



# Corsi on Line di Erba Sacra

## SPIRITUALITA' OLISTICA

**Docente: Prof. Antonio Sbisà**

### Lezione 1: Innamorarsi del divino

#### **Programma completo del corso**

- Lezione 1: Innamorarsi del divino
- Lezione 2: La spiritualità olistica
- Lezione 3: Lo spirito e la natura
- Lezione 4: L'evoluzione creatrice
- Lezione 5: La vita dopo la morte e la reincarnazione
- Lezione 6: Il viaggio nella realtà sconosciuta
- Lezione 7: L'unità divina
- Lezione 8: Lo yoga della potenza
- Lezione 9: La sessualità sacra
- Lezione 10: Lo yoga integrale
- Lezione 11: Lo yoga della devozione e dell'amore divino
- Lezione 12: Sforzo e stupore



*Questo corso è riconosciuto come credito didattico  
nella formazione di **OPERA**,  
Accademia Italiana di Formazione Olistica  
[www.accademiaopera.it](http://www.accademiaopera.it)*

# Lezione 1

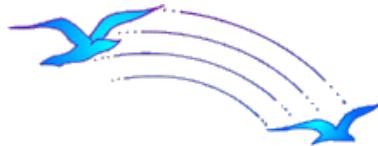
## Innamorarsi del divino



*“Molti sono i draghi posti a guardia dei passi, e di tutte le tinte. Più repulsivo di tutti è quello grigio della banalità quotidiana, capace di ridurre a ragnatele polverose anche le più sublimi comunioni... Non molti sono capaci di vincere quel drago. Ma quegli eroi moltiplicano le loro forze, e ogni giorno risollemano lo sguardo al cielo. Poiché l'Infinito esiste, lo spirito umano non conosce un solo istante di noia. La gioia nasce dall'irripetibilità delle sensazioni. Le comunioni elevate non hanno nulla di ordinario. Non c'è noia nell'Infinito, ma solo nelle limitazioni umane.” (Agni Yoga, Aum)*

*“C'è un solo Dio, ma quel Dio ne comprende molti. C'è un sé, ma esso comprende molti sé. C'è un corpo in un preciso momento, ma il sé ha altri corpi in diversi momenti. Tutti questi momenti esistono simultaneamente”. (J. Roberts, Seth)*

*“Possiamo comunque sostenere la verità dell'esistenza unica, dicendo che tutto nella natura è il Divino, anche se Dio è superiore ad ogni esistenza naturale; in tale caso l'amore diviene il moto mediante il quale il Divino nella natura e nell'uomo possiede e gode la felicità del Divino universale e supremo.” (Aurobindo)*



### Indice

- 1 – Prologo. Guida tecnica-teatrale
- 2 – Le idee fondamentali
- 3 – Il risveglio e l'immersione nei sensi e nell'immaginazione
- 4 – Come vivere lo spirito oggi?
- 5 – Innamorarsi del divino
- 6 – Conversare e vivere con Dio
- 7 – Testi di Daniel Odier
- 7.1 - Ricerca edonistica o ricerca spirituale?
- 7.2 – La nostalgia dell'unità
- 8 - Il grande risveglio spirituale sul pianeta Terra
- 9 – L'oasi della poesia
- 10 – La preghiera





☺ - 1 – *Prologo*

Guida tecnica-teatrale,

Vi presento la sceneggiatura di quest'opera sulla spiritualità olistica. Ho lavorato come docente universitario dei processi formativi. Come insegnavo? Con il cuore, con la fantasia, con il rigore, con il pensiero creativo, con il gioco. Non davo mai solo informazioni. Gli studenti partecipavano, anche loro, in modo 'olistico', con tutte le componenti della nostra natura: con il corpo, lo spirito, l'anima, il cuore, la ragione, la fantasia. Nello stesso modo con cui vorrei anche qui lavorare ed essere compreso e seguito, per la vostra e la mia formazione, per la vostra e la mia elevazione.

