sono incontrollabili. Questo è il motivo principale della nostra fuga. Le emozioni ci spaventano perchè la mente non può nulla contro di esse. E' per questa ragione che sono state erette fortissime mura poligonali di mentale intorno alle nostre emozioni. La Personalità Automatica le ha erette per proteggere se stessa da qualcosa che non può controllare: una protezione che origina dai traumi che abbiamo subito quando queste emozioni, nella nostra infanzia e adolescenza, venivano invece espresse senza problemi e senza inibizioni.
Quando arriviamo al Primo Varco delle Emozioni, cominciano a liberarsi in noi delle correnti di Energia che riconosciamo benissimo, senza dubbio molto meglio di prima; perchè la nostra
Presenza ha indebolito e sgretolato le mura di mente, e perchè siamo senza dubbio svegli abbastanza per non ingannarci più dietro qualche parola o qualche ragionamento. Sentiamo rabbia, o emozioni di violenza e distruzione. O forse sentiamo un disagio che non ci abbandona, una tensione che le nostre tossicodipendenze non riescono più a sedare. Oppure ci sentiamo fuori posto, spesso indegni, disadattati, incompresi. O molto tristi, depressi al limite dell'abbandono incurante. Tutte emozioni che erano già dentro di noi, ma che non avevano avuto spazio per esprimersi sino ad ora, soffocate come erano dalle apparenze illusorie di protezione che la Personalità Automatica ha eretto per interfacciarsi con il mondo.
Quando arriviamo al Primo Varco delle Emozioni, dobbiamo entrare e attraversare in tutta la sua

estensione il campo interiore delle nostre emozioni che si apre davanti a noi. Dobbiamo riconnetterci a questa enorme Energia imbrigliata. Dobbiamo arrivare ad ascoltare il messaggio latente che si cela dietro le nostre emozioni, perchè quel messaggio arriva dalla nostra Anima e dalla nostra Essenza. Un messaggio che è stato rifiutato, o incompreso, o corrotto, o non considerato, e per questo è divenuto emozione. Un messaggio che siamo noi, quella parte di noi che è più reale, più vera, più vicina all'Anima, più vicina allo Spirito, più vicina all'Infinito di cui siamo Emanazione. Come resistere in questo campo interiore di emozioni di rabbia, ira, rifiuto, incomprensione, dubbio, disagio? Come accedere a questo messaggio latente che sempre le emozioni portano appena più nel profondo? Chi dice che è facile è un pazzo. Chi non parla di questo campo interiore di emozioni tumultuose sta dormendo. Chi crede che questo campo interiore non esista o non debba essere attraversato, ha ancora molta strada da fare. Esiste solo un modo per attraversare il Primo Varco delle Emozioni. Una capacità interiore che stiamo alimentando costantemente nel nostro Cammino, ogni giorno tutti i giorni da tempo, perchè questo addestramento, questa Disciplina, questa capacità, è esattamente lo strumento che ci occorre per fronteggiare le nostre emozioni e finalmente accoglierle nella loro interezza e nel loro meraviglioso messaggio celato.
Il Primo Varco delle Emozioni si attraversa in implacabile Presenza.
Io e le mie emozioni. Io osservo le mie emozioni invadere e attraversare il Campo di Energia che Io Sono. Non divento le mie emozioni, ma le osservo in me. Se io posso osservarle, io non sono le mie emozioni. Se io posso osservarle, posso scendere ancora più in profondità dietro il loro esistere, che io permetto ed accolgo. Io e le mie emozioni. Due poli distinti della mia osservazione. Due elementi fondamentali, il percettore ed il percepito, che sono disgiunti, eppure lavorano nello stesso Campo di Energia. Se osservare aspetti in cui non siamo coinvolti emotivamente è già una impresa, figuriamoci che cosa può voler dire sforzarsi di essere coscienti di fronte alle proprie emozioni. Vorremmo fuggire in qualsiasi modo purchè sia; vorremmo andarcene, o addormentarci in qualche tossicodipendenza che abbiamo usato finora per mantenerci sonnambuli. Tutto, tranne che restare presenti di fronte a questo tumulto incontrollabile, rabbioso, o forse depressivo, o forse immensamente triste, o forse abbandonato noncurante, neghittoso a tutto e ad ogni cosa.
Eppure, le nostre emozioni sono una nostra componente meravigliosa, che noi, Viaggiatori sulla Via della Crescita Personale, abbiamo il dovere di recuperare a noi stessi. Ma per recuperare questa nostra componente, per ritornare a noi stessi sempre più potenti e sempre più integri, non possiamo fuggire, perchè la fuga non ci permetterà mai di recuperare questo tesoro. Dobbiamo attraversare tutto ciò che abbiamo bloccato quando ci siamo separati involontariamente dalle nostre più intime profondità. Dobbiamo recuperare tutta questa Energia imbrigliata, perchè se questa Energia resta bloccata in questo luogo interiore, non possiamo utilizzarla; e se non possiamo utilizzarla, è inutile. Diventa cibo per chi ha accesso a questo serbatoio per propri fini personali.
Noi dobbiamo attraversare in Presenza le nostre emozioni. Dobbiamo attraversare il campo interiore delle nostre emozioni soffocate, originate dalla nostra regressione da ciò che siamo davvero, sforzandoci di restare coscienti di noi stessi di fronte a queste emozioni. Il nostro Cammino ci sta portando, e forse ci sta già facendo accedere, proprio qui. Proprio nel Primo Varco delle Emozioni.
Attenzione ai cafetani che mantrano che va tutto bene. Quando si entra qui, nessun controllo di mente ha potere. O siamo presenti, o fuggiamo nel sonno. O riusciamo a liberare le nostre emozioni, o esse ci dominano, e ci domineranno segrete in tutti i giorni della nostra Vita.
Noi dobbiamo attraversare le nostre emozioni. Accettarle, riconoscerle, e liberarle.
Perchè il Primo Varco delle Emozioni non può essere evitato. A meno di lasciare la Via, naturalmente.
Siate accorti.
www.marenectaris.net

Satelliti spia del pentagono scoprirono delle anomalie nei Monti Bucegi

MISTERI BUCEGI

Sotto la sfinge "naturale" è stata trovata un'enorme stanza



I Rumeni conoscono bene il mistero che si cela dentro i monti Bucegi, ora sveleremo questo mistero anche ai nostri lettori Nel 2002 satelliti spia del pentagono, durante l'attività di "GEODESIA" (intelligence geologica) scoprirono delle anomalie proprio nei Monti Bucegi. Ad una prima analisi emersero delle stranezze, la prima era che la cavità della montagna non avesse nessuna corrispondenza con l'esterno come se fosse stata scavata dall'interno, dal cuore della montagna, la seconda che la sua forma era estremamente regolare e che girava improvvisamente verso il centro della montagna con un angolo di 26°gradi, ed in fine che il percorso della galleria fosse perfettamente in piano.

Il terzo elemento quello che mise in grandi difficoltà gli uomini del pentagono fu che durante le analisi d scansione satellitare emerse una sorta di anomalia nei punti iniziali e terminali del tunnel tale da impedire qualsiasi tipo di analisi, come se qualcosa fosse stata messa li appositamente a protezione di qualcos'altro, una sorta di "muro" di energia magnetica. La particolarità è che uno di questi campi magnetici corrisponda ad una profondità di 40 mt, esattamente a metà tra la "sfinge" e la "torre di Babele" due strutture rocciose megalitiche.

Sotto la sfinge "naturale" è stata trovata un'enorme stanza.

All'interno erano presenti una serie di tavoli alti circa due metri (quindi per esseri alti almeno tre o quattro metri). Oltre ai tavoli, strumentazioni tecniche avanzate, cavi molto simili alle nostre fibre

ottiche e altro ancora. Ovunque scritte in un alfabeto sconosciuto. La stanza era protetta da una tecnologia avanzata ancora oggi sconosciuta.
Inizialmente il governo Romeno era intenzionato a rendere pubblica la scoperta ma quando gli americani e altri governi sono stati informati delle intenzioni del governo Romeno, è scoppiato il putiferio (come potete immaginare si tratta di una scoperta che forse rischia di far riscrivere la storia dell'umanità). Sono iniziate pressioni fortissime sul governo Romeno per impedire la divulgazione della scoperta ma alla fine è stato raggiunto un accordo secondo il quale la scoperta verrà resa pubblica in data da destinarsi. In pratica: tutto resterà come ora.

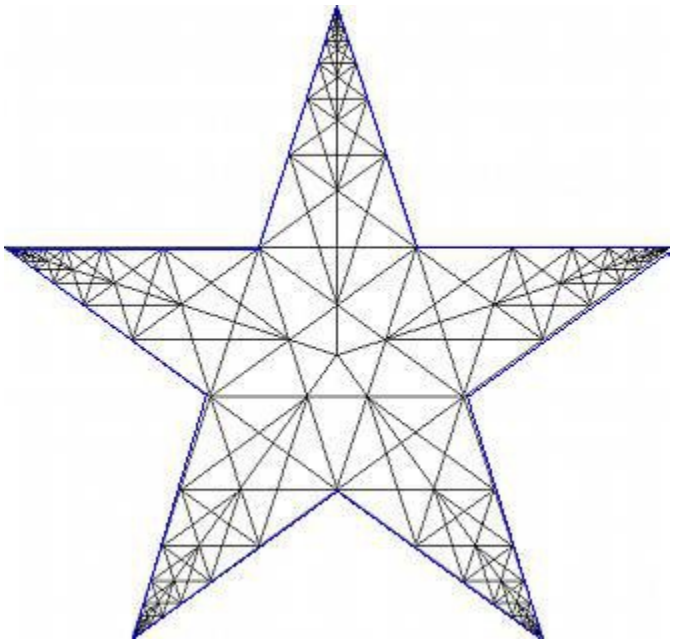
A livello internazionale nessun media ne ha parlato. Questo rende bene l'idea del livello di controllo in cui vive l'umanità. In Romania invece qualcuno nonostante tutto, ha dedicato un programma televisivo all'evento, ma gli autori del programma televisivo son stati minacciati al fine di farli desistere dal mandarlo in onda. In risposta gli autori hanno trasmesso oltre al programma anche le minacce ricevute."

È anche chiamata Stella dei Magi, in ossequio al segno di potenza e di luce che illumina il cammino spirituale

PITAGORA E LA STELLA A 5 PUNTE

La stella è in sé un'invocazione"

La Stella a 5 punte per gli Egizi raffigurava il Sole, Horus, nato da Iside e Osiride. Di seguito fu usata da Pitagora per dimostrare il segmento aureo. In linea generale il pitagorismo è sinonimo di scienza dei numeri. Numeri che sono le idee archetipiche e i modelli geometrici d'ogni forma in manifestazione.



Nei suoi studi Pitagora (572- 497 a .C.) fece rivivere la scienza della «Parola» ovvero il potere del suono. Rese una scienza esatta lo studio del suono che dall'Ente supremo si muove attraverso caratteristiche metafisiche.

Con lo studio sugli intervalli sonori (ottave) penetrò le forme armoniche (toni) fino al suono silenzioso. Ridusse a valori matematici i rapporti sonori tra masse planetarie e sistema solare concependo i rapporti con la struttura dell'uomo in quelle che vennero definite le Leggi dell'Armonica. Il rettangolo, avente i lati che rispettano la proporzione aurea, è detto rettangolo aureo ed esso si può originare tantissime volte nel cosiddetto Pentalfa.

Pentalfa significa "cinque alfa", ossia cinque principi. Il Pentagramma, simbolo dei pitagorici, conteneva una parola che corrisponde a "sta bene" che per i greci significava vita e salute. Con una figura umana inscritta al suo interno i cui arti toccano la circonferenza (detta di Agrippa), rappresenta il microcosmo umano e i cinque centri di forza del corpo.

La Stella a 5 punte è anche chiamata Stella dei Magi, in ossequio al segno di potenza e di luce che illumina il cammino spirituale; per questo motivo viene messa sul presepio e sull'albero di Natale.

Gli Architetti medievali che costruirono le Cattedrali Gotiche ravvisavano nel pentalfa il valore numerico del Numero d'Oro (1,618) con cui nelle costruzioni stabilivano il rapporto di 3 a 5.

Le proporzioni del Numero d'Oro si ritrovano in tutto ciò che nell'uomo crea una sensazione di armonia e di bellezza e la loro utilizzazione è di grande fecondità. Questo segno dinamico della Natura e dell'Uomo, però, non tocca i "piani superiori". Solo i cerchi che se ne dipartono, tracciati dal "Compasso dello Spirito", permettono di giungervi.

« … la Stella Fiammeggiante è il centro da cui s'irradia la vera luce». – Guillemai de Saint Victor

"In che modo la stella a cinque punte offre la sua protezione?" chiesi dopo che Kostas e Crysanthos si furono calmati.

"Tutte le volte che ti trovi in una situazione difficile" rispose Kostas mentre continuavamo a passeggiare tranquillamente su e giù per la passeggiata, "cerca di vedere te stesso coperto di una luminosità completamente bianca e crea con la mente la stella a cinque punte".

"Che cosa intendi per situazione difficile?"

"Voglio dire quando ti trovi davanti a un pericolo psiconoetico che viene dall'ambiente in cui vivi tutti i giorni, come persone che ti assalgono con i pensieri e i sentimenti, oppure pericoli provenienti da intrusioni simili che vengono da altre dimensioni psiconoetiche".

"Kosta, ci puoi spiegare più precisamente come costruire una stella a cinque punte?", chiese Crysanthos. Kostas pensò per alcuni secondi, tirò un paio di boccate dalla pipa e cominciò a rispondere a Crysanthos.

"Accertati", disse, "che la punta più alta sia sopra la testa. Le due punte orizzontali devono coprire interamente le braccia distese come se fossero la parte orizzontale di una croce. Le estremità delle punte devono coincidere con l'estremità delle mani. Le altre due punte della stella devono contenere le gambe divaricate e la loro estremità coinciderà con i piedi".

"Suppongo" dissi "che ci dobbiamo immaginare in piedi con le braccia aperte e le gambe divaricate, come nel disegno classico di Leonardo da Vinci".

"Esattamente. La stella a cinque punte è il simbolo del mondo psichico. È anche il simbolo del trasferimento della coscienza umana dai cinque sensi ai cinque supersensi".

"In che modo la stella a cinque punte è una forma di protezione diversa dalla luminosità bianca a forma di uovo che visualizziamo intorno a noi durante la meditazione?" chiese Crysanthos.

"La stella a cinque punte è più concreta. Quando siete all'interno della stella a cinque punte nulla, proprio nulla, vi può toccare. L'unica cosa che può vincere la stella a cinque punte è la stella a sei punte. Ma chiunque sappia usare la stella a sei punte, può operare solo per il bene ed esprimere solo amore. Capite?"

“Vorresti dire che una persona malvagia può manipolare una stella a cinque punte?” chiesi.

“Sì” rispose Kostas, “ma una persona malvagia userà una stella a cinque punte rovesciata, che è il simbolo di lucifero. Nel momento in cui un Cercatore della Verità si riveste della stella a cinque punte, nessun pensiero negativo o influenza negativa può avere alcun effetto su di lui”.

“Stai dicendo, se capisco bene”, dissi, “che chiunque usi la stella a cinque punte nel modo appropriato invoca i poteri di protezione”.

“Ma certamente, la stella a cinque punte è in sé un’invocazione”.

“Dobbiamo costruire la stella a cinque punte con gli occhi chiusi?” chiesi.

“Costruiscila mentalmente, in qualunque modo ti piaccia” rispose Kostas. Passò quindi a dimostrare con alcuni movimenti corporei come dovevamo disegnare su noi stessi le linee per costruire il talismano noetico.

Mise la pipa su una panchina e si guardò intorno per vedere se c’erano persone sulla passeggiata. Voleva essere sicuro che nessuno ci osservasse mentre facevamo strani movimenti per cercare di imparare la tecnica mentale adatta a formare una protezione spirituale e psichica.

Nessuno era in vista. Kostas era in piedi immobile rivolto verso il mare e la luna che stava sorgendo. Divaricò quindi le gambe e allungò il braccio sinistro sulla sinistra e il braccio destro in alto. Rimase in quella posizione per alcuni attimi aspettando che lo imitassimo seguendo i suoi movimenti.

“Ora iniziate dal punto alto sopra il braccio destro. Incominciate a disegnare la linea che congiunge quel punto con la parte posteriore della gamba destra. Okay?”

Seguimmo le sue istruzioni goffamente. “Ora fate partire mentalmente una linea da quel punto dietro la gamba e portatela all’estremità della mano sinistra. Ora portate la linea dall’estremità della mano sinistra all’estremità del braccio destro tenendo ambedue le mani distese”.

“Ora dovete disegnare la linea dell’estremità della mano destra alla fine della gamba sinistra e poi portate la linea sopra la testa a congiungersi nel punto di partenza”.

“Ora avete completato la stella a cinque punte!” Kostas tornò in posizione normale.

“Fatelo ancora una volta” ci disse. Dopo alcuni tentativi Crysanthos e io eravamo sicuri di aver imparato il modo di disegnare la stella a cinque punte e porci al suo interno. Kostas spiegò che quando volevamo creare la stella a cinque punte, non avevamo bisogno di stare in piedi e muovere gli arti nel modo in cui ci aveva appena mostrato. Dovevamo fare quei movimenti mentalmente, disse. Altrimenti correvamo il rischio di non essere capiti, con possibili conseguenze spiacevoli.

“È necessario tracciare le linee mentalmente?” chiesi, “o è sufficiente visualizzare noi stessi all’interno della stella a cinque punte?”

“No, il potere protettivo della stella a cinque punte viene attivato nel momento in cui viene

tracciata. Non è sufficiente immaginarsi all'interno di essa. Disegnando ripetutamente questo elementale protettivo, poiché state creando realmente un elementale, gli date energia, solidità e sostanza. Poi, una volta che è formato, vi potete semplicemente focalizzare su di esso e sarà a disposizione per darvi protezione in qualunque momento".

Feci notare che mentre eravamo nel teatro avevo costruito la stella nella maniera sbagliata, senza tracciare le linee. Kostas mi rassicurò che trovandomi insieme a lui, in realtà non avevo nulla da temere per la possibile presenza di furie demoniache.

"A parte il fatto", disse, "che l'Erevna comunque vi protegge. Ma se per qualche ragione fortuita vi capitasse di incontrare un anapodos (una stella a cinque punte rovesciata), rimanete semplicemente all'interno della stella a cinque punte e in questo modo gli anapodos non potranno toccarvi".

"Com'è possibile?" chiesi.

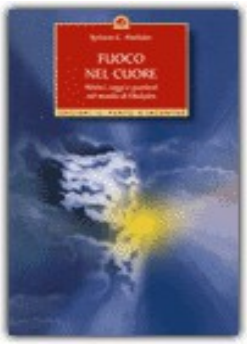
"L'uno blocca all'interno l'altro in questo modo". Kostas portò le mani avanti intrecciando le dita. "La sommità della vostra stella a cinque punte penetra l'anapodos e neutralizza il suo potere."

Chiesi a Kostas di chiarire ulteriormente da che tipo di pericoli poteva proteggerci la stella a cinque punte. Ci spiegò che ogni volta che sperimentiamo una minaccia psiconoetica, come cattive vibrazioni provenienti da qualunque fonte o pericolo incontrato nei sogni coscienti, la stella a cinque punte è la migliore protezione. "Nel momento in cui notate, in forma di visione o nella forma di un simbolo, gli anapados" disse Kostas "entrate immediatamente nella stella a cinque punte. Ma, ribadisco, poiché siete iniziati dell'Erevna, avete comunque una protezione".

Conoscere queste protezioni è una cosa importante per un Ricercatore della Verità, aggiunse Kostas, quando cominciamo ad aprire i centri psiconoetici o chakra, disse, dobbiamo essere pronti a proteggerci da eventuali intrusioni malefiche provenienti da altre dimensioni.

Kostas aveva detto ripetutamente che avere i chakra chiusi è una forma di protezione; "il corpo è il nostro castello" diceva di solito. Aprire i centri psiconoetici prematuramente, prima di essere padroni di emozioni e pensieri, potrebbe esporci a vibrazioni negative e a elementali che potrebbero disturbare il nostro equilibrio mentale ed emotivo.

Eravamo talmente immersi nella discussione che non ci eravamo accorti che erano già passate le nove di sera. Avevamo camminato su e giù per la passeggiata per più di un'ora. Augurai la buonanotte a Kostas e Crysanthos e camminai in fretta lungo la strada che costeggia il mare verso la casa dei miei suoceri.



dal libro: Fuoco nel cuore di Kyriacos C. Markides

Scienza e fede sono in realtà una sola cosa

FISICA QUANTISICA E MIRACOLI

E' importante abbinare le nostre conoscenze in campo spirituale e quelle in campo scientifico

di

Milly Togni

Una delle possibilità alla portata dell'uomo per risolvere i problemi quotidiani e per vedere un cambiamento reale della nostra vita, si potrebbe ottenere attraverso la conoscenza della Fisica Quantistica ed ora – in modo semplice – vado a spiegarvelo.

Non essendo una scienziata non userò paroloni per spiegare questa nuova scienza, apparentemente nuova ma non tanto, visto che veniva già insegnata dai miei due grandi Maestri di questa scienza che sono il Buddha e Gesù… oltre 2000 anni or sono.

Faccio subito una premessa e vi dirò che per capire in parte la fisica quantistica, è importante

abbinare le nostre conoscenze in campo spirituale e quelle in campo scientifico della nuova scienza, intendo la fisica quantistica.

Personalmente mi sto impegnando da oltre 25 anni leggendo e praticando in campo spirituale e da poco più di 6 anni mi sto informando su quello che dicono i nuovi scienziati della fisica quantistica.

Solo allora a mio avviso potremo iniziare ad avere una semplice comprensione di questa scienza ma soprattutto capire che scienza e fede sono in realtà un unica cosa, visto che nell'Universo non esistono separazioni, tutto è collegato.

Scienza e spiritualità dicono in realtà le stesse cose, a mio avviso – ma che è anche l'avviso di importanti scienziati in questo campo - soltanto che nei due campi si spiegano usando parole e terminologie diverse. Personalmente non appartengo a nessuna religione, ma la mia religione sta nel cercare di praticare l'amore in ogni momento della mia vita.

Proprio come ci è stato consigliato e predicato da qualsiasi grande Maestro in campo spirituale e di qualsiasi religione.

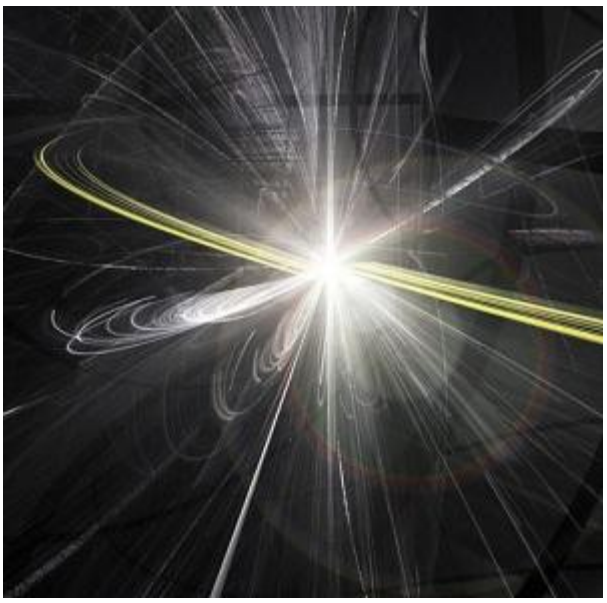
Sono certa che grazie alla comprensione della fisica quantistica ci sarà un ritorno di buona energia e di amore in automatico sulla nostra Madre Terra, perché si andrà a capire che siamo noi i responsabili di tutto quello che succede sul nostro pianeta e non potremo più delegare questo cambiamento ad una Divinità superiore, ma prenderemo più consapevolezza della Divinità che risiede dalla nascita dentro ognuno di noi.

Ora, la grande sfida che aspetta a noi uomini è quella di riconoscere questa parte Divina dentro di noi e far si che attraverso i nostri pensieri si crei un Mondo migliore una vita migliore.

Oltre la comprensione del fatto che i pensieri creino, vi do una spiegazione scientifica e spirituale di come questo possa avvenire, grazie alla mia esperienza e il continuo studio dei due campi in realtà si dice che siamo stati creati ad immagine e somiglianza di Dio e quindi abbiamo istillato dentro di noi il famoso Soffio Divino, giusto??

Ma ora andiamo a vedere che cosa unisce scienza e fede in questo contesto.

Soffio Divino e Bosone di Higgs



Bosone di Higgs

Il Bosone di Higgs – fra l'altro denominata anche particella di Dio – è la componente, la particella

– scientifica e spirituale – che ha la possibilità di creare e di mantenere tutto unito nell'universo.

Questo particolare mi è venuto chiaro grazie al mio cammino spirituale, ma grazie anche a delle affermazioni fatte da parte di scienziati che lavorano al Cern di Ginevra e grazie comunque all'esperienza personale che ho fatto sulla mia di persona che posso veramente parlarne.

Nel capitolo riservato alla spiegazione del Miracolo vi parlerò di quelli realmente visti nella mia vita, grazie alla qualità dei miei pensieri, sono veramente tanti.

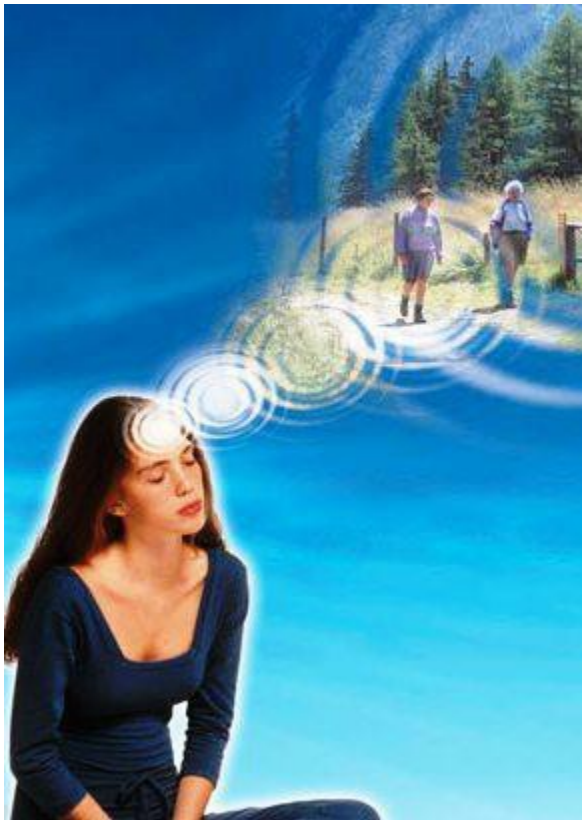
Non avrò lo spazio per raccontarveli tutti ma vi proporro' i più significativi.

Ma attenzione, faccio una premessa dicendo che la meraviglia o manifestazione inattesa che viene comunemente chiamato Miracolo, non é una mia personale prerogativa o capacità… tutti noi possiamo farlo premesso però che ci ricolleghiamo alla nostra Mente originiale… alla nostra Mente Immortale alla mente dell'amore.

Che é già dentro di noi non dobbiamo andare a creare nulla.

Pensiero e Creazione

Ritorniamo ora al fatto importante che la creazione avviene attraverso il nostro pensiero.



Il pensiero è energia e l'energia ad un livello più basso si solidifica diventando materia… ecco che i nostri pensieri diventano reali… la realtà diventa fisica, tangile visibile toccabile.

La bellezza di questa scienza sta nel fatto di ridarci un grande potere che avevamo perduto nel corso di millenni, quello di avere la certezza di poter creare la nostra vita attraverso i nostri pensieri.

Tutto nell'universo è energia e in questa energia esiste da sempre una Mente Intelligente e visto che l'uomo è il micro-cosmo del macro-cosmo, di questa energia e di questa intelligenza (soffio Divino-

Bosone di Higgs) è composto pure l'uomo.

Attraverso la conoscenza della fisica quantistica ci riappropriamo della capacità di capire che sono i nostri pensieri i responsabili dello stato del nostro corpo della nostra salute, della nostra ricchezza della nostra felicità, in sinstesi, della nostra vita.

Non esistono casi o coincidenze… tutto è un risultato perfetto dei pensieri che abbiamo seminato.

Proprio come diceva il mio primo grande Maestro in fisica quantistica… Gesù… se semini vento raccoglierai tempesta.

La nuova scienza ci conferma che tutto nell'Universo viene visto ora come una grande rete invisibile e indivisibile di energia: non esistono spazi vuoti noi siamo tutti collegati… e questo lo spiegherò in seguito affrontando la spiegazione dell'entanglement, esperienza che ho potuto fare anche personalmente.

Noi siamo in effetti composti di energia quantistica fatta di fotoni, protoni, elettroni, neutroni, frequenze, onde, vibrazioni… che alla fine compongono il nostro atomo , ma l'atomo ora viene studiato da un profilo energetico e non più come particella di massa, materia.

Il nostro atomo viene a trasformarsi in materia per un abbassamento di frequenza anche perché esiste un campo di forza… Qui finalmente diamo ragione al padre della Fisica Quantistica Max Planck che già nel 1944 affermava con sicurezza che nel mondo non esiste materia tutto è energia.

Ora un fatto molto importante è sapere con esattezza che l'atto di continuare a focalizzare la nostra mente su di una determinata situazione fa collassare l'energia in materia e questo avviene attraverso i nostri pensieri… il pensiero crea… il pensiero costante avvicina la realtà che continuamente viene creata dai nostri pensieri…

Quindi, per avere un cambio reale della nostra vita cosa dobbiamo semplicemente fare??? Cambiare la qualità dei nostri pensieri.

Ma anche qui direi nulla di nuovo sotto le stelle, basti pensare a quello che ha lasciato detto Jovenale: Mens sana in corpore sano… oppure quanto già veniva scritto nelle Upanisad, i testi sacri induisti: L'uomo diventa ciò che pensa…

La bella notizia ripeto è quella che attraverso la fisica quantistica tutto questo ci viene di nuovo chiaro.

E soprattutto perché sappiamo che abbiamo istillato il famoso Soffio Divino e che ora, per la parte scientifica, il Bosone di Higgs corrisponde al Soffio Divino e vice versa… questa particella ha la capacità di creare e di mantenere tutto unito .. quindi abbiamo ora proprio una risposta scientifica oltre che una risposta spirituale. Ma ricordiamoci che siamo UNO, quindi, quello che viene detto in un campo ha lo stesso valore dell'altro e che la parola chiave ad unire scienza e spiriutalità è amore

ed è solo attraverso l'amore che porteremo dei cambiamenti positivi.

Lo scienziato John Wheeler confermò nel '900 che gli uomini non sono semplici osservatori, noi non siamo persone passive: noi partecipiamo in modo attivo alla creazione.

Questa è la bella notizia.

Quella brutta è che partecipiamo alla creazione del Mondo, ma non abbastanza positivamente, basti guardare il risultato per non avere dubbi: tutto quello che vediamo intorno a noi è il risultato dei pensieri umani collettivi, non certo di quelli del Divino Amore.

Questo deriva purtroppo dal fatto che durante millenni la nostra parte Divina che è amore è stata ricoperta dalla Paura e che l'uomo si è abituato alle paure piuttosto che all'amore.

Qui dovrei introdurre la spiegazione del potere della nostra Mente Immortale e della Mente Mortale, ma ne parleremo in seguito.

Per ora dico solo che la Mente Immortale equivale al soffio Divino che è l'amore, la pace , l'armonia , la fiducia , la positività ed altre tantissime cose questa mente esiste dalla nascita in ogni uomo.

La Mente Mortale invece è la mente che ha preso il sopravvento sulla nostra vera Mente… ciò è potuto accadere perché l'uomo si è lasciato invadere dalle innumerevoli paure che sono – nella fattispecie – il rancore, l'odio, la rabbia, la separazione, la critica, il giudizio, la cattiveria, e tante tante altre.

Per la spiegazione di questo tema occorrerebbe molto più tempo, ma per ora va bene cosi.

Fisica Quantistica e Miracoli

Il cammino spirituale che ogni uomo ad un certo punto delle sue vite si trova a voler affrontare, porta l'uomo a riappropriarsi della sua vera mente originale quella Immortale quella dell'Amore… questo concetto è di vitale importanza per arrivare ad un vero cambiamento.

Il grande Maestro nell' amore, il Buddha, disse: la realtà sussiste grazie al continuo focalizzare la vostre menti su di una determinata situazione.

…e disse anche…

Pensate amore emanate amore e cambierete guarirete il Mondo.

Questo pensiero viene ora ad avere un valore scientifico non solo spirituale.

Concludo questa prima spiegazione rafforzando il pensiero scritto nella mia petizione con Avaaz, dove dico che noi uomini abbiamo ora la possibilità – oltre alla responsabilità, per coloro che saranno pronti a prendersela, chiaramente – di capire quanto i nostri pensieri possano veramente fare la differenza fra una bella vita e una brutta vita… e comprendere anche che potremmo – attraverso i nostri pensieri – fare ora la differenza fra la pace o la guerra…

Sta a noi scegliere… scegliamo il bene, scegliamo l'amore, la Mente Immortale e – come amo dire – Dio stesso ve ne sarà grato.

E a voi comunque lascio il libero arbitrio della vostra scelta – perché in effetti si dice che Dio ci lasci il libero arbitrio – e quindi ad ognuno di noi viene lasciata la libertà di scelta a secondo della propria evoluzione.

Per ora grazie di cuore se comunque grazie alla spiegazione che vi ho dato sentirete di scegliere l' Amore… Grazie grazie grazie!