Che cosa facevo? Naturalmente come professore realizzavo le ore di lezione. Erano in realtà un teatro formativo. L'inizio...niente banchi, in cerchio, guardandoci, in silenzio. Il primo invito: il silenzio interiore, l'attenzione al ritmo della respirazione, l'intenzione di amare se stessi e di lavorare creare partendo dalla fiducia in se stessi e dalla responsabilità personale. Poi proponevo le prime riflessioni e stimolazioni, sempre mentre erano in ascolto ad occhi chiusi. Invitavo a sentire le risonanze, le percezioni, i pensieri nuovi. Facevo poi un'introduzione di carattere riflessivo e teorico. Subito dopo invitavo chi voleva a ripetermi che cosa avevo detto, a chiedere spiegazioni, a giocare con le parole. Poi si discuteva su come potevano essere approfonditi i concetti ed i comportamenti esplorati, sia nelle loro implicazioni teoriche, sia nelle possibili applicazioni alla vita quotidiana. Veniva poi il momento dei giochi psicologici, del contatto fra le persone, delle piccole drammatizzazioni. La meditazione concludeva la lezione.

Il lavoro educativo continuava, per chi voleva, con un laboratorio in palestra e con uno stage residenziale mensile. Qui il lavoro sul corpo e sullo spirito prevaleva completamente. I percorsi della psicomotricità, della bioenergetica, insieme alla danza, al gioco, al contatto dei corpi e delle energie, al movimento, alle discese nell'inconscio, alle elevazioni nelle preghiere e nelle meditazioni. Attraverso questi percorsi, gli studenti impostavano la crescita personale. Conoscevano se stessi; esploravano gli ideali, le fantasie, i sogni, gli interessi; riconoscevano e superavano le limitazioni; condividevano, con me e fra di loro, debolezze e successi, coraggio e creatività, aspirazioni e giochi. Tutto assumeva l'aspetto di un allenamento quasi sportivo, quasi artistico, quasi spirituale. Suggerisco anche a voi questa pratica, prima di leggere e praticare le lezioni! Bene, vorrei impostare questo intervento, che si chiama corso, con voi, nello stesso modo. Prima di tutto, anche qui, il mio insegnamento è interattivo. Chiaramente qui mancherà il contatto fisico. Però potrete leggere, praticare e sognare per conto vostro, da soli, e poi con altri vostri amici e compagni di viaggio. Non potrò portarvi spesso nelle palestre e negli stage, ma potrete farlo per conto vostro, nei vostri ambienti. La prima esigenza fondamentale riguarda la possibilità che chi leggerà, vorrà realizzare i consigli, gli esercizi, le meditazioni, i giochi, che saranno proposti. Questo perché soltanto la vostra esperienza diretta potrà dare sostanza alla formazione sulla spiritualità che vorrete eventualmente fare partire con me.

Può darsi che siate delle persone che vogliono avvicinarsi ora alla spiritualità. Può essere che riteniate di conoscere già la spiritualità, che siate già impegnati in percorsi spirituali specifici, e che vogliate ottenere qualcosa da questo corso. Può essere che desideriate una conferma di ciò in cui già credete, in ciò che già sperimentate. Può essere che desideriate un completamento di ciò che sapete. Posso dare dei consigli molto diversi, adatti ai caratteri, alle personalità, agli interessi, delle singole persone. Realizzate una prima lettura intuitiva della prima lezione. Sentite quali aspetti di risonanza vengono risvegliati.

Può succedere una specie di fermento interiore e mentale, in cui i vostri pensieri e le vostre emozioni entrano in rapporto con i pensieri esposti, con le esperienze proposte. Potrete avere dei desideri di accogliere e di approfondire. Potrete invece accumulare delle sensazioni di rifiuto o di conflitto. Provate allora a ritornare nel vostro silenzio, nell'ascolto di voi. Poi provate a scrivere, per voi stessi soltanto. Descrivete le vostre convinzioni e credenze base. Descrivete le reazioni intellettuali e spirituali che provate leggendo questa lezione. Verificate poi se avete compreso bene quello che avete letto. Se avete dei dubbi, delle domande, scrivete a me, oppure verificate consultando gli autori citati nelle bibliografie. Se avete poi deciso di 'assaggiare' qualcosa, allora iniziate a fare alcuni esercizi e situazioni proposte. Se vi sembra che vi dicano qualcosa, che vi facciano buoni effetti, allora potete decidere di continuare con questa esperienza, con questo corso.