Ho trascorso gli ultimi quindici anni della mia vita a studiare e scrivere sull'importanza del discernimento nelle aree più insidiose del cammino spirituale

DIECI MALATTIE SPIRITUALMENTE TRASMESSE

Le nostre idee, concezioni ed esperienze spirituali si <infettano> con <contaminanti concettuali>

di
Mariana Caplan

Viviamo in una giungla, e la vita spirituale non fa eccezione. Davvero pensiamo che solo perché qualcuno ha meditato cinque anni, o fatto yoga dieci anni, sarà meno nevrotico di un altro? Nel migliore dei casi, sarà solo un po' più consapevole delle sue nevrosi. Appena un po'. È per questa ragione che ho trascorso gli ultimi quindici anni della mia vita a studiare e scrivere sull'importanza del discernimento nelle aree più insidiose del cammino spirituale – potere, sesso, illuminazione, guru, scandali, psicologia, nevrosi – nonché sulle vere motivazioni, talvolta confuse e inconsapevoli, che ci spingono su tale cammino. Io e il mio partner (lo scrittore e insegnante Marc Gafni) stiamo creando una nuova serie di libri, corsi e pratiche finalizzati a portare più chiarezza su questi temi. Molti anni fa, ho lavorato per un'estate in Sud Africa. Sin dall'arrivo, mi resi conto della cruda realtà: ero nel Paese con il più elevato tasso di omicidi al mondo, gli stupri erano all'ordine del giorno e metà della popolazione (uomini e donne, gay ed etero indifferentemente) era positiva all'HIV. Poiché grazie al mio lavoro e ai miei viaggi ho conosciuto centinaia di maestri e migliaia di praticanti spirituali, ho osservato che le nostre idee, concezioni ed esperienze spirituali si "infettano" con "contaminanti concettuali" – non ultimo un rapporto confuso e immaturo con complessi principi spirituali – sempre allo stesso modo e con la medesima facilità con cui un'invisibile e insidiosa malattia sessualmente trasmessa si diffonde.
Le seguenti dieci categorie non vanno intese come definitive, ma solo come uno strumento per diventare consapevoli di alcune delle più comuni malattie spiritualmente trasmesse.

1. La spiritualità "fast-food": Coniuga la spiritualità a una cultura che celebri la velocità, il multitasking e la gratificazione istantanea, e il risultato più probabile sarà la spiritualità "fast-food". Quest'ultima è il prodotto dell'illusione, comune e comprensibile, che la liberazione dal dolore proprio della condizione umana possa essere facile e immediata. Tuttavia, una cosa è certa: la trasformazione spirituale non si può ottenere in un batter di occhi.

2. La finta spiritualità. La finta spiritualità consiste nella tendenza a parlare, vestirsi e comportarsi come immaginiamo farebbe una persona spirituale. È una sorta di spiritualità imitativa che mima la realizzazione spirituale, così come la finta pelle leopardata imita quella autentica.

3. Motivazioni confuse. Benché il nostro desiderio di evolverci sia puro e genuino, spesso è contaminato da motivazioni secondarie come il desiderio di essere amati, di appartenere a un gruppo, di riempire il nostro vuoto interiore; la speranza che il cammino spirituale elimini la nostra sofferenza e la nostra ambizione spirituale stessa; il desiderio di essere speciali, migliori, straordinari.

4. Identificazione con esperienze spirituali. In questa malattia, l'ego si identifica con la nostra esperienza spirituale e la considera come sua; cominciamo a credere di essere la personificazione vivente di certe intuizioni sorte in noi in determinati momenti. Nella maggior parte dei casi, tale malattia non dura all'infinito, benché tenda a prolungarsi maggiormente in coloro che si ritengono illuminati e/o si comportano da insegnanti spirituali.

5. L'ego spiritualizzato. Questa malattia si verifica quando la struttura stessa della personalità egoica si imbeve di idee e concetti spirituali. Il risultato è una struttura egoica "a prova di proiettile". Quando l'ego si spiritualizza, siamo impermeabili a ogni aiuto, a nuove idee o feedback costruttivi. Diventiamo esseri umani impenetrabili e la nostra crescita spirituale si blocca (in nome della spiritualità stessa).

6. Produzione di massa di insegnanti spirituali. Vi sono molte correnti spirituali alla moda che sfornano una dietro l'altra persone che si ritengono a un livello di illuminazione spirituale ben al di là di quello effettivo. Questa malattia funziona come una sorta di nastro trasportatore spirituale: assorbi questa luce, abbi quell'intuizione e – bam! – sei illuminato e pronto a illuminare gli altri allo stesso modo. Il problema non è tanto che tali persone insegnino, quanto che si presentino come maestri spirituali.

7. Orgoglio spirituale. L'orgoglio spirituale sorge quando il praticante, attraverso anni di sforzi intensi, ha effettivamente raggiunto un certo livello di saggezza, ma usa questo risultato per chiudere le porte a qualsiasi nuova esperienza. La sensazione di "superiorità spirituale" è un altro sintomo di questa malattia spiritualmente trasmessa. Si manifesta sottilmente attraverso la sensazione "Io sono migliore, più saggio e superiore agli altri, perché sono spirituale".

8. Mentalità di gruppo. Anche nota come pensiero di gruppo, mentalità settaria o malattia degli ashram, la mentalità di gruppo è un virus insidioso che contiene molti elementi tradizionali della co-dipendenza. Un gruppo spirituale decide in modo invisibile e inconscio quali siano i modi giusti di pensare, parlare, vestirsi e comportarsi. I gruppi e gli individui infettati dalla "mentalità di gruppo" rifiutano le persone, gli atteggiamenti e le circostanze che non rispettano le regole, spesso tacite, del gruppo.

9. Il complesso degli Eletti. Il complesso degli Eletti non riguarda solo gli ebrei. Consiste nella convinzione che "il nostro gruppo è il più spiritualmente evoluto, potente e illuminato; in poche parole, è il migliore di tutti". C'è una grande differenza tra il pensare di avere scoperto la via, l'insegnante o la comunità migliori per sé, e il pensare di aver scoperto "il meglio in assoluto".

10. Il virus mortale: "Sono arrivato". Questa malattia è tanto potente da essere potenzialmente mortale per la nostra evoluzione spirituale. Consiste nella convinzione di "essere arrivati" alla fine del cammino spirituale. Il progresso spirituale termina ogni qual volta questa convinzione si cristallizzi nella nostra psiche, poiché quando pensiamo di aver raggiunto la fine, ogni ulteriore crescita è impedita.

"L'essenza dell'amore è la percezione", insegna Marc Gafni, "quindi l'essenza dell'amore di sé è la percezione di sé. Puoi innamorarti solo di qualcuno che riesci a vedere chiaramente, e questo vale anche per te stesso. Amare vuol dire avere occhi per vedere. È solo quando vedi chiaramente te stesso che cominci ad amarti".

Nello spirito degli insegnamenti di Marc, ritengo fondamentale, in un cammino spirituale, individuare le malattie dell'ego e dell'auto-inganno comuni a tutti noi. È qui che abbiamo bisogno di sense of humour e del sostegno di autentici amici spirituali. Quando sul nostro cammino spirituale ci imbattiamo in ostacoli, a volte è facile cadere nella disperazione, perdendo fiducia nel cammino e stima in se stessi. Dobbiamo mantenere la fede, in noi stessi e negli altri, per poter davvero fare una differenza in questo mondo.

Tratto da "Eyes Wide Open: Cultivating Discernment on the Spiritual Path" (Sounds True) per gentile concessione.

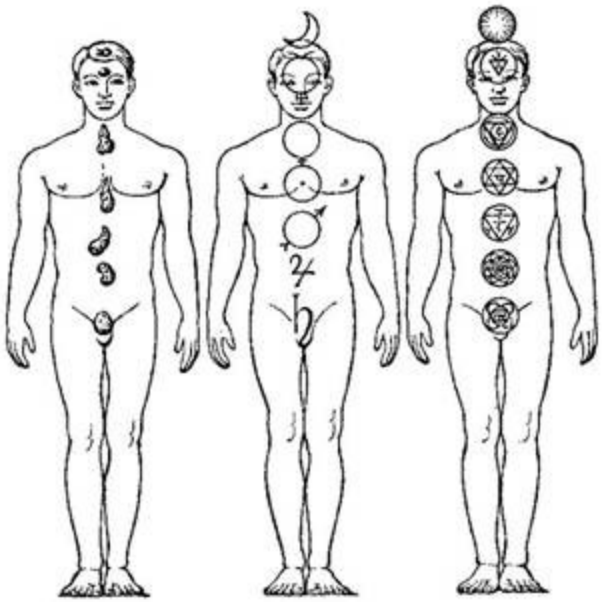
http://www.senzanome.org/

Le sette rose sulla croce del corpo

GHIANDOLE ENDOCRINE CORRISPONDENZE SPIRITUALI

Alcune ghiandole sono di particolare e grande interesse per lo studente esoterico

Passeremo ora a considerare, la connessione spirituale che le ghiandole endogene o endocrine hanno con lo sviluppo delle potenzialità latenti dell'Ego. Ricordiamo che le principali ghiandole a secrezione interna, sono sette: le due surrenali, la milza o splena, il timo, la tiroide, la pituitaria e la pineale. Max Heindel ci dice, che queste ghiandole sono di particolare e grande interesse per lo studente esoterico e che possono essere chiamate: le sette rose sulla croce del corpo, essendo in intimo rapporto con lo sviluppo occulto dell'umanità.

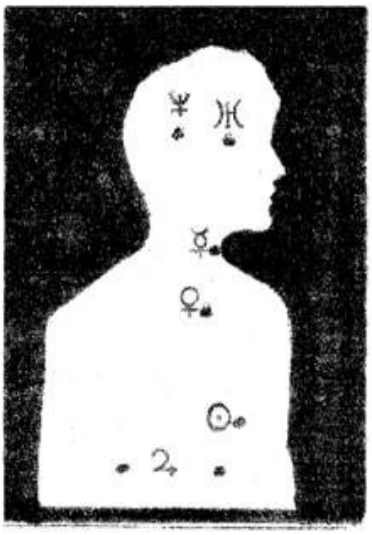


Chakra-e-Ghiandole-endocrine

Tutto ciò che esiste nel nostro Sistema Solare, è stato creato dal Verbo che essendo vibrazione musicale è Voce di Dio. Fu il "Fiat" o Parola creatrice che formò la materia primordiale e differenziò i Mondi con le loro miriadi di forme. Queste forme sono state utilizzate dalle Grandi Gerarchie Creatrici, che lavorano e pianificano l'evoluzione, continuamente, modificandole, secondo il progresso che avviene in ciascun Mondo. Tra queste Gerarchie si trovano i Sette Spiriti davanti al Trono, il cui campo d'attività è tanto ampio quanto il Sistema Solare stesso. I loro nomi sono: Urano, Saturno, Giove, Terra; Marte, Venere e Mercurio.

La Parola di Dio, risuona attraverso lo spazio. È la vita, raccolta dai Sette Spiriti Planetari, che crea diversi tipi di forme che, più tardi, si cristallizzano nel mondo fisico, nella molteplicità delle cose che ci circondano. Per questo motivo, la Parola si manifesta in sette grandi toni, che provengono dai sette Spiriti Planetari. Ciascun Pianeta ha la propria nota-chiave ed emette un suono, che lo

distingue dagli altri. Questi toni sono creatori. Tutta la musica è basata su questi sette toni, emessi da questi sette Grandi Esseri e tutte le forme sono successivamente da essi, create. Una volta manifestata in questo modo anche la forma umana, Essi assistono l'Ego incarnato, nello sviluppo delle sue potenzialità divine latenti. Questo aiuto, è dato all'umanità attraverso le ghiandole endocrine.



LE GHIANDOLE ENDOCRINE E LE LORO CORRISPONDENZE

Ego	Pineale	*Nettuno*
	Pituitaria	*Urano*
Anello di collegam.	Tiroide	*Mercurio*
Personalità	Timo	*Venere*
	Milza	*Sole*
	Surrenali	*Giove*

Ciascuna ghiandola, possiede interiormente una nota-chiave, che rimane dormiente, fintantoché non sia risvegliata da una certa facoltà dell'Ego. Ciascuna di queste note-chiave, è accordata con la nota di uno Spirito Planetario, per cui il suono emesso da ciascuno di Essi, risveglierà gradualmente la nota-chiave, della ghiandola intonata con l'influenza della Gerarchia. Quando si desta la nota-chiave, l'Ego sviluppa le forze specifiche che quel particolare Spirito Planetario esprime. L'Ego deve imparare a controllare e dirigere queste Forze, esse si manifesteranno come bene o come male, a secondo, di come verranno usate. Si deve tuttavia tener presente, che il male, non è altro che bene mal diretto.

LE SURRENALI E LA REGIONE CHIMICA DEL MONDO FISICO.

Le ghiandole surrenali sono rette da Giove. L'energia espressa da questo pianeta si manifesta principalmente come benevolenza, vedute ampie, espansione, ottimismo, onore, filantropia, cortesia, generosità, allegria, abilità nel comprendere il lavoro della Legge Cosmica, abilità creativa ed espressiva, nonché religiosità.

Quando ci si mette in contatto con la nota-chiave di Giove, ci si sente sereni, lungimiranti, soddisfatti ed espansivi. Sembra che questa forza pervada l'individuo, infondendogli sicurezza, desiderio e capacità di contribuire a correggere gli svariati, deleteri vizi, che affliggono l'umanità assopita, trasformandoli in espressione di forza e di bellezza. Con occhio limpido ed acuto, egli guarda compiaciuto le mete da raggiungere ed il grande potere spirituale che può essere sviluppato; la sua coscienza si espande, abbracciando ogni suo simile, amico o nemico, cercando di capire il vero senso della vita. E spinto dall'impellente desiderio di esprimere questi suoi sentimenti nel Servizio agli sfortunati, anch'essi figli del Grande Padre, dimostrando loro, come l'altruismo, può trasmutare un volgare desiderio, nel più elevato ideale e che la vera meta della vita, è lo sviluppo delle potenzialità latenti, in divini poteri dinamici.

Una delle peggiori azioni che si possa commettere, è il cattivo uso dei poteri spirituale acquisiti. Ciò diventa magia nera ed è possibile scendere così in basso, per cui il ponte che unisce lo Spirito alla personalità, cioè la mente, si spezza, dopodichè lo Spirito comincia automaticamente a gravitare

verso il pianeta Saturno, dove potrà vedere le sue vite passate. Allora, per la dissoluzione dei suoi veicoli, attraverso la Luna e Saturno, sarà spinto al Caos, dove rimarrà fino alla nascita di un nuovo Giorno di Manifestazione. L'uso improprio di queste forze, si esprime soprattutto sotto forma di eccessiva sicurezza di sé, stravaganza, auto-consenso, dissipazione, esibizionismo, fatuità, sregolatezza, libertinaggio ed eccentricità. Tutto ciò immerge l'Ego in un profondo dolore: a suo tempo, però, finirà per apprendere la lezione ed a rendersi conto che solo l'uso onesto e giusto dei poteri spirituali, può lasciarci immuni, dalle sofferenze conseguenti.
Appresa, attraverso la sofferenza, questa lezione, l'Ego è in grado di fare un nuovo passo sul Sentiero dell'evoluzione. In corrispondenza con le due surrenali, cominceranno a fiorire le prime due rose sulla croce del veicolo vitale. L'energia che le surrenali consumavano per esternare sentimenti d'ira e di aggressione, sarà ora governata dalla forza, sorta nell'anima pura e mite, esprimente benevolenza, affetto e filantropia.
Nell'Ego si sviluppa la consapevolezza che il bene comune, è il bene di ciascuno. Questa scintilla di Dio, individualizzata, riconosce ora, l'unità esistente fra tutte le creature e fra queste ed il Grande Creatore del nostro Sistema Solare; in conformità a questi sentimenti, la fratellanza umana può diventare realtà.
Nei confronti dell'attuale umanità, il lavoro di Giove è in rapporto con il piano fisico. Servendosi del potere spirituale generato dalle surrenali, l'Ego possiede la forza necessaria per perfezionare il proprio corpo denso e conquistare il Mondo Fisico, completando così la sua evoluzione in questa sfera terrestre. Il centro spirituale di queste ghiandole vibrerà nel colore azzurro.

LA MILZA E LA REGIONE ETERICA DEL MONDO FISICO:
La milza,è la porta d'entrata delle forze solari, che ogni individuo specializza e che circolano nel corpo fisico come un fluido vitale, senza il quale non sarebbe possibile vivere. Per questa ragione questa ghiandola è retta dal Sole, fonte d'ogni vitalità. L'energia di questo grande pianeta (*5), si manifesta principalmente come volontà, vitalità, individualità, autorità, valore, generosità, dignità, lealtà, onoratezza, istinto paterno (protettivo), superiorità e senso di responsabilità. Quando la nota-chiave dello Spirito Planetario Solare, che contiene in sé tutti gli altri toni planetari, fa vibrare la corrispondente nota-chiave nella milza, sboccerà la terza rosa sulla croce del veicolo vitale.
Lo sviluppo di questa rosa, conferisce alla persona la coscienza necessaria per entrare in contatto con la Regione Eterica, che è una vibrante e fluente corrente di vita. Qui essa, può vedere l'attività delle classi di esseri invisibili, che lavorano con gli eteri chimico, vitale, luminoso e riflettore. Vede le forze vitali che vivificano le forme minerali, le piante, gli animali e l'uomo. Vede il lavoro realizzato dalle forze che permettono l'assimilazione nel corpo ed il processo, attraverso il quale vengono estratti i diversi elementi nutritivi, dalle sostanze contenute nei vegetali e negli animali e vede anche queste stesse forze, espellere dal corpo i materiali di rifiuto. Impara come questi processi, con molti altri, sono indipendenti dalla volontà dell'uomo e come siano sapienti e selettivi. Impara pure a conoscere, le attività naturali che lavorano nell'etere vitale, rendendo possibile la nascita; entra in contatto con la grande onda di vita angelica e vede come essa lavora con questa forza vitale e come colloca, l'atomo-seme degli Ego che rinascono, occupando nuovi corpi fisici grazie alla forza creatrice dei relativi genitori. Apprende inoltre come le forze naturali, che lavorano nell'etere vitale, producono il calore nel sangue e come operano sugli organi di senso, per renderli atti a vedere, udire, toccare, gustare e odorare.
Questo sviluppo, conferisce all'individuo la facoltà di entrare in contatto con l'etere riflettore e vedere i quadri contenutivi. Scopre che grazie all'attività di certi spiriti naturali, l'Ego può imprimere il pensiero nel cervello umano. Mentre assimila quest'etere, sperimenta i poteri sottili dello Spirito, noti come mente cosciente e mente subcosciente, apprendendo a rafforzare la prima e a leggere i ricordi contenuti nella seconda.
Mentre esplora la Regione Eterica, l'individuo si mette in contatto con gli Ego che stanno

contemplando il loro panorama post-mortern, ottenendo così la prova definitiva dell'esistenza di questo processo. I nuovi poteri sviluppati, lo rendono idoneo a vedere gli gnomi, con i loro corpi eterici, che lavorano con la terra e le fate, che lavorano con i fiori. Può anche vedere come queste piccole creature, estraggono sostanza colorante dall'etere luminoso ed il loro lavoro sui boccioli, qualche tempo prima che si schiudano. Vede le silfidi, osserva i processi usati per provocare i venti e le bufere o le brezze dello zeffiro. Vede le salamandre, che sono il principio del fuoco e può studiarne le attività, quando producono il lampo e inviano il raggio infuocato e la serpeggiante freccia nell'oscurità di un cielo plumbeo.