Esiste una guida della formazione che vi aiuterà. Chiaramente, è implicito, il corso non contiene dogmi, certezze assolute. Non è una breve enciclopedia della spiritualità. Non è un riassunto scolastico. Non vuole essere una comunicazione oggettiva e fredda, intellettuale ed astratta. Riguarda una testimonianza personale di ricerca e di esperienza diretta. Come potrete subito verificare, l'approccio generale è di sapore tantrico, ma costituiscono parte integrante del corso autori e pensieri che non si riferiscono al tantra. Tutto si basa comunque sulle caratteristiche di una spiritualità 'olistica', che non separa il divino e l'umano, lo spirito e la natura.

Le lezioni hanno effettivamente una caratteristica filosofica. Vi chiedono un allenamento intellettuale robusto, ma possibile. Contemporaneamente, chiedono un allenamento della volontà, del cuore, e dell'immaginazione, con gli esercizi. Le libere fantasie potranno aiutarvi come semplificazioni di concetti astratti e come gusto quasi infantile del nuovo.

La lezione presente parte sia da questi inviti personali, da queste testimonianze emozionali, animiche e spirituali, sia da un primo esame oggettivo e concettuale, scientifico, di che cosa oggi possa essere inteso come spiritualità olistica. Alterno il mio filo conduttore con la presentazione di brani e testi di diversi autori. Nelle lezioni successive affronto lo studio di come la spiritualità che noi conosciamo sia stata formata attraverso la separazione fra lo spirito e la natura. Quindi propongo i concetti di una spiritualità olistica, di origine orientale ed esoterica: i corpi sottili, i chakra, la kundalini, la spiritualità come riscoperta dell'assoluto e del divino, in noi, negli altri, negli universi. Precedete e accompagnate con l'immaginazione.

Vi provo subito con domande che sembrano lontane dall'immediatezza della nostra vita: come si vive dopo la morte, come si vive in altri mondi del cosmo, quali altri corpi possiamo avere e potremo avere in altre dimensioni, come vivono gli dei, come possiamo collegarci con esseri cosmici evoluti, con delle federazioni galattiche, con i nostri stessi spiriti guida, con le fate ed i folletti? Che cosa dire poi della sessualità? Come mai, a quali condizioni essa può veramente provocare delle aperture trascendenti e che cosa questo poi vuol dire? Immaginiamo, preghiamo, realizziamo.. e poi discutiamo.

Per quanto riguarda gli aspetti psicologici della crescita personale, rimando ad un mio corso specifico. Ma questo ovviamente è anche un corso di crescita personale e spirituale. Anche se molti temi sono generali, trovate il modo di seguire rigorosamente l'applicazione alla vostra crescita ed alla vostra vita quotidiana.

Fate questa continua ginnastica del passare dal macrocosmo al microcosmo, dal generale al concreto immediato. Vedrete subito un fatto fondamentale. Esiste una spiritualità generale olistica, ma poi esistono i singoli compiti evolutivi che ciascuno di voi ha assunto nella programmazione della sua esistenza. Per questo tutti noi reagiamo anche diversamente agli autori, ai testi, alle teorie, perché queste offrono un aiuto variato a seconda dei programmi di vita di ciascuna persona. Il Dio che è in tutti parlerà a voi con la vostra

singola ed unica scintilla divina. Per questo poi amiamo e rispettiamo le differenze, degli altri, delle altre culture, degli altri mondi. Siamo tutti unici e diversi, ma siamo 'uniti nell'unità divina. Buon viaggio.



## 😊 - 2 - *Le idee fondamentali*

La prospettiva essenziale della spiritualità presentata riguarda la confluenza di diversi aspetti:

- la possibilità di innamorarsi del divino e di fare innamorare del divino;
- la concezione della divinità inserita in una comprensione interdimensionale della coscienza e della realtà; si avvicinano i temi del Dio trascendente, del Dio dentro di noi, con la percezione di diverse realtà divine presenti nel cosmo e con la rappresentazione di diverse dimensioni;



- il contatto diretto con entità spirituali divine, con la fonte divina della realtà;
- il rapporto fra la spiritualità e la realizzazione piena dell'essere umano; la comprensione della necessità di un intenso allenamento di tutte le facoltà umane per progredire nella crescita e nella sperimentazione del divino;
- il rapporto fra le esperienze mistiche e metanormali e la pratica spirituale;



- la devozione, la celebrazione, la meraviglia, l'entusiasmo, l'estasi, come aspetti dell'esperienza del divino.
- il rapporto fra il piacere, il godimento, il desiderio, lo sforzo, la trasformazione e gli stati di coscienza superiori; la possibilità che la sessualità ci faccia sperimentare il divino;



- come, perché e quando la spiritualità implica la rinuncia e il sacrificio; non esistono parti negative della realtà, dei corpi, dei sensi, ma esiste la possibilità che una persona si 'perda', che venga travolta da eventi esperienze, interne ed esterne; quindi è necessaria la formazione di un forte centro personale impassibile; la via viene simboleggiata dal sapere 'cavalcare la tigre'.
- l'uomo comune vive in una specie di prigione; l'evoluzione si realizza attraverso lo sforzo;

° la prima consapevolezza riguarda il potere del pensiero, delle emozioni e dell'immaginazione; questo potere agisce comunque, nel bene e nel male; possiamo riconoscerlo ed usarlo per il bene del corpo e dell'anima; noi creiamo la nostra vita attraverso i pensieri; possiamo quindi immaginare e pensare la realtà che desideriamo;



° i pensieri, i desideri e le fantasie, hanno il loro fondamento nelle sensazioni di benessere, di soddisfazione e di pienezza che possiamo vivere nel nostro mondo interiore; l'evoluzione richiede quindi il non attaccamento alle realtà esterne, l'indipendenza personale della propria autocoscienza.

° la spiritualità olistica si basa sulla convinzione che la realtà sia 'una': non esiste una differenza radicale fra Dio e l'uomo, fra lo spirito e la natura, fra l'anima il pensiero ed il corpo; da questa convinzione discende l'osservazione dei rapporti reciproci e delle relazioni di cause e di effetto, fra la nostra vita interiore e il mondo-realtà, fra la vita comune e gli strati più profondi dell'essere.



° per l'uomo comune la respirazione e la sessualità costituiscono le vie più disponibili per esplorare gli altri stati di coscienza superiori e il divino; essi rappresentano il contatto fra l'individualità e la realtà, fra l'uno e il tutto, fra la realizzazione personale e la fusione con l'altro e con l'universo; possono costituire una sperimentazione dell'unità.

La percezione fondamentale di partenza riguarda la possibilità che un'esperienza intensa della meraviglia, dell'entusiasmo, del piacere, del mistero, costituisca la base per una forma di innamoramento di energie, esperienze ed esseri di natura sovrabbondante, felice, inesauribili, che possiamo riferire al contatto con qualcosa che possiamo indicare come divino. Il percorso implica una trasformazione progressiva dei corpi e degli esseri, fino a passare dalla percezione comune di un individuo separato dal cosmo e immerso in una condizione di materialità (possesso-potere negativo), fino all'espansione della coscienza nella comprensione di una vita interdimensionale. L'obiettivo, scoprire la beatitudine divina nel proprio corpo, nel proprio essere, e collegarsi con la beatitudine cosmica e infinita. La convinzione base: ciascuna persona è un Sé illimitato, non chiuso nei confini dello spazio e del tempo, teso a creare delle realtà, a partecipare al divino come creazione permanente.



☺ - 3 - *Il risveglio e l'immersione nei sensi e nell'immaginazione*

Invito ad un'esperienza interiore personale: la coltivazione della fiducia nell'amore, nella felicità e nell'entusiasmo, presenti in se stessi e nell'universo. Propongo un viaggio attraverso la spiritualità olistica. Alla partenza del viaggio si pone la fiducia che esista 'qualcosa' che ci possa rendere felici. Tutto questo parte dall'esperienza diretta che possiamo vivere tutti: sentire ed espandere quel qualcosa di infinitamente bello, felice, meraviglioso, che è pur sempre presente nei sogni, nei desideri, nelle aspirazioni. Queste percezioni possono nascere nell'esperienza mistica, nell'esperienza estetica e nell'esperienza

sessuale. Possono espandersi e trasformare la vita quotidiana nella ricerca della felicità. Il nucleo, l'anima, il motore, dell'evoluzione cosmica e dell'evoluzione personale, hanno, sono, questo impulso ad una espansione felice.