Riassumendo, possiamo dire che i poteri sviluppati dall'influenza del Sole sulla milza, rivelano all'individuo tutta la Regione Eterica e lo rendono idoneo ad entrare in contatto cosciente, con tutti i suoi abitanti, perché può vederne il lavoro sia in quella Regione che su quella Chimica. Una volta sviluppati, questi poteri possono però anche essere usati male. Allora l'individuo s'inorgoglisce e diventa arrogante, vanitoso, pomposo e prepotente: un vero despota, finché la sofferenza farà presa su di lui, perché ha trasgredito la Legge e svilupperà, conseguentemente, una nuova coscienza — il dolore è il migliore maestro — e si sarà trasformato in valido servitore, ansioso di applicare le sue conoscenze per il bene dell'umanità. Il centro spirituale della milza vibra con un colore giallo dorato.

LA GHIANDOLA TIMO ED IL MONDO DEL DESIDERIO:
Venere controlla la ghiandola timo. Le emozioni si sviluppano attraverso il raggio amoroso di Venere. La sede delle emozioni è il corpo del desiderio, che unisce l'individuo al Mondo del Desiderio. Quando la nota-chiave pone in attività la nota corrispondente nel timo, l'individuo sviluppa l'amore nella sua più alta espressione, l'estro artistico, la bellezza, l'armonia, la gioia, l'attrazione, la stima.
L'uso improprio di questi poteri, si esprime come sensualità, rilassatezza, volgarità, pigrizia, sentimentalismo, vanità e incostanza. Richiamiamo nuovamente l'attenzione, sul fatto che, una volta sviluppati, i poteri spirituali possono essere usati anche per il male e che, per chi lo fa, i risultati sono sempre disastrosi. La tentazione di servirsi di questi poteri, per il proprio vantaggio, è spesso così sottile che è quasi impercettibile.
Venere è dolce e limpido. Chi riesce a mettersi in contatto con questo pianeta, si sente pervaso da un sentimento d'improvvisa felicità, come quando si è vicina ad una persona amata: si dimentica tutto il passato e si gioisce solo del presente. Cominciando a rispondere a questa nota-chiave, sembra che gli anni non passino più e ci si sente giovani, allegri e felici.
La nota di Venere, quando tocca la ghiandola timo, fa sì che questa cominci a rispondere, fino a quando, col passare del tempo, appare la quarta rosa sulla croce del veicolo vitale. Questo impulso elevato, mette in contatto l'individuo con gli alti Regni del Mondo del Desiderio dove la Vita Animica si esprime nei bellissimi, vividi colori, nella perfezione delle forme, nella poesia dei movimenti e nella squisita armonia del suono, dove la Luce Animica rivela, nella sua ottava superiore, l'amore e l'altruismo e dove il Potere Animico si manifesta in attività filantropiche.
Qui l'individuo entra anche in contatto cosciente, con l'onda di Vita Arcangelica, della quale il Cristo è il più grande Iniziato, dove si svolgono diverse attività, specialmente quelle relative al lavoro dei vari Spiriti-gruppo e degli Spiriti di razza, vincolati alle azioni umane ed agli animali. Egli vede in azione le grandi forze d'attrazione e repulsione, il vivificante potere dell'interesse e quello dell'indifferenza che tutto avvizzisce. Qui impara che il valore della verità è davvero superiore ad ogni supposizione, perché nulla sopravvive, alla fine, senza il bene; e che tutta l'energia impiegata in qualcosa, che non è buono, non è solo una calamità, secondo il tipo di azione, ma è una forza che reagisce disastrosamente ai danni di colui che tenta di usarla per il male. Il centro spirituale della ghiandola timo vibra con un colore giallo.

LA GHIANDOLA TIROIDE ED IL MONDO DEL PENSIERO:
La ghiandola tiroide è retta dallo Spirito del pianeta Mercurio. I poteri di questa grande Gerarchia, quando si sviluppano nell'uomo, si manifestano soprattutto come ragione, intelletto, previsione, buona memoria, investigazione, giudizio rapido, eloquenza, destrezza, facilità d'espressione orale e scritta, acquisizione del sapere attraverso la ragione e facoltà ad apprendere da soli. Il cattivo impiego di questi poteri, si esprime invece, soprattutto come presunzione, astuzia, disattenzione, mancanza di principi, impertinenza, profanazione, disonestà, passione per il gioco, indecisione e nervosismo.
La nota-chiave di Mercurio è forte e chiara e risveglia nell'individuo il desiderio di conoscere il perché delle cose: perché siamo qui? Da dove veniamo? Dove andiamo? Chi è Dio? Quali segreti racchiudono le Sue grandi creazioni?
La tiroide è la quinta rosa sulla croce del veicolo vitale. Quando si risveglia la sua nota-chiave, l'individuo, assistito dalla musica delle sfere, entra in contatto cosciente col Mondo del Pensiero, dove trova gli archetipi di tutto quanto esiste nel Mondo Fisico; apprende tutto quello che ne concerne l'uso e come la sua vita futura è tracciata dagli Angeli Archivisti. Entra in contatto con l'informazione definitiva sui Signori della Mente e apprende che il Padre, è il più alto Iniziato di quell'onda di vita. Impara a conoscere la natura delle idee germinali, che producono le forme nel regno minerale, vegetale, animale e umano. Scopre l'idea germinale della vita, che si manifesta nei vegetali, negli animali e negli esseri umani, vede l'idea germinale che si converte in desiderio ed emozione negli animali e negli uomini. Vede tutte queste idee germinali, convertirsi in archetipi o modelli viventi nella Regione del Pensiero Concreto, per tutto ciò che si può trovare nel Mondo Fisico, creato dal ritmico potere della musica delle sfere. Qui apprende il valore del pensiero e come esso applichi la sua forza per il bene e per il male, rendendosi conto della necessità che lo Spirito, ottenga il controllo della mente e diriga i propri atti, in accordo al piano divino che regge l'evoluzione.
Egli comprende ora, che la propria forza creatrice è un potere di Dio, che gli fu data dal suo Divino Creatore; che tutta l'essenza-spirito che non viene usata per la costruzione dei veicoli per la rinascita di altri Ego, deve essere coscientemente diretta al cervello e da lì, destinata alla creazione di idee, in modo che quando queste si concretino in realtà, siano di grande valore per i suoi simili, nello sviluppo delle loro potenzialità divine in energia dinamica spirituale, tanto necessaria per vincere il male e promuovere il bene. Questo individuo ha ora conseguito il controllo della sua mente e conserva l'equilibrio del potere tra il cervello e gli organi riproduttori. È lo Spirito che ora governa la sua natura inferiore, poiché gli è possibile dirigere tutte le sue attività con sincero sforzo, cosa che produrrà la crescita spirituale. Il centro spirituale della ghiandola tiroide vibra con un colore violetto.

IL CORPO PITUITARIO E IL MONDO DELLO SPIRITO VITALE:
Il corpo pituitario è sotto la reggenza di Urano e la nota-chiave di questo grande Spirito Planetario, si esprime nel piano fisico, come originalità, ingegno, indipendenza, universalità, amore per la libertà, comprensione, chiaroveggenza, riforma, progresso, inventiva, decisione, misticismo e altruismo.
Se prostituiamo tutte queste espressioni, esse si manifestano come eccentricità, vita scapigliata, fanatismo, licenziosità, irresponsabilità, incostanza, sfrenatezza, perversione, impazienza e anarchia. Quando la nota-chiave celeste di Urano — ottava superiore a quella di Venere — risveglia la corrispondente nota-chiave del corpo pituitario, apre i suoi dorati petali la sesta rosa sulla croce del veicolo vitale. Essa esalta la coscienza dell'individuo, fino agli elevati regni dello Spirito Vitale, dove tutti i figli di Dio si riuniranno, un giorno, formando un'unità con Lui ed egli vede queste forze vivificanti di Dio, penetrare e unire tutto. Questa è la Regione dell'Altruismo. In questo regno

elevato, si trova il ricordo di tutto quanto è stato dal principio della creazione ed a questo grande archivio di sapienza, egli ha ora facile accesso. Qui egli può ottenere l'informazione definitiva che desidera sull'evoluzione del nostro mondo ed anche quella degli altri pianeti del nostro Sistema Solare. Entra pure in contatto cosciente, con la propria memoria superconscia, dove può vedere la storia delle sue vite passate, dal momento in cui fu concepito nel grande corpo di Dio-Madre, fino al presente.
In quest'esaltato piano del Mondo dello Spirito Vitale, l'individuo si mette in rapporto con i Signori della Forma, grande Gerarchia che ha il compito dell'evoluzione durante il nostro Periodo della Terra e da essi apprende, il vero valore dell'energia dinamico-spirituale e come la forma, viene creata.
Il corpo pituitario è uno degli anelli della catena spirituale che unisce l'uomo al Grande Spirito del Cristo, che normalmente funziona nel Suo veicolo, formato di sostanza dello Spirito Vitale; tutti gli organi ed elementi che sono usati dallo Spirito Vitale per la sua manifestazione su questo piano fisico, come il cuore, il corpo pituitario, l'etere luminoso, lo stesso pianeta Urano e la capacità di sviluppo dell'anima intellettiva, sono utilizzati dall'individuo nel suo sforzo per sviluppare il Cristo Interiore, che è in realtà il suo Spirito Vitale.
La ghiandola pituitaria è la prima sede e il cuore è la seconda, dello Spirito Vitale nell'uomo fisico. Queste sedi costituiscono il mezzo, attraverso cui l'uomo lavora per lo sviluppo delle potenzialità latenti del proprio Spirito Vitale, che è il polo femminino del suo essere: l'immaginativa, nutritiva, protettiva, energia madre dello Spirito.
Il colore dello Spirito Vitale è il giallo ed è anche giallo il colore di Urano e dell'etere luminoso e quando il corpo pituitario si risveglierà, risplenderà anch'esso di una luce gialla. Il corpo pituitario è intimamente legato con il Sentiero Mistico principale che conduce all'Iniziazione. Da ciò, risulta evidente che il risveglio del corpo pituitario, è uno dei più importanti processi che debbono compiersi per lo sviluppo dei poteri femminili di Amore-Saggezza, dello Spirito.

LA GHIANDOLA PINEALE ED IL MONDO DELLO SPIRITO DIVINO:
La ghiandola pineale è retta da Nettuno, l'apportatore della luce del Sole Spirituale, che è il Padre. La natura di questo pianeta è occulta, profetica, spirituale. L'intellettualità retta da Mercurio elevò l'umanità al di sopra dell'animale, facendola progredire. La spiritualità governata da Nettuno — ottava superiore a Mercurio — lo innalzerà al di sopra dello stato umano e lo renderà divino. Nettuno, nella sua manifestazione sul piano fisico, si mostra come sapienza, contatto con entità superfisiche di tutti i gradi, spiritualità, ispirazione, chiaroveggenza, profezia, devozione, abilità di connessione con la musica delle sfere, ideazione, volontà, occultismo, filosofia, divinità: in una parola si può considerare l'iniziatore.
Se però la sua espressione normale viene prostituita, il risultato finale sarà l'illusorietà, una condizione mentale caotica, la morbosità, l'incoerenza, l'insicurezza, la vacuità, l'ossessione, l'intrigo e la magia nera. Quando la nota-chiave del pianeta Nettuno è percepita dall'individuo, la sua bellezza indescrivibile e il suo potere, risveglieranno in lui una vera conoscenza di Dio e del Suo proposito. Egli vedrà il suo Divino Potere in azione e riconoscerà se stesso quale in realtà è.
La ghiandola pineale è la settima rosa sulla croce del corpo vitale. Quando la sua nota-chiave si risveglia per la vibrazione dello Spirito di Nettuno, la coscienza dell'individuo si eleva fino al Mondo dello Spirito Divino. Qui entra in contatto con i grandi Esseri, conosciuti come i Signori dell'Individualità, che ci assistettero nel nostro lavoro incosciente durante il Periodo della Luna e che ora lavorano con lo Spirito Vitale dell'uomo. Egli può anche mettersi in relazione con la sapienza d'altri sistemi solari e venire a conoscere altri mondi e esseri.
Il Mondo dello Spirito Divino è il regno della Volontà pura. Qui l'energia positiva di Dio, si esprime come potere dinamico, che tiene in azione tutta la creazione. Il Sentiero Occulto dello sviluppo, è intimamente legato all'attività intellettuale sviluppata dalla Luna, da Mercurio, dalla ghiandola

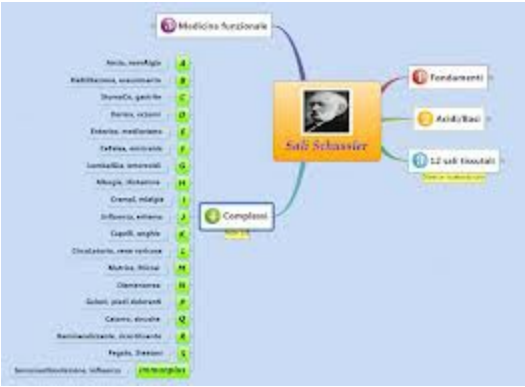
pineale e da Nettuno. Il Raggio di Nettuno, porta quello che l'occultista conosce come il Fuoco del Padre, la Luce e la Vita dello Spirito Divino, che si esprime come Volontà.
La luce di Nettuno è azzurro trasparente e quando la ghiandola pineale esce dal suo letargo, comincia a brillare di un bel e abbagliante azzurro. Il risveglio di questa ghiandola è d'estrema importanza per lo sviluppo positivo, mascolino, Potere-Volontà dello Spirito.

(*5) Ricordiamo che in Astrologia il Sole è definito come pianeta.

Scoperti dal medico e biochimico tedesco W.H. Schuessler

COSA SONO I SALI TISSUTALI NEW ERA?

I dodici elementi minerali sempre fisiologicamente presenti nel sangue



I Sali Tissutali, ovvero i dodici elementi minerali sempre fisiologicamente presenti nel sangue e nei tessuti dell'organismo, furono scoperti dal medico e biochimico tedesco W.H. Schuessler nella seconda metà dell'800.

Il Dottor Schuessler, partendo dall'osservazione dei fenomeni vitali del mondo vegetale, aveva intuito che la formazione e la crescita delle piante era direttamente influenzata dalla presenza nel terreno di alcuni minerali, indispensabili agli organismi vegetali per poter assimilare le sostanze nutritive.

Proseguendo gli studi, nel campo della biologia umana, verificò che 12 elementi minerali, sempre fisiologicamente presenti nei tessuti umani, erano componenti biochimici indispensabili per la costituzione ed il buon funzionamento dei tessuti stessi.

In una lettera scritta da Schuessler ad un collega e pubblicata nel 1873 in Appunti di Terapia Biochimica, si legge:

<I tessuti sono ammalati perché le cellule non contengono più nelle proporzioni richieste le sostanze minerali che entrano nella loro composizione", " ... le perturbazioni sopravvenute nel metabolismo delle molecole minerali dell'organismo umano sono corrette, con il mio metodo, direttamente con l'apporto all'organismo, in piccole dosi, di questi dodici elementi minerali ad esso omogenei>.

Il Dottor Schuessler aveva poi verificato sperimentalmente che l'armonia del metabolismo delle cellule era direttamente collegata alla disponibilità di questi elementi minerali, essenziali per la loro salute e benessere. Egli aveva, infatti, constatato che quando l'organismo veniva attaccato da un'infezione, doveva poter disporre degli elementi necessari a controbilanciare questo attacco con mutamenti rapidi. Una reattività non corretta poteva, secondo Schuessler, essere causata dalla carenza di uno o più fra i dodici Sali Tissutali.

<Non c'è osso senza calcio, non c'è sangue senza ferro, né saliva senza cloruro di sodio ... ad ogni carenza corrisponde un sintomo e ad ogni sintomo corrisponde un Sale>.

W.H. Schuessler, Appunti di Terapia Biochimica, 1873.
Con un'eccezionale capacità intuitiva, dopo anni di approfonditi studi e sperimentazioni, il Dottor Schuessler individuò un sistema semplice e rapido per identificare, in base ai sintomi, i Sali carenti che, assunti a piccole dosi, risultavano in grado di ristabilire l'equilibrio dell'organismo. In tempi successivi poté verificare sperimentalmente che queste carenze di Sali Tissutali - essendo carenze relative - riguardavano fondamentalmente l'assimilazione e l'utilizzo da parte dell'organismo.
Ecco perché i risultati migliori si ottengono con l'apporto a piccole dosi di questi Sali: in questo modo le cellule possono utilizzare i micronutrienti e ristabilire la reattività fisiologica.
Grazie alla diffusione degli insegnamenti del Dottor Schuessler e l'opera dei suoi collaboratori, la Biochimica dei Sali Tissutali, viene utilizzata in numerosi paesi nel mondo, con indiscusso successo per supportare fisiologicamente la vitalità ed il benessere dell'organismo.

DALL'800 AI GIORNI NOSTRI
La pubblicazione degli studi preliminari (Biochimica dei Sali Tissutali, 1873) diede grande risonanza al Dottor Schuessler. Verso la fine dell'800 i suoi collaboratori diffusero anche in America i risultati delle sue ricerche e ben presto i diritti per la produzione dei Sali Tissutali furono acquistati dalla Luyties Pharmaceutical Company di St. Louis - Missouri. Dopo la seconda guerra mondiale i diritti per la produzione dei Sali Tissutali furono ceduti ad un'importante azienda farmaceutica inglese che diffuse questi prodotti nel mercato mondiale con l'attuale marchio New Era Laboratories.
Dopo la seconda guerra mondiale i diritti per la produzione dei Sali Tissutali furono ceduti ad un'importante azienda farmaceutica inglese che diffuse questi prodotti nel mercato mondiale con l'attuale marchio New Era® Laboratories. New Era, ha creato questa linea di prodotti anche a "misura di bambino", scegliendo la forma, la preparazione e la confezione più adatta a soddisfare sia le esigenze del bambino sia quelle dell'adulto.
I Sali tissutali New Era, da quasi un secolo, vengono utilizzati per ritrovare l'equilibrio fisiologico in molte situazioni come raffreddamento, catarri, affaticamento, convalescenza, dentizione, pelle, digestione e dolori mestruali, offrendo sicurezza d'uso e rapidità d'azione.

I 12 sali singoli New Era:

NEW ERA - N. 1 – Calcium fluoratum (Fluoruro di calcio): elasticità dei tessuti, smalto dei denti, dentizione, varici, emorroidi, gravidanza.
NEW ERA - N. 2 – Calcium phosphoricum (Fosfato di calcio): ricostituente, anemia, elemento di ossa e denti, digestione lenta, problemi di dentizione, geloni, gravidanza.
NEW ERA - N. 3 – Calcium sulfuricum (Solfato di calcio): componente del sangue, acne, pelle secca, impurità della pelle, labbra secche, secrezioni gialle lente a guarire.
NEW ERA - N. 4 – Ferrum phosphoricum (Fosfato di ferro): febbre fino a 39°. Stati infiammatori, brividi, raffreddori, anemia.
NEW ERA - N. 5 – Kalium muriaticum (Cloruro di potassio): stati di raffreddamento, tosse, respiro affannoso. Raffreddore con febbre nei bambini.
NEW ERA - N. 6 – Kalium phosphoricum (Fosfato di potassio): stress, nervosismo, depressione, esaurimento psicofisico, indigestione di origine nervosa.
NEW ERA - N. 7 – Kalium sulfuricum (Solfato di potassio): catarro con secrezioni giallastre, forfora, pelle desquamata, essudazione appiccicosa. Unghie fragili.
NEW ERA - N. 8 – Magnesium phosphoricum (Fosfato di magnesio): crampi, nervi tesi, flatulenza.
NEW ERA - N. 9 – Natrum muriaticum (Cloruro di sodio): disidratazione, demineralizzazione, perdita dell'olfatto e del gusto, raffreddori con lacrimazione e rinorrea.
NEW ERA - N. 10 – Natrum phosphoricum (Fosfato di sodio): neutralizzatore di acido.

Indigestione gastrica, bruciori, tendenza ai dolori reumatici, anemia.
NEW ERA - N. 11 – Natrum sulfuricum (Solfato di sodio): equilibrio dei liquidi corporei, ritenzione idrica, eczema umido, disturbi digestivi, sintomi influenzali.
NEW ERA - N. 12 – Silica (Biossido di silicio): depurazione della pelle, sudorazione maleodorante. Brufoli, unghie fragili. Osteoporosi.

I 19 complessi di sali New Era:

Molti anni di esperienza e di risultati, hanno portato all'introduzione di rimedi combinati da usare per certi gruppi di disturbi. La comodità della forma combinata è evidente per quando sono necessari più Sali tissutali. I rimedi combinati sono indicati con lettere dell'alfabeto.
Possono essere assunti in completa sicurezza, in concomitanza con altre forme di trattamento o in alternanza con ognuno dei singoli Sali tissutali.

COMPLESSO A (Ferr. phos., Kali. phos., Mag. phos.): nevrite, nevralgia, sciatalgia.
COMPLESSO B (Calc. phos., Kali. phos., Ferr. phos.): stress, affaticamento, esaurimento nervoso, convalescenza, memoria e concentrazione.
COMPLESSO C (Mag. phos., Nat. phos., Nat. sulf., Silica): gastrite, pirosi gastrica, dispepsia.
COMPLESSO D (Kali. mur., Kali. sulf., Calc. sulf., Silica): dermatite, acne, eczema secco, crosta lattea.
COMPLESSO E (Calc. phos., Mag. phos., Nat. phos., Nat.sulf.): digestione lenta, sonnolenza post-prandiale, meteorismo, flatulenza, colite. Coliche gassose del lattante.
COMPLESSO F (Kali. phos., Mag. phos., Nat. mur., Silica): mal di testa di origine nervosa.
COMPLESSO G (Calc. fluor., Calc. phos., Kali. phos., Nat.mur.): mal di schiena, lombalgie.
COMPLESSO H (Mag. phos., Nat. mur., Silica): pollinosi, rinite allergica, dermatite allergica.
COMPLESSO I (Ferr. phos., Kali. sulf., Mag. phos.): dolori muscolari, mialgie, strappi muscolari, crampi.
COMPLESSO J (Ferr. phos., Kali. mur., Nat. mur.): influenza, tosse, raffreddore, brividi.
COMPLESSO K (Kali. sulf., Nat. mur., Silica): unghie fragili, caduta dei capelli (somministrare per lunghi periodi).
COMPLESSO L (Calc. fluor., Ferr. phos., Nat. mur.): varici, disturbi circolatori, emorroidi.
COMPLESSO M (Nat. phos., Nat. sulf., Kali. mur., Calc. phos.): dolori reumatici (somministrare per lunghi periodi).
COMPLESSO N (Calc. phos., Kali. mur., Kali. phos. Mag. phos.): dolori mestruali.
COMPLESSO P (Calc. fluor., Calc. phos., Kali. phos. Mag. phos.): gambe e piedi doloranti.
COMPLESSO Q (Ferr. phos., Kali. mur., Kali. sulf., Nat. mur.): catarro delle vie respiratorie, sinusite. Catarro cronico e del fumatore.
COMPLESSO R (Calc. fluor., Calc. phos., Ferr. phos., Mag. phos., Silica): dentizione dei lattanti e ricambio della dentizione nei bambini. Osteoporosi.
COMPLESSO S (Kali. mur., Nat. phos., Nat. sulf.): mal di testa con disturbi digestivi. Disturbi digestivi ed intestinali. Nausea.
IMMUNPLUS (Silica, Nat. Mur., Mag. Phos.): difese immunitarie.

La soluzione arriva da una tecnica terapeutica della medicina olistica

IL TEST MUSCOLARE KINESIOLOGICO

Qualsiasi muscolo del corpo varia a seconda degli stimoli che riceve

Scommetto che anche tu, come me, conosci delle persone che compiono scelte importanti in piena serenità, che sentono e sanno sempre cosa è giusto fare e per questo sono felici.E scommetto che ti chiedi come diavolo fanno e perché per te invece è così difficile prendere decisioni, soprattutto se importanti.Devo accettare quella proposta di lavoro? Lo lascio o non lo lascio? Chissà se sono intollerante al latte? Qual è l'ora migliore per fare fare i compiti a mio figlio? Qual è scuola è più adatta a lui? E potrei andare avanti all'infinito…la vita ci pone continuamente di fronte a dei bivi e a delle scelte.Ti piacerebbe essere meno indeciso e smettere di fare scelte che poi si dimostrano sbagliate? Vorresti riuscire a prendere le tue decisioni in maniera meno sofferta? Se hai risposto sì, ho una bella notizia per te: esiste un modo per riuscire a fare sempre la scelta giusta e sto per svelartelo.La soluzione arriva da una tecnica terapeutica della medicina olistica conosciuta con il nome di Kinesiologia, che unisce la saggezza delle antiche arti orientali e i metodi del benessere occidentale in modo efficace ed innovativo. Si contraddistingue dalle altre discipline per l'uso di uno strumento davvero eccezionale chiamato appunto Test Muscolare.Nel 1964 il famoso chiropratico George Goodeart si accorse che la forza contrattile di qualsiasi muscolo del corpo varia a seconda degli stimoli che riceve, siano essi fisici, mentali, emotivi, nutrizionali o biochimici.Scoprì così questo impareggiabile strumento di bio-feedback per dialogare col corpo e trovare risposta ad ogni domanda.Si tratta di un metodo semplice, accessibile a tutti e praticabile in ogni luogo, per comunicare con l'inconscio, e che consente di interagire con l'intelligenza innata del corpo.

Il tuo Corpo Ha Tutte le Risposte

Il Test Muscolare si basa sul presupposto che il corpo possiede una sua saggezza istintiva, che si

manifesta anche con la reazione di alcuni muscoli soggetti a un dato sforzo. L'idea di "Corpo" come "intelligenza" attiva e come punto di incontro fra interno ed esterno, fra pensiero e azione, è molto recente per la Psicologia e per la Medicina occidentale, ma è antica quanto l'uomo nelle pratiche medice orientali. Discipline come la Medicina Tradizionale Cinese o l'Ayurveda Indiana da secoli sostengono che non esiste corpo che non sia abitato di energia e l'energia non è altro che una forma di intelligenza superiore.Il Test Muscolare è appunto lo strumento più sofisticato scoperto fino ad oggi che permette di decifrare il codice corporeo.Le potenzialità di questo strumento sono enormi, poiché oltre a guidarci nell'individuare gli squilibri energetici presenti e passati di cui l'organismo conserva sempre le tracce, ci permette anche di avere la risposta di fronte ai dubbi ed alle domande che ci assillano.

Come Funziona Esattamente? Il Test Muscolare consiste nell'utilizzare i muscoli come fossero dei "terminali" di un computer, precisamente nel nostro biocomputer corporeo. A seconda del livello di tenuta o di cedimento del tono muscolare di specifici muscoli in relazione a uno stimolo fisico, mentale, emotivo, nutrizionale o biochimico, il Test Muscolare ci mostra quando il subconscio è in accordo o disaccordo con una determinata affermazione.Tramite questi segnali che danno maggiore o minore forza ai muscoli, il Sé Istintivo, manifesta il proprio accordo o disaccordo rispetto a una determinata questione.Il nostro corpo si muove perché il nostro subconscio dirige una complessa rete di impulsi elettrici che arrivano a determinati muscoli e ne causano il movimento e l'azione.La forza del segnale elettrico, determinerà la forza della risposta nel muscolo in questione; ma l'intensità del segnale elettrico è strettamente legata a quali pensieri ha la nostra mente in quel momento.Quando la mente pensa ad un'affermazione con la quale l'inconscio non è d'accordo si crea un conflitto elettrico che riduce la forza del segnale al muscolo, con una diminuzione di forza di quest'ultimo. In conclusione quando il corpo riconosce qualcosa come "non valida", si determina un calo di forza muscolare mentre se dici o pensi qualcosa che risuona come vero con il subconscio, i campi elettrici e magnetici in tutto il corpo diventano più forti e di conseguenza, anche i muscoli diventano più forti.

Come Faccio ad Eseguire il Test Muscolare su me Stesso?

Ci sono svariati modi nei quali il Test Muscolare può essere fatto autonomamente su sé stessi.Ecco le spiegazioni dei due modi più comuni per fare il test muscolare in maniera autonoma.Prima di farlo assicurati di avere sufficiente energia vitale, pertanto non farlo quando sei particolarmente stanco o senti un basso livello di energia.

Metodo # 1: Test Muscolare In Piedi con l'Ondeggiamento del Corpo

si ***no***

Mettiti in piedi con le gambe leggermente divaricate. Appoggiati bene sui piedi tenendoli più o meno allineati con le spalle. L'ideale sarebbe stare a piedi nudi a contatto con il terreno o con delle scarpe senza tacco. Non piegare le ginocchia e mantieni le spalle e la testa dritte e ben erette, ma rilassate.
Chiudi gli occhi, porta tutta l'attenzione su te stesso, fai una profonda inspirazione ed espira lentamente. Rilassati.
Pronuncia la parola "Sì". Avvertirai il tuo corpo fare una leggera inclinazione in avanti.
Ritorna alla posizione iniziale, e pronuncia "No". Il corpo avrà una leggera inclinazione all'indietro.
Ora poni al tuo corpo una domanda qualsiasi. Dopo alcuni secondi sentirai il tuo corpo cadere in avanti o all'indietro. Se ti senti cadere in avanti, significa che il tuo corpo ti sta dicendo Sì. Se ti senti cadere all'indietro, significa che il tuo corpo ti sta dicendo No.

Metodo # 2: Test Muscolare Con le Dita

- Siediti comodamente in un ambiente rilassato e porta l'attenzione sul respiro. Rendilo calmo.
- Crea un anello con il pollice ed il mignolo o con il pollice e l'indice della mano sinistra (se siete mancini usate la destra). Sii naturale e non mettere troppo sforzo nel gesto. Quindi analizza le sensazioni che derivano dalla pressione delle due dita. Concentrati sul livello di forza che stai mettendo per tenere un dito contro l'altro. Ogni volta che ripeti il test cerca di mantenere lo stesso livello di forza.
- Congiungi a becco d'anatra l'indice e il pollice dell'altra mano, e inseriteli nell'anello.
- Prova ad aprire l'anello spingendo con il pollice destro contro quello sinistro e l'indice contro il mignolo. Nel momento in cui riesci ad aprirlo, analizza quanta forza hai utilizzato.
- Ricrea l'anello con il pollice ed il mignolo della mano sinistra (se sei mancino usate la destra).
- Ricongiungi a becco d'anatra l'indice e il pollice dell'altra mano, e inseriscili nell'anello.
- Ora poniti una domanda qualsiasi.
- Prova ad aprire l'anello, e analizza se la forza che devi impiegare per per aprire l'anello è maggiore, uguale o minore di quella utilizzata al punto 4.
- Se il distacco avviene con una certa fatica la risposta è No. Se invece l'apertura dell'anello risulta facile e naturale la risposta è Sì.

In Alternativa

- Siediti comodamente in un ambiente rilassato e porta l'attenzione sul respiro. Rendilo calmo.

- Crea due cerchi chiusi con i pollici e gli indici delle due mani, ed intrecciateli l'un l'altro (un cerchio dentro l'altro).

Poniti la domanda.

Tira in modo da aprire i due anelli. Se essi non si separano, o la separazione richiede forza, la risposta è No. Contrariamente la risposta è Sì.
Nota Importante: Per accedere al bagaglio di saggezza del tuo subconscio è importante fare l'esercizio in maniera attenta e concentrata ed essere concisi e precisi nelle domande.

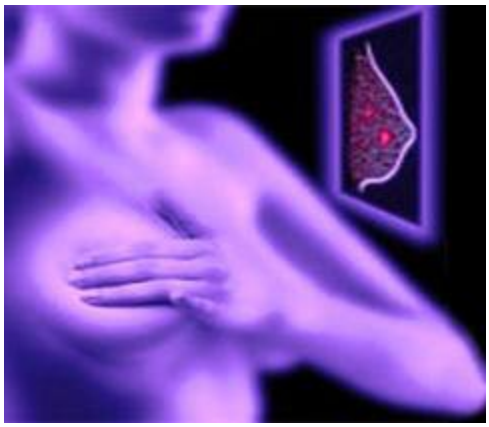
Cosa Faccio Se l'Esito del Mio Test Muscolare Non E' Chiaro?
Spesso le reazioni del corpo sono chiare e ben decifrabili, a volte però potrà capitare di non essere certi della risposta ricevuta dal corpo. In questo caso prendi le seguenti misure:Ripeti il test. Prima di iniziare fai una serie di respiri profondi e svuota la testa da ogni pensiero. Bevi un bicchiere di acqua, se il tuo organismo è disidratato le risposte potrebbero essere non attendibili.

http://omnama.it/test-kinesiologico

Oltre 1.000.000. di donne americane danneggiate da trattamenti per tumori che non hanno mai avuto

STUDIO SHOCK: LE MAMMOGRAFIE SONO UNA BUFALA MEDICA

Il culto di Komen



di
Mike Adams

La mammografia è una crudele bufala medica. Come ho descritto su Natural News più di una volta, lo scopo principale della mammografia non è "salvare" donne dal cancro, ma reclutarle come falsi positivi per spaventarle e portarle a sottoporsi a trattamenti costosi e tossici come la chemioterapia, le radiazioni e la chirurgia.
Il "piccolo sporco segreto" dell'industria del cancro è che proprio gli stessi oncologi che terrorizzano le donne con la falsa credenza di avere un cancro sono quelli che realizzano enormi profitti vendendo loro i chemioterapici. Il conflitto di interessi e l'abbandono dell'etica nell'industria del cancro lascia senza fiato.
Ora, un nuovo studio scientifico ha confermato esattamente quello da cui ho messo in guardia i lettori per anni: la maggior parte delle donne con "diagnosi" di cancro tramite mammografia non hanno mai avuto il cancro, ed è solo l'inizio.