"Tutta la coscienza ha dentro di sé il profondo e costante impulso a usare a pieno le proprie facoltà, a espandere le proprie capacità, ad avventurarsi gioiosamente oltre le apparenti barriere della propria esperienza. Anche la coscienza delle più piccole molecole si ribella contro qualunque idea di limite. Esse aspirano ardentemente a forme ed esperienze nuove. ..L'uomo è stato dotato, e ha dotato se stesso, di una mente cosciente per modellare le caratteristiche, l'aspetto e la forma delle sue creazioni. Tutte le aspirazioni profonde e le motivazioni inconse, tutte le spinte inesprese, si sottopongono all'approvazione o alla disapprovazione della mente cosciente, e attendono la sua guida. Soltanto quando abdica alle sue funzioni, essa si lascia dominare dalle esperienze "negative". Soltanto quando rifiuta la responsabilità si trova alla fine in balia degli eventi sui quali "sembra" non avere alcun controllo." <sup>1</sup>

Quando percepiamo, sentiamo, coltiviamo, questa forma di percezione felice di qualcosa, che proiettiamo sul divino, allora l'invito è di vivere come se comunque, già ed ora, tutta la vita, tutto il mondo, l'universo, fosse immerso nella beatitudine divina. come se tutti gli esseri fossero entità divine.

"La differenza fra le religioni che si basano su un dio e quelle come il Buddismo e il Taoismo che sono, per coniare un termine, senza-dio è, fino a un certo punto, verbale. Nelle prime, la divinità suprema è concepita come un essere, nelle ultime — come uno stato. Ora, dove spazio e forma vengono trascesi e consideriamo una fonte di Beatitudine invisibile, onnipresente, la differenza fra un essere e uno stato di essere è ovviamente difficile da definire."<sup>2</sup>

Emerge una forma del divino che parte dalla pienezza della realtà e dell'esistenza. Dio-Siva come 'stupore e sforzo'. L'ebbrezza rivela il nostro essere una fonte di beatitudine. Il piacere, il godimento, la felicità, vengono integrati nell'esperienza spirituale. Spesso

nella storia si sono separati ed opposti il momento del godimento del mondo e l'ascesi spirituale. Questo corso invita ad esplorare come integrarli. Il corso sarà 'olistico' soltanto se i viaggiatori procederanno contemporaneamente con la volontà, il cuore, il pensiero, il corpo, la fantasia. Soltanto le pratiche e l'effettiva applicazione alla vita potranno stimolare nelle persone che leggeranno l'esperienza spirituale e la sperimentazione-amore del divino. Il corso si presenta quindi come un invito all'esperienza diretta.

Una prima disposizione riguarda l'attenzione amorosa al corpo, ai sensi, alle realtà percepite, che possiamo vivere seguendo la fluttuazione permanente dei sensi, ma senza aggiungere la rappresentazione mentale degli oggetti e della realtà. Siamo invitati ad esplorare la realtà divina emergente in tutti gli oggetti, in tutti gli ambienti.

"Nella maggior parte delle correnti mistiche orientali si insiste sul fatto che chiunque aspiri a stati contemplativi elevati non può conseguirli se non avviene innanzitutto l'apertura della sua coscienza a livello della materia e della bellezza dell'universo. Chi salta que-

---

<sup>1</sup> J. Roberts, *La vostra realtà quotidiana*, Roma, Edizioni Mediterranee.

<sup>2</sup> J. Blofeld, *La via del potere*, Roma, Ubaldini.

sto gradino, mirando a una rinuncia che ignora tutto del suo oggetto, non troverà mai la forza e l'equilibrio necessari per le più alte realizzazioni spirituali. Per colui che apre il suo essere alle vibrazioni del mondo, gli oggetti stessi cessano di essere materia morta. Egli percepisce, dietro l'immobile velo che li avvolge, l'infinita pulsazione vitale che li pone in sintonia con il movimento cosmico. Allora i confini dell'io si allargano sempre più e ogni cosa nuova percepita attraverso la mente frantuma a poco a poco le barriere della dualità che ci imprigionano nella nostra oscurità."<sup>3</sup>