IL 93% DELLE "DIAGNOSI PRECOCI" NON HA ALCUN BENEFICIO PER IL PAZIENTE

Questa è la conclusione del pionieristico studio pubblicato sul New England Journal of Medicine. (1)

"Abbiamo riscontrato che l'introduzione dello screening ha portato 1,5 milioni di donne alla diagnosi di cancro alla mammella in fase iniziale" scrive il co-autore dello studio Dr. Gilbert Welch.

Ora, a prima vista questa potrebbe sembrare una buona notizia. Potreste pensare "Beh, la diagnosi precoce salva delle vite, proprio come ci hanno detto Komen e le associazioni no-profit riguardo il cancro". Ma sbagliereste. Come scoperto dal team del Dr. Welch, virtualmente non vi è stata riduzione degli stadi terminali del cancro alla mammella a partire da tutte queste diagnosi precoci, e questo significa che alla maggior parte delle donne a cui è stato detto di avere il cancro alla mammella dopo una mammografia è stato mentito.
Così continua il dottore
"Abbiamo scoperto che ci sono state solo 0,1 milioni di donne in meno con una diagnosi di cancro alla mammella in fase terminale. La discrepanza significa che c'è stata molta diagnosi inutile ed esagerata: a più di un milione di donne è stato detto di avere un cancro in fase iniziale –molte delle quali hanno subito chirurgia, chemioterapia o radiazioni per un cancro che non le avrebbe mai fatte stare male. Anche se è impossibile sapere chi siano queste donne, il danno è evidente e serio".
Si, lo è. Infatti, se fate il calcolo, 0,1 milioni di donne in meno con un cancro in fase terminale rispetto ad 1,5 milioni di diagnosi precoci significa che si ha avuto un falso positivo nel 93% dei casi; questo significa che non si sarebbe in ogni caso arrivati alla fase di cancro terminale.

CHEMIOTERAPIA, RADIAZIONI E CHIRURGIA ONCOLOGICA SONO IN GRAN PARTE BUFALE
Secondo quanto detto dagli scienziati, "il cancro alla mammella è stato over-diagnosticato (cioè sono stati trovati tumori in fase di screening ma questi non avrebbero mai portato a sintomi clinici) in almeno 1,3 milioni di donne americane negli ultimi 30 anni."
Gli oncologi di queste donne hanno mentito: "se non acconsentite al trattamento, morirete entro sei mesi" (o due anni, o qualsiasi tipo di scansione fraudolenta essi usino).
Sotto la minaccia di questa paura, la maggior parte delle donne si piegava e acconsentiva a iniziare il trattamento – spesso nello stesso giorno della falsa diagnosi. Questo cosiddetto trattamento consiste in una iniezione di sostanze chimiche mortali che fanno la fortuna degli oncologi che le vendono ai loro stessi pazienti. Si, è così: le cliniche oncologiche e i centri di trattamento del cancro fanno profitti enormi sui chemioterapici che vendono ai loro pazienti – gli stessi pazienti che spaventano e dirigono verso il trattamento con mammografie falsamente positive.
Ignorando il quasi totale fallimento della mammografia da un punto di vista scientifico, la propaganda continua a spingere verso questa tecnica in maniera assordante. Come il Dr. Welch spiega in questo articolo del New York Times (2):
"Nessun altro test clinico è stato tanto pubblicizzato come la mammografia – gli sforzi sono andati oltre la persuasione e sono arrivati alla coercizione. E chi la proponeva ha usato le più fuorvianti statistiche di screening a disposizione: i tassi di sopravvivenza. Una recente campagna Komen esemplifica questo aspetto: in breve, dite a chiunque che ha il cancro, e i tassi di sopravvivenza aumenteranno a dismisura."
Komen for the cure, ovviamente, è stata scoperta a mentire sui presunti "benefici" della mammografia (3). Il loro trucco statistico frega la maggior parte delle donne, tristemente, e le convince a subire chemioterapie tossiche per un cancro alla mammella che non hanno mai avuto.

LO STARNAZZARE DELL'ONCOLOGIA MODERNA
Quando le donne iniziano una chemioterapia per un cancro che non hanno iniziano anche a sperimentare quello che gli oncologi chiamano "sintomi del cancro". I capelli cadono. L'appetito scompare. I muscoli si atrofizzano. Diventano deboli, confuse e cronicamente stanche. Il dottore del cancro dice poi loro "devi essere forte per sopportare tutto questo mentre le medicine fanno effetto"
Pure chiacchiere! Potreste fare meglio invocando il voodoo o semplicemente sperando di guarire. Perché tutto quel che gira attorno all'esperienza del cancro nella medicina moderna –la diagnosi, il

trattamento, le autorità sanitarie– è maliziosamente fabbricato per generare un profitto all'industria del cancro.

MIGLIORI" TECNOLOGIE PORTANO A PIÙ FALSI POSITIVI
Non c'è miglior esempio delle chiacchiere della medicina moderna che quello dell'industria del cancro. Armato con le ancora-più-precise macchine per la mammografia, il tasso di falsi positivi ha sfondato il soffitto.

Come il Dr. Welch scrive sul New York Times (4):

Sei anni fa, un follow up a lungo termine di un trial randomizzato mostrò come un quarto dei tumori riscontrati con lo screening fosse un caso di over-diagnosi. Questo studio rifletteva le potenzialità dei macchinari degli anni 80. I nuovi macchinari digitali riscontrano molte più anormalità e le stime dell'over-diagnosi sono salite compatibilmente: ora siamo probabilmentee tra un terzo e metà dei tumori diagnosticati con questa metodica.
Capito la storia? Molte delle diagnosi di cancro da mammografia sono false. Ma sono un'ottima tecnica di terrorismo per trovare donne-adepte a quello che può solo che esser chiamato "culto del cancro" dove vengono manipolate fino ad auto avvelenarsi con le medicine. Verranno più tardi chiamate "sopravvissute al cancro", se il veleno non riuscirà ad ucciderle.
Queste sopravvissute al cancro, ovviamente, sono vittime di un malizioso culto medico che io chiamo "culto di Komen". In quasi tutti i casi non è stato il cancro ad ucciderle, ma il trattamento!

IL CULTO DI KOMEN
Le persone di oggi storcono il naso al suicidio di massa del 1978 del culto di Jim Jones pensando "come è possibile che i membri siano stati tanto stupidi da avvelenarsi a morte da soli?"
Guardatevi attorno gente, perché l'industria del cancro ha preso la stessa formula di quel culto e l'ha moltiplicata per un milione. Il "culto di Komen" è una versione moderna del culto suicida di Jim Jones. Si tratta di un culto dove le persone "credono" nella promessa di salvezza di un indottrinamento chimico ma che in realtà si vedono dare morte, dolore, sofferenza e umiliazione. (Molti chirurghi oncologici hanno letteralmente amputato mammelle a seguito di diagnosi

falsamente positive, sfigurando quelle donne per il resto della vita)
Una delle caratteristiche chiave di questo culto è l'adorazione dell'auto-mutilazione. Non si tratta solo di donne che vengono manipolate fino a farsi amputare le mammelle dai chirurghi; si tratta anche di donne manipolate fino a farsi iniettare veleni mortali che distruggono i loro reni, i loro fegati e i loro cervelli. L'effetto collaterale numero 1 della chemioterapia, peraltro, è il cancro.
Come ogni culto, quello dell'industria del cancro spinge su una propaganda carica di contenuto emotivo e su simboli potenti (i fiocchi rosa). Milioni di donne vengono innocentemente intrappolate in manifestazioni e raccolte fondi, apparentemente senza indizio del fatto che la maggior parte dei soldi per le "cure" finisce col pagare altre mammografie e quindi altre false diagnosi che costringeranno ancora più donne a cadere nel racket.
Così, le stesse donne che partecipano alle raccolte fondi in questi eventi promossi dal culto dei fiocchi rosa, stanno partecipando a pagare le macchine per le mammografie che recluteranno altre donne nello stesso culto tramite diagnosi inutili seguite da "campagne di paura e terrore" portate avanti dagli oncologi. Quel che oggi l'industria del cancro sta facendo è, senza mezze misure, un crimine contro le donne. Si tratta anche di una forma di mutilazione culturale nei confronti delle donne, più o meno come abbiamo visto con gli Aztechi, i Maya e varie culture africane durante il corso della storia.
Il culto di Komen è un'operazione criminale? Quasi certamente. Su base scientifica? Neanche per

sogno. Non esiste nulla di scientifico nella moderna industria del cancro se non la scientifica manipolazione delle paure e delle emozioni femminili. Quel che manca a Komen e all'industria in campo etico, scientifico o dei fatti viene ampiamente bilanciato dalle tattiche di influenzamento linguistico, di coercizione e di delibera menzogna sui benefici della mammografia.
L'industria del cancro non è un business della cura del cancro, in fin dei conti; di fatto è il business della propaganda del culto del cancro. Come spiega il Dr.Welch:
"I sostenitori dello screening incoraggiano il pubblico a credere in due cose false e conosciute come tali. Primo, che ogni donna che ha avuto il cancro diagnosticato con una mammografia ha avuto la sua vita salvata (pensate a quelle T-shirt con scritto "La mammografia salva le vite. Io ne sono la prova"). La verità è che queste "sopravvissute" sono molto più probabilmente vittime di over-diagnosi.
Così, tutte quelle donne che marciano indossando le T-Shirt rosa che dicono "la mammografia salva la vita" stanno in realtà dichiarandosi come vittime incoscienti di una campagna scientifica mirata alle donne e tesa a spaventarle e portarle verso trattamenti che non necessitano e che le mutileranno con farmaci tossici o bisturi chirurgici.
Se quelle magliette dicessero la verità, dovrebbero dire "Sono sopravvissuta all'industria del cancro"
La grande domanda in tutto questo, ovviamente, è: per quanto tempo la cultura occidentale continuerà a vivere sotto l'influenza del culto di Komen? Quanti altri milioni di donne dovranno sacrificarsi sotto le chiacchiere della mammografia e la truffa dell'oncologia moderna?
Ma soprattutto, perché le famiglie consentono alle loro madri, figlie, zie e nonne di essere avvelenate e mutilate proprio davanti ai loro occhi standosene sedute ascoltando le finte autorità mediche che di fatto praticano nulla più che chiacchiere?

L'ONCOLOGIA MODERNA È IL MEDIOEVO DELLA MEDICINA OCCIDENTALE
Verrà il giorno, come ho predetto più volte, in cui la moderna pratica della chemioterapia verrà relegata nei libri di storia come malasanità insieme al respirare vapori di mercurio o al rimuovere chirurgicamente organi del corpo per curare malattie psichiatriche. Fino a quel giorno, un numero incalcolabile di donne innocenti verrà ingannato e portato alla mutilazione, all'intossicazione chimica e alle radiazioni da dottori malvagi che francamente non si interessano minimamente di quante donne mutilano o uccidono fintanto che questo viene loro rimborsato.
Questa è la verità sull'industria del cancro che non sentirete da Komen (ne da qualsiasi altro adepto del culto del fiocco rosa)

LA CONCLUSIONE DAGLI AUTORI DELLO STUDIO
Nonostante il sostanziale incremento delle diagnosi di cancro alla mammella in fase iniziale, lo screening mammografico ha solo marginalmente ridotto il numero di donne che si presentano con un cancro avanzato. Anche se non è chiaro quali fossero le donne realmente affette, questo squilibrio suggerisce una sostanziale over-diagnosi in circa un terzo delle nuove diagnosi e che lo screening ha, nella migliore delle ipotesi, solo un minimo effetto sui tassi di morte da carcinoma alla mammella.

Fonte: www.naturalnews.com
http/groups.google.com

Il ricercatore danese dott. Peter Gotzsche
ha sollevato per primo la questione

MAMMOGRAFIE PERICOLOSE ANCHE PER FALSE DIAGNOSI!

Non offrono benefici, cominciano a dirlo anche i medici
Le mammografie danneggiano molte più donne di quante ne aiutino", dice Mike Adams

traduz. di Stefano Pravato

Aumenta il numero dei medici che contestano l'affermazione che le mammografie a cadenza annuale diminuiscano il rischio di morte per cancro al seno nelle donne.
Il ricercatore danese dott. Peter Gotzsche ha sollevato per primo la questione in uno studio pubblicato nel "The Lancet" nell'Ottobre 2006. Gotzsche ha riesaminato gli studi svolti originalmente sui benefici delle mammografie e li ha trovati insoddisfacenti.
Da allora, altri medici hanno iniziato ad affermare che oltre a non fornire protezione, le mammografie - che richiedono un'esposizione a radiazione delle pazienti - in realtà possono aumentare il rischio di cancro nelle donne.
"Le ultime evidenze spostano il bilancio dalla parte del danno e lontano dai benefici", dice il dott. Michael Baum dell'University College di Londra.
Secondo il giornalista canadese dott. W. Gifford -Jones, le donne con età compresa tra i 40 e i 49 anni che si sottopongano a mammografia con regolarità hanno il doppio delle probabilità di morire per cancro al seno rispetto alle donne che non si sottopongano allo screening.
"Gli esperti dicono che si devono esaminare 2.000 donne l'anno per 10 anni per essere di beneficio in un caso", ha scritto di recente.
Gifford-Jones sottolinea anche altri rischi, sia fisici che psicologici.
Secondo alcuni esperti, comprimendo il seno delle donne durante la mammografia si possono rompere alcuni vasi sanguigni, provocando la diffusione di un eventuale cancro nelle altre parti del corpo e aumentando pertanto il rischio di mortalità della paziente.
Egli ha anche indicato il trauma sofferto dalle donne che ricevono esiti falsamente positivi della loro mammografia, e il pericoloso senso di sicurezza di quelle che ricevono esiti falsamente

negativi.
Gli studi mostrano che le mammografie non riescono a rilevare il cancro nel 30 percento dei casi nelle donne in età compresa tra 40 e 49 anni. Inoltre, possono volerci otto anni prima che un tumore al seno sia abbastanza grosso da essere rilevato, e nel frattempo il cancro potrebbe essersi diffuso in altre parti del corpo.
"Le mammografie in realtà danneggiano molte più donne di quante ne aiutino", dice Mike Adams, autore di "The Healing Power of Sunlight and Vitamin D," un report liberamente disponibile che illustra alcune strategie per la prevenzione del cancro al seno e alla prostata. "Le mammografie vengono usate per lo più come strumento per invischiare le donne in un sistema di controllo medico basato su diagnosi errate e tattiche che inducono paura.
La maggior parte delle donne vanno allora in chemioterapia, si sottopongono a operazioni chirurgiche o a trattamenti radioterapici che possono provocare ulteriori danni o anche uccidere".

Sono cibi molto diffusi nel mondo occidentale,

I CINQUE CIBI KILLER: I GRASSI TRANS

Veri e propri veleni per l'organismo umano

I 5 killer dell'alimentazione naturale sono cibi molto diffusi nel mondo occidentale, e ad un certo livello li considero dei veri e propri veleni per l'organismo umano.
Non voglio dilungarmi nella terminologia e soprattutto non voglio essere preso per uno che fa "terrorismo alimentare", vorrei solo che tu ti renda conto che forse tutto quello che ci propina il mercato, l'industria alimentare e la pubblicità non è proprio il massimo della salute.

I GRASSI TRANS
I grassi trans non sono altro che grassi che hanno subito una trasformazione chimica artificiale. Per avere un grasso trans è sufficiente aggiungere un po' di idrogeno ad un olio vegetale per renderlo più solido. C'è tutto un processo che utilizza anche dei metalli altamente pericolosi (come il nichel) che fungono da catalizzatori, ma ti risparmio le lezioni di chimica e passo alle cose importanti.
I vantaggi a livello industriale sono notevoli. E' possibile in questo modo ottenere grasso vegetale solido a basso costo, molto più pratico da usare dei classici oli vegetali, che tra l'altro irrancidiscono facilmente.
I grassi trans si formano anche con il processo di raffinazione degli oli vegetali. Il processo di raffinazione è utilizzato per ottenere tutti gli oli di semi non spremuti a freddo (e quindi la stragrande maggioranza degli oli di semi), e l'olio d'oliva non extra-vergine. L'olio viene estratto con l'utilizzo di solventi chimici, che vengono poi eliminati per distillazione. Esso viene successivamente reso commestibile con l'utilizzo di sostanze alcaline che ne abbassano l'acidità, riportandola a valori accettabili. Questo processo produce una piccola quantità di acidi grassi insaturi di tipo trans, circa il 5% rispetto al quantitativo totale di grassi (quindi in una bottiglia di

olio di semi da un litro ci sono circa 50 grammi di grassi trans, in un cucchiaio circa mezzo

grammo).
Il nostro corpo fisico non è assolutamente in grado di digerire questo tipo i grassi, semplicemente perché non ha la struttura di enzimi necessari per gestirli. A causa della NON digestione da parte del nostro organismo questi veleni vengono accumulati nei tessuti, portando problemi all'organismo, anche molto gravi.
In natura non esistono i grassi trans, tranne che in alcune carni di grossi ruminanti ed in particolari prodotti caseari, ma che comunque sono presenti in quantità minima. Purtroppo, anche se nel mondo sono diffusissimi in tutti i prodotti alimentari industriali, non esistendo in Italia una regolamentazione in proposito per l'inclusione nelle etichette degli alimenti, se non siamo più che accorti rischiamo di assumerne in quantità elevate, senza nemmeno saperlo.
Giusto per dare un'idea della pericolosità di quello che sto parlando ecco un elenco di problemi che possono portare:

Malattie cardiovascolari e coronariche
Abbassano il colesterolo buono (HDL) e alzano quello cattivo (LDL)
Aumento del rischio di cancro alla prostata e alla mammella
Incrementano la produzione di radicali liberi
Promuovono lo sviluppo dell'Alzhaimer
Incremento del rischio di diabete di tipo 2
Obesità e grasso addominali
Disfunzioni del fegato
Infertilità nella donna e abbassamento dei livelli di testosterone nel'uomo
Causano un basso peso dei bambini alla nascita
Diminuiscono il valore nutritivo nel latte materno
Aumento del rischio di infarto

Dove si trovano?
A causa della scarsa regolamentazione a livello europeo di questo tipo di alimenti, è abbastanza difficile individuare nelle etichette dei prodotti che ogni giorno consumiamo la scritta "grassi trans". Tuttavia, non è difficile eliminarli completamente dalla nostra alimentazione.
I grassi trans li troviamo in tutti gli alimenti che riportano come dicitura tra gli ingredienti:

Olio di semi
oli vegetali idrogenati
oli vegetali parzialmente idrogenati
grassi vegetali idrogenati
grassi vegetali parzialmente idrogenati
margarina (anche quella priva di grassi idrogenati)
Sono da evitare anche tutti gli oli vegetali che NON sono spremuti a freddo in quanto contengono dei grassi modificati in seguito al processo a temperature troppo elevate.

I seguenti prodotti di largo consumo vanno tenuti sotto controllo:
Prodotti da forno confezionati: Biscotti, brioche, focacce, crostate, torte, patatine in sacchetto ecc. Tutti riportano gli ingredienti e quindi è semplice individuare la presenza di grassi trans.

brioche

Prodotti da forno artigianali: Da tenere sotto controllo soprattutto i prodotti di pasticceria, che nel 90% dei casi fanno uso di grassi trans. Gli esercizi devono obbligatoriamente riportare in vista gli ingredienti di ciò che vendono, se non li trovate chiedeteli all'esercente e se trovate margarina o grassi idrogenati tra gli ingredienti, cambiate pasticceria.

Pasticcini

Gelati artigianali: La situazione dei gelati non è grave come quella delle pasticcerie, ma il rischio è comunque alto. Ormai quasi tutte le gelaterie fanno uso di preparati industriali che spesso contengono grassi trans, che hanno il vantaggio di far sciogliere il gelato più lentamente.

gelati

Oltre ovviamente ai prodotti appena descritti, che vengono serviti anche al ristorante, bisogna cercare di evitare quelle preparazioni che fanno uso probabile di margarina. I dolci, se non sono

“della casa”, sono acquistati da pasticcerie industriali o artigianali che al 90% usano margarina.

margarina

Come fare a non risultare sgradevoli al ristorante?
Semplice, visto che è un tuo diritto sapere cosa mangi, fingi di avere un’allergia alla margarina e chiedi se è presente nelle pietanze che stai per ordinare.
In genere comunque in Italia siamo piuttosto fortunati per quanto riguarda questo cibo killer. Anche se le industrie alimentari ne fanno largo uso, nelle nostre tavole non troviamo olio di semi ultra raffinato, ma olio extra vergine di oliva spremuto a freddo.
Non spalmiamo margarina o altri grassi vegetali spalmabili sul pane come fanno gli americani o le popolazioni dei paesi in via di sviluppo, ma burro (ok, anche questo non è proprio il massimo della salute, ma sempre meglio della margarina è).
Vorrei precisare che lo scopo di questo articolo non è tanto quello di puntare il dito contro l’industria alimentare, ma cercare di dare alle persone la giusta informazione.
La cosa più importante inoltre che vorrei trasmetterti è questa:
Il tuo stato di salute è sotto la tua responsabilità. Siccome sei l’essere umano che ti conosce meglio al mondo, smetti di delegare la tua salute al dottore, alla famiglia o al prete.

Fonte: Scuoladellasalute

Eliminazione dalle tossine accumulate durante l'inverno

GLI ALIMENTI DRENANTI PER SGONFIARE PANCIA FIANCHI E COSCE

Con la bella stagione nasce l'esigenza di depurarsi

di
Giusy Capozzi

Con l'arrivo della bella stagione in genere nasce l'esigenza di depurarsi e sgonfiare pancia, fianchi e gambe, una sorta di eliminazione dalle tossine accumulate durante l'inverno. Quali alimenti scegliere dunque per potersi sentire più leggeri e sgonfi?
Ecco i 10 alimenti top che non devono mancare in tavola.

Spinaci, avocado e banane -
sono ottimi per combattere il gonfiore perchè ripristinano il ph dell'organismo mantenendolo in equilibrio. Una tazza di spinaci inoltre contiene circa 839 mg di potassio contro i 539 mg dello stesso quantitativo di banane, contengono anche acqua e fibre che aiutano a mantenere regolato l'intestino e ad assicurare una corretta digestione favorendo l'eliminazione delle tossine e delle scorie.

Ananas, anguria, cetrioli e limone -
contengono molta acqua ed il limone in particolare ha un potente effetto sgonfiante e depurativo soprattutto se bevuto al mattino a digiuno sciolto in un bicchiere di acqua tiepida.
L'ananas contiene un enzima chiamato bromelina presente nel succo che aiuta a metabolizzare le proteine ed a combattere efficacemente i problemi intestinali. Per questo consumare ananas favorisce una pancia più sgonfia. Questo frutto viene definito catabolico, nel senso che per digerirlo si consumano più calorie di quelle contenute nel frutto stesso, per cui l'ananas aiuta anche a perdere peso.

Finocchio -
non solo ha proprietà carminative, riduce quindi la presenza dei gas nello stomaco combattendo il gonfiore, ma è ricco di fibre che facilitano l'eliminazione delle tossine. Una tisana al finocchio dopo pranzo o cena favorisce la digestione.

Tè verde -
efficace antiossidante è molto utile per ridurre la ritenzione idrica ed aiutare la perdita di peso stimolando il metabolismo.

Infine non bisogna dimenticare di bere tanta acqua e tante tisane non zuccherate per favorire l'eliminazione del gonfiore e della ritenzione idrica.

Da sempre hanno vissuto secondo gli insegnamenti consegnati loro da Masauwu, Maestro del Quarto Mondo

LE LEGGENDE HOPI SUGLI SCUDI VOLANTI' E GLI UOMINI FORMICA CHE RISIEDONO AL CENTRO DELLA TERRA

Tramandano la storia di divinità che risiedono al centro della Terra

Hopituh Shi-nu-mu' è il nome con il quale una delle tribù native americane chiama se stessa e che significa il 'popolo pacifico'. La storia degli Hopi risale a migliaia di anni fa, il che li rende una delle culture più antiche del pianeta. Al contrario di altre mitologie che parlano di dèi discesi dal cielo, nelle loro antiche leggende gli Hopi tramandano la storia di divinità che risiedono al centro della Terra. Chi erano costoro?

In maniera simile a quasi tutte le culture precolombiane, gli Hopi credono fermamente che un giorno, non troppo lontano, gli dei che hanno dato il via alla cultura umana torneranno sulla Terra.

Essi hanno da sempre vissuto secondo gli insegnamenti consegnati loro da Masauwu, Maestro del Quarto Mondo, i cui concetti etici sono profondamente radicati nella loro cultura.

Tuttavia, al contrario di molte mitologie, gli Hopi sono convinti che i loro dèi non abitano gli infiniti spazi cosmici, ma vivano nel cuore della Terra, tramandando l'idea di unaTerra Cava ante litteram.

Essi parlano delle loro divinità come 'uomini formica'. Infatti, alcuni petroglifi rinvenuti nei pressi di Mishongnovi, Arizona, che rappresentano le più antiche incisioni rupestri degli Hopi, raffigurano degli enigmatici esseri con le 'antenne' che danno l'idea di uomini-formica.

Secondo la mitologia Hopi, all'inizio del tempo, Taoiwa, il Creatore, creò Sotuknang, suo nipote, dandogli il compito di creare nove universi o mondi: uno per Taiowa, uno per se stesso e altri sette per sovrabbondanza di vita. In una concezione ciclica del tempo, in maniera simile alla mitologia

azteca, questi mondi si sarebbero succeduti ciclicamente.
I primi tre di questi mondi, Tokpela, Tokpa e Kuskurza, già sono stati abitati e successivamente distrutti a causa della corruzione e della malvagità degli uomini. Gli Hopi tramandano che la fine di ogni ciclo è segnato dal ritorno degli dèi, e l'approssimarsi del nuovo mondo e annunciato dalla comparsa della Stella Blu Kachina, il segno del 'Giorno della Purificazione', in cui il vecchio mondo è distrutto e ne comincia uno nuovo.

Gli uomini formica

Ogni volta che uno dei mondi viene distrutto, gli Hopi fedeli sono presi e condotti dalle divinità in città sotterranee per sfuggire alla distruzione. In ogni distruzione ciclica, per la mitologia Hopi gli 'uomini-formica' assumono un ruolo cruciale per la loro sopravvivenza.
Il cosiddetto 'Primo Mondo' (Tokpela) è stato apparentemente distrutto da un incendio di proporzioni globali, forse una specie di vulcanismo massivo, oppure l'impatto con un asteroide o, ancora, un'espulsione di massa coronale dal Sole di dimensioni catastrofiche. Il 'Secondo Mondo' (Tokpa), invece, fu distrutto dal freddo. Probabilmente, uno spostamento dei poli ha innescato una Era Glaciale che ha distrutto la vita sul pianeta Terra.
Nel corso di questi due cataclismi globali, i membri virtuosi della tribù Hopi sono stati guidati durante il giorno da una nube dalla forma strana e da una stella in movimento durante la notte, conducendoli alla presenza di un 'uomo formica' chiamato Anu Sinom. La creatura ha poi scortato gli Hopi in grotte sotterranee dove hanno trovato rifugio e sostentamento.
Nella leggenda, gli formica vengono descritti come creature generose e laboriose, disposte a fornite cibo agli Hopi e ad insegnare loro i metodi di conservazione degli alimenti. Secondo i teorici degli Antichi Astronauti, è interessante notare che la descrizione fisica di questi esseri corrisponde a quella che noi attribuiamo ai moderni 'alieni grigi'.
Ogni febbraio, gli Hopi celebrano il Powanu, un rituale per commemorare il momento in cui Anu Sinom ha insegnato loro come germogliare i fagioli all'interno delle caverne per sopravvivere. Gli Hopi per indicare la formica usano anche la parola 'anu', che unita alla parola 'naki', che vuol dire 'amici', forma la parola 'Anu-Naki', ovvero 'amici delle formiche.
An, in lingua sumerica, (Anum o Anu in accadico) era il dio celeste della mitologia mesopotamica e vuol dire "colui che appartiene ai cieli". Artefice del creato, gli era sacro il numero 60, massima cifra del sistema sessagesimale mesopotamico.
Il dio An/Anum presiede l'assemblea degli Anunnaki, ed inoltre compone la triade cosmica insieme agli dei Enlil ed Enki. Fa anche parte dei quattro Dei creatori, che comprende la triade precedente insieme alla dea Ninhursag. Il luogo principale del suo culto si trovava ad Uruk, rappresentato dall'antichissimo Tempio di An.
Gli 'uomini formica' degli Hopi potrebbero essere gli stessi Annunaki dei Sumeri? Se così fosse, due mitologie così distanti nel tempo e nello spazio potrebbero essere il ricordo ancestrale dei nostri antenati di un evento unico avvenuto sul nostro pianeta?

Gli scudi volanti

Secondo Frank Waters, autore del libro Mexico Mystique: The Coming Sixth World of Consciousness (1975), quando nella mitologia si parla del Terzo Mondo, gli Hopi introducono il concetto di patuwvotas, ovvero 'scudi volanti'. Nel terzo ciclo si dice che l'umanità ha costruito una civiltà altamente avanzata, tanto da sviluppare gli 'scudi volanti', mezzi in grado di viaggiare rapidamente diversi luoghi del mondo e di radere al suolo intere città. Il Terzo Mondo è stato distrutto da Sotuknang, il nipote del Creatore, con una grande alluvione.
Anche in questo caso c'è un'evidente parallelo con la tradizione sumera, nella quale si parla del

grande diluvio che ha cancellato tutta la civiltà precedente. Questo racconto è riportato nell'Epopea di Gilgamesh, testo che poi è stato ripreso dalla tradizione biblica nel racconto del Diluvio Universale e dell'Arca di Noè.
Secondo le tradizioni Hopi, i superstiti del diluvio si sono sparsi in diversi luoghi del pianeta sotto la guida di Masauwu, lo Spirito della Morte e Maestro del Quarto Mondo. Un petroglifo Hopi rappresenta Masauwu come un essere a cavallo di una 'nave senza ali' a forma di cupola. La somiglianza tra gli 'scudi volanti' e quelli che oggi noi consideriamo aeroplani o dischi volanti è sconcertante.
Siano essi 'scudi volanti' o 'navi senza ali', il messaggio è chiaro: gli antenati degli Hopi usavano queste descrizione per riferirsi a qualcosa che era capace di volare e di trasportare delle persone.
Gli Hopi moderni credono che l'umanità si trovi attualmente a vivere nel Quarto Mondo, detto Túwaqachi. Come i mondi precedenti, anche Túwaqachi verrà distrutto a causa della malvagità degli uomini e vedrà il ritorno delle divinità sulla Terra. I teorici degli Antichi Astronauti interpretano la profezia della Stella Blu Kachina come un riferimento al ritorno degli extraterrestri sul nostro pianeta.

Oltre agli apparenti paralleli tra la cultura Hopi e quella Sumera, Waters intravede una connessione anche tra le leggende hopi e la mitologia dei Maya. In entrambe le culture i riferimenti alla creazione e alla distruzione del mondo sono molto simili. Entrambe, inoltre, affermano la futura distruzione del mondo attuale. Questa uniformità nella mitologia culturale delle due culture, ha portato Waters ad affermare che gli Hopi e i Maya erano ancestralmente legati.

www.ilnavigatorecurioso.it

Il tempio venne costruito per commemorare la vittoria nel 940 delle forze inviate dalla capitale Heian

NARITASAN SHINSHO-JI
UN GRANDE TEMPIO GIAPPONESE

Il luogo è il sito preferito per escursioni e pellegrinaggi

Il suo nome completo è Naritasan Shinshoji, dista10 minuti di treno da Narita (Tokyo) e si compone di diversi templi su diversi livelli, molto vicini l'uno all'altro, circondati da un enorme parco di oltre 100.000 m2. Il tempio principale è stato costruito 950 anni fa dall'arch. Kanchō. I giapponesi arrivano in massa per adorare una statua del dio buddista Fudo Myoo, scolpita dal fondatore della setta Shingon, una figura storica del buddismo giapponese chiamato Kobo Daishi.

Fudo Myoo è raffigurato in possesso di una spada ed una corda e circondato da fiamme, chiamato poi <dio del fuoco>, si è associato con riti del fuoco.

Il tempio venne costruito per commemorare la vittoria nel 940 delle forze inviate dalla capitale Heian per sopprimere una rivolta dai potenti samurai della regione di Kanto, Taira no Masakado. Il prete Shingon Kancho accompagnò le forze armate, portando con sé l'immagine di Fudo myōō dal Gomadō (Fire Offering Hall) di Takao-san Jingo-ji a Kyoto. Shingon fu il creatore di Kōbō Daishi si diceva avesse scolpito l'immagine e lo avesse utilizzato nei rituali del fuoco sacro Goma che contribuì a fermare una ribellione durante la sua epoca.

La ribellione nel 940 anche si concluse proprio quando Kancho completò il rito Goma in tre settimane con la stessa immagine. Secondo la leggenda, l'immagine dell' Unmovable Wisdom King diventò troppo pesante, dopo la vittoria per tornare alla sua casa base, quindi un nuovo tempio di Narita-san, chiamato Shinsho-ji (Tempio di New Victory), venne costruito. Il tempio mantiene l'immagine originale che si può vedere in occasioni speciali.
Per oltre 600 anni, Narita-san è stato considerato un tempiodi poco conto, finchè Tokugawa Ieyasu spostò la capitale a Edo nel 1603. Ieyasu stesso accreditò al suo abate la conversione al buddismo, e contrassegnò il dominio locale Sakura daimyo come responsabile della sua manutenzione. Il successo militare e politico associati al tempio poterono fargli appello ed alla posizione del tempio, proteggendo l'approccio sfortunato al nord-est per la sua nuova capitale, corrispondeva alla posizione del tempio principale della setta Tendai, Enryaku-ji, rispetto alla vecchia capitale Heian di Kyoto.
Tuttavia, lo shogun fece ben poco per sostenere il tempio fino a quando Tokugawa Ietsuna ricostruì il suo Main Hall nel 1655. Questa costruzione ora viene usata come classe di ortografia. Shingon fondatore del Kobo Daishi (Kukai) era famoso per la sua calligrafia giapponese.
Ma la persona più responsabile della promozione e dell'arricchimento del Narita-san fu Ichikawa Danjuro I (1660-1704), uno degli attori più influenti del periodo d'oro del kabuki. Nato in una ricca famiglia di mercanti che aveva legami con l'area Narita, Danjuro fu l'ex samurai della sua famiglia, interpretò personaggi eroici che fecero gesta nobili, sviluppò un rozzo stile maschile noto come aragoto. Fu anche un devoto buddista a Fudo myōō, al quale diede credito per la nascita di suo figlio Kuzō, che divenne poi Ichikawa Danjuro II (1688-1758). Kuzō interpretò un personaggio particolarmente feroce che convinse Fudo a lanciare il suo debutto teatrale nel 1697 ed il pubblico rispose con preghiere e offerte, come se fossero una divinità del tempio. Nel 1703, Danjuro I scrisse e recitò un altro ruolo specalmente per il fudo a Shinsho-ji, gli Avatar del Tempio Fudo di Narita , la cui apertura venne programmata per coincidere con la mostra itinerante delle immagini sacre di Narita-san a Edo.L'immensa popolarità di Danjuro e il suo attaccamento alla Fudo myōō a Shinsho-ji spinse molti cittadini di tutte le classi a fare pellegrinaggi regolari da Edo a Narita-san.
Molte delle strutture al tempio Narita-san vennero designate come importanti proprietà culturali nazionali; la Komyo-do, costruita nel 1701 e dedicata al Nyorai Dainichi Buddha (Vairocana), l'immagine principale del Buddismo Shingon, i 25 metri di altezza della pagoda costruita nel 1712; il cancello principale di Niōmon, costruito nel 1830, lo Shaka-do (Shakyamuni Hall), costruito nel 1858, ed il Gaku-do (tavoletta votiva di Hall), costruita nel 1861.Il santuario Kaizan- dō (Open Mountain Hall) a Kancho Daisōjō fu costruito nel 1938, in tempo per il millesimo anniversario del tempio.Narita-san Park (16,5 ettari) aprì nel 1928, l'attuale Sala Grande principale del 1968,una Grande Pagoda (Daito)alta 58 metri venne aggiunta nel 1984, e una sala dedicata al principe Shotoku, considerato il padre del buddismo giapponese, venne eretta nel 1992.
Grandi folle frequentano i maggiori eventi annuali a Narita-san: l'Oshogatsu a gennaio, il Setsubun nel mese di febbraio, il tamburo taiko festa nel mese di aprile, gli spettacoli di luce e fuoco Noh si svolgono a maggio, il Festival di Gion nel mese di luglio, l'Obon nel mese di agosto; lo Shichigosan in novembre, e la combustione annuale di amuleti a fine dicembre. La gente visita il Narita-san Park per vedere i fiori di ume all'inizio della primavera e le foglie che cadono del tardo autunno.Vi sono anche l'incantevole Sutra of Great Wisdom (Daihannya-e) nel mese di gennaio, maggio e settembre; e le fiere che si svolgono nel tempio il 1°, il 15°, ed il 28° giorno di ogni mese.Alcune volte durante il giorno,gli amuleti in legno vengono bruciati nei rituali Goma.

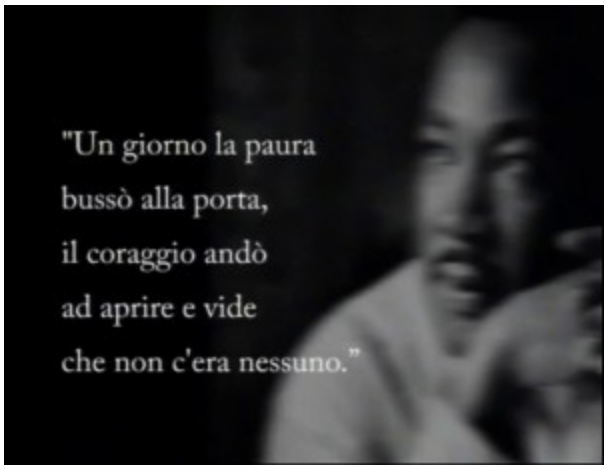
Il Narita-san è stato il sito preferito per escursioni e pellegrinaggi da parte dei cittadini della vicina area metropolitana finchè gli shogun di Tokugawa spostarono la capitale nazionale a Edo nel 1603. In seguito la Narita International Airport divenne la responsabile principale per il traffico aereo

internazionale giapponese alla fine del 1970, il Narita-san iniziò anche ad attrarre un numero crescente di turisti stranieri, soprattutto quelli che avevano in programma lunghe soste. L'aeroporto è raggiungibile con un breve tragitto in treno sia dalla JR East Narita Station o dalla Keisei Narita Station. Da ogni stazione, si arriva in poco tempo al tempio, lungo le strade pittoresche con tanti piccoli negozi che vendono snack e altri prodotti alimentari, così come portafortuna e altri souvenir, come le bambole Daruma.

Il coraggio di affrontare piccole e grandi paure…tutti i giorni!

MANTENERE IL CORAGGIO NEI MOMENTI DIFFICILI

E' possibile vivere una vita intensa, una vita piena di gioia e significato senza il coraggio?



di

Anima in Cammino

Siamo così abituati, anche a causa dell'educazione ricevuta fin da bambini, a rimanere il più possibile in una situazione di comfort, di tranquillità, che spesso non ci rendiamo conto che tutto questo ci riduce a vivere una percentuale molto bassa della nostra splendida vita.
Non esporci, restare al sicuro, non correre rischi. Sono consigli che sin da piccoli ci vengono dati e che noi da bravi, seguiamo per una vita intera.
Lo facciamo appunto perché è una dimensione che conosciamo, rispetto all'ignoto di dover fronteggiare una situazione ed esporci per un cambiamento.A nostra volta poi, lo insegniamo ai nostri figli senza pensare che questa modalità spegne gli entusiasmi ed appiattisce o, peggio ancora, crea insicurezze, crea bisogni e dipendenze. E ciononostante, continuiamo ad essere convinti che la cosa più giusta sia quella più sicura che abbiamo già sottomano, più stabile e comprensibile.
Ci vuole coraggio per affrontare un fallimento, un divorzio, un rifiuto, la perdita di lavoro, l'umiliazione, il giudizio altrui.
Quanta sofferenza può recarci un figlio che si manca di rispetto facendosi del male. Quanta cattiveria a volte può sbottare dalle relazioni!
Ma quando capitano queste situazioni ecco che perdiamo la terra da sotto i piedi e il doverci mettere in discussione, quanto smarrimento ci porta!? Come poter trovare il giusto coraggio per affrontare questi problemi?
E' possibile vivere una vita intensa, una vita piena di gioia e significato senza il coraggio? Beh… Siamo noi che guidiamo l'auto e quindi possiamo scegliere di condurla sul terreno che desideriamo,

ma se pecchiamo di certe qualità, il nostro tragitto o sarà noioso o pieno di rinunce dettate dalla paura.

Citando Buddha: “L’unico fallimento nella vita è non agire in coerenza con i propri valori“.

Dunque possiamo vivere da vincitori solo assecondando la nostra natura autentica, aderendo quindi ad una vita sincera e cosciente. Il coraggio, dunque, appartiene alla vita. Più grande è il coraggio, più ricca è la vita!

E’ ora di cominciare a pensare che è meglio fallire cento volte piuttosto che il non provare, il non esporsi, il non avere il coraggio di affrontare ciò che la vita ci può presentare!

(“Il coraggio NON è l’assenza di paura, ma la consapevolezza che nella vita c’è qualcosa di più importante della paura“. Ambrose Redmoon)

http://www.formazione-spirituale.org/

IL BRUCO E LA MONTAGNA

Un piccolo bruco camminava verso la grande montagna.
Molto vicino alla sua strada c'era un grillo. "Dove vai??" gli chiese.
Senza smettere di camminare, il bruco rispose: "Ieri sera ho fatto un sogno, ho sogna che ero sulla cima della montagna e da li potevo guardare tutta la valle. Mi è piaciuto quello che ho visto era bellissimo, cosi voglio realizzare il mio sogno.

Sorpreso, il grillo disse mentre il bruco si allontanava: "Devi essere pazzo! Come farai ad arrivare fin là???? Tu, un piccolo bruco??
Per te, una pietra sarà una montagna, una piccola pozzanghera sarà un mare, e qualsiasi ramo sarà una barriera impossibile da oltrepassare."
Ma il piccolo bruco era gia lontano e non lo sentì.

I suoi piccoli piedi non smettevano di muoversi.
Poi sentì la voce dello scarafaggio:"Dove vai con tanto sforzo?"
Gia un bel po' sudato, il piccolo bruco rispose: "Ieri sera ho fatto un sogno, ho sognato che ero sulla cima della montagna e da lì potevo guardare tutta la valle. Mi è piaciuto quello che ho visto e voglio realizzare il mio sogno."
Lo scarafaggio si mise a ridere, e disse: "Ma neanch' io con le mie grandi zampe comincerei un'impresa così difficile.
E rimase steso per terra ridendo mentre il bruco continuava la sua strada.

La stessa cosa successe col topo, il ragno, la rana e un fiore. Tutti gli consigliavano di smettere. "Non arriverai mai..!" gli dicevano.

Ma il piccolo bruco continuò a camminare, perché dentro di sè sentiva che doveva farlo. Già stanco e senza forze, sentendosi sul punto di morire, decise di fermarsi a riposare e costruire, col suo ultimo sforzo, un posto per dormire quella notte. "Cosi mi sentirò meglio." disse.
Ma non uscì più !

Per giorni, gli animali si avvicinarono a vedere i resti dell'animale più pazzo del mondo che aveva costruito la sua tomba come un monumento alla mancanza di buon senso. Li c'era l'ultimo rifugio di uno che era morto per andare dietro ad un sogno.

Giorni dopo, una mattina nella quale il sole brillava in una maniera speciale, tutti gli animali si riunirono intorno a quello che era diventato un monito per tutti loro.
All'improvviso tutti restarono a bocca aperta: quel bozzolo grigiastro, comincio a rompersi e con gran meraviglia videro un paio di occhi e due antenne…

A poco a poco, apparvero due bellissime ali dai colori stupendi.
Era una farfalla!
Nessuno disse niente perché già sapevano cosa avrebbe fatto.

Sarebbe andata volando in cima alla montagna a vedere da là su, tutta la valle. E realizzare il sogno per il quale era vissuto e s'era sforzato fino a morire ma era rinato, trasformato per compierlo.

«Ciò che per il bruco è la fine del mondo,
per il resto del mondo è una farfalla»

Zhuangzi [Chuang tzu]

SOLO IL VENTO LO SA

Nel prato di un giardino pubblico, con il tiepido sole della primavera, in mezzo all'erba tenera, erano spuntate le foglie dentellate e robuste dei Denti di Leone. Uno di questi esibì un magnifico fiore giallo, innocente, dorato e sereno come un tramonto di maggio.
Dopo un po' di tempo il fiore divenne un "soffione": una sfera leggera, ricamata dalle coroncine di piumette attaccate ai semini che se ne stavano stretti stretti al centro del soffione.
E quante congetture facevano i piccoli semi. Quanti sogni cullava la brezza alla sera, quando i primi timidi grilli intonavano la loro serenata.
"Dove andremo a germogliare?".
"Chissà?".
"Solo il vento lo sa".
Un mattino il soffione fu afferrato dalle dita invisibili e forti del vento. I semi partirono attaccati al loro piccolo paracadute e volarono via, ghermiti dalla corrente d'aria.
"Addio.., addio", si salutavano i piccoli semi.
Mentre la maggioranza atterrava nella buona terra degli orti e dei prati, uno, il più piccolo di tutti, fece un volo molto breve e finì in una screpolatura del cemento di un marciapiede. C'era un pizzico di polvere depositato dal vento e dalla pioggia, così misero in confronto alla buona terra grassa del prato.
"Ma è tutta mia!", si disse il semino. Senza pensarci due volte, si rannicchiò ben bene e cominciò subito a lavorare di radici.
Davanti alla screpolatura nel cemento c'era una panchina sbilenca e scarabocchiata. Proprio su quella panchina si sedeva spesso un giovane. Era un giovane dall'aria tormentata e lo sguardo inquieto. Nubi nere gli pesavano sul cuore e le sue mani erano sempre strette a pugno.
Quando vide due foglioline dentate verde tenero che si aprivano la strada nel cemento. Rise amaramente: "Non ce la farai! Sei come me!", e con un piede le calpestò.
Ma il giorno dopo vide che le foglie si erano rialzate ed erano diventate quattro.
Da quel momento non riuscì più a distogliere gli occhi dalla testarda coraggiosa pianticella. Dopo

qualche giorno spuntò il fiore, giallo brillante, come un grido di felicità.
Per la prima volta dopo tanto tempo il giovane avvilito sentì che il risentimento e l'amarezza che gli pesavano sul cuore cominciavano a sciogliersi. Rialzò la testa e respirò a pieni polmoni. Diede un gran pugno sullo schienale della panchina e gridò: "Ma certo! Ce la possiamo fare!".

Aveva voglia di piangere e di ridere. Sfiorò con le dita la testolina gialla del fiore.
Le piante sentono l'amore e la bontà degli esseri umani. Per il piccolo e coraggioso Dente di Leone la carezza del giovane fu la cosa più bella della vita.

MANOSCRITTO DI BALTIMORA (1692)

Procedi con calma
tra il frastuono e la fretta
e ricorda quale pace
possa essere nel silenzio
per quanto puoi senza cedimenti
mantieniti in buoni rapporti
con tutti
esponi la tua opinione
con tranquilla chiarezza
e ascolta gli altri:
pur se noiosi e incolti
hanno anch'essi la loro storia
evita le persone volgari e prepotenti
costituiscono un tormento per lo spirito
se insisti nel confrontarli
con gli altri
rischi di diventare borioso e amaro
perché sempre esisteranno
individui migliori e peggiori di te.
Sii te stesso
soprattutto
non fingere negli affetti

non ostentare cinismo
verso l'amore perché

pur di fronte
a qualsiasi delusione e aridità
esso resta perenne come il sempreverde.
Accetta docile
la saggezza dell'età
lasciando con serenità
le cose della giovinezza.
Coltiva
la forza d'animo
per difenderti
nelle calamità improvvise
ma non tormentarti
con delle fantasie:
molte paure nascono
da stanchezza e solitudine.
Al di là
di una sana disciplina
sii tollerante con te stesso
tu
sei figlio dell'universo
non meno
degli alberi e delle stelle
ed hai pieno diritto d'esistere
e convinto o non convinto
che tu lo sia
non v'è dubbio
che l'universo si stia evolvendo
a dovere.
Perciò
stai in pace con Dio
qualunque sia

il concetto che hai di Lui...
e quali che siano
i tuoi affanni e aspirazioni
nella chiassosa confusione
dell'esistenza.

Mantieniti in pace col tuo spirito
nonostante i suoi inganni
travagli e sogni infranti
è pur sempre
un mondo meraviglioso
sii prudente
sforzati
d'essere felice.

Sommario

18 maggio :Cerimonia del Wesak al Kosmos Club		10
Jolanda Pietrobelli: <Ti parlo di Reiki...Vuoi?>	J. Pietrobelli	16
Giornata di ricrea- azione sperimentale		18
Vibrare su frequenze più alte	M. Bruschetti	21
Hariel il Cherubino		24
Il respiro consapevole	A. Zunino	28
Come proteggersi dai vampiri emozionali?		34
La trappola del sapere mentale		39
Misteri Bucegi		46
Pitagora e la stella a 5 punte		48
Fisica quantistica e miracoli	M. Togni	52
10 malattie spiritualmente trasmesse	M. Caplan	57
Ghiandole endocrine corrispondenze spirituali		60
Cosa sono i sali tissutali new-era?		67
Il test muscolare kinesiologico		70
Studio shock: le mammografie sono una bufala medica	M. Adams	74
Mammografie pericolose anche per false diagnosi		78
I 5 cibi killer: i grassi trans		80
Gli alimenti drenanti per sgonfiare pancia, fianchi, cosce	G. Capozzi	84

Le leggende Hopi sugli scudi volanti e gli uomini formica... 86
Naritasan Shinsho-JI grane tempio giapponese 89
Manterere il coraggio nei momenti difficili Anima in cammino 92
Il bruco e la montagna 94
Solo il vento lo sa 96
Manoscritto di Baltimora (1692) 98