Allora possiamo imparare ad ascoltare i sensi senza i giudizi, senza la rappresentazione mentale, e quindi possiamo disporci a coltivare i sensi e la bellezza. Possiamo poi giocare con l'immaginazione e la fantasia. Come il neonato ed il bambino si espongono alle percezioni senza sapere che cosa le cose siano, incantati da colori, suoni, forme, altre sensazioni misteriose, così dovremmo anche noi recuperare questo potenziale delle sensazioni, senza per questo diminuire l'adattamento alla realtà della mente cosciente. Come un bambino inventa persone ed eventi, e si diverte a fare diventare animate tutte le cose, così possiamo anche noi, sempre, giocare a vedere animati gli oggetti, i pensieri, le emozioni. Come un bambino si dimentica alle volte di chi lui stesso sia, così possiamo anche noi vivere il corpo, le emozioni, le fantasie, senza sapere che siamo noi a viverle, senza pensare l'io penso io sono io sento.' Come un amante inebriato, innamorato della donna o dell'uomo, innamorato degli dei, degli alieni evoluti, delle fate, così noi stessi possiamo vivere sempre la vita in una forma di orgasmo-estasi permanente.

Parliamo di spiritualità con il cuore e con la fantasia. Possiamo immaginare Dio come una persona precisa, che vive con noi, con cui possiamo conversare, confidarsi, giocare, amare. Possiamo immaginare che abiti dentro di noi, fino ad essere il nostro nucleo profondo. Possiamo immaginare Dio con qualsiasi altra forma o non forma, un oceano di energia, una fusione di esseri.

Come nelle mitologie greche, immaginiamo effettivamente esistenti gli dei, le dee, gli animali uomini e gli uomini animali, gli animali-dei, giochiamo anche noi a rincorrerli, ad amarli, a seguirli nelle imprese, a vivere le metamorfosi. Come nelle fiabe e come nei giochi dei bambini, inventiamoci le parti, attribuiamoci le divinità. Come persone coscienti ed amanti, ascoltiamo il cosmo, immaginiamoci astronavi e mondi evoluti, creature misteriose e straordinarie, amanti di altri mondi.

"Senza un'esperienza preliminare di risveglio, nessuna ascesi, nessuna pratica, nessuna meditazione porta frutto. Senza esperienza di risveglio non vi è sorgente ..Cerca profondamente in te. Pensa alla tua infanzia, alla tua adolescenza. Là si trova un'esperienza di risveglio. Non esiste sulla terra alcun essere che non abbia fatto questa esperienza fondamentale." <sup>4</sup>

"Quando non si ha né sensazione dell'ego, né quella della dualità, né l'operazione mentale che ci fa dire "come è bello, come è infinito", quando non vi è nulla che limiti un'esperienza, quando lo spirito ritrova l'essenzialità dello spazio, allora si tratta di un risveglio. Da quel momento tu non sei più alla ricerca di uno stato astratto o lontano, tu non cerchi nulla che non sia già in te. Questa capacità di stupore totale è la sostanza stessa del risveglio. È in questo e solamente in questo che tu puoi essere un uomo. Tutte le altre ricerche, tutte le altre gioie sono delle scappatoie." <sup>5</sup>

---

<sup>3</sup> D. Odier, Marc de Smedt, *Le mistiche orientali*, Torino, Promolibri, p. 212.

<sup>4</sup> D. Odier, *Tantra*, Vicenza, Neri Pozza editore, p. 51.

<sup>5</sup> D. Odier, *Tantra*, op. cit., p. 52.

Anche il lavoro intellettuale costituisce un'esperienza fondamentale. Per cui è bene avere il coraggio di sfidarsi nei processi della comprensione e della concentrazione mentale.

“Se l'uomo vive fuori del mondo, di cui percepisce soltanto le manifestazioni più grossolane, l'ignoranza che egli ha del proprio corpo e del funzionamento della propria mente è quasi altrettanto importante. Parallelamente alla percezione dell'universo, il progresso spirituale passa attraverso la conoscenza dei movimenti del corpo e della mente. Mediante la congiunzione di queste due forze, l'uomo potrà entrare, in seguito, nel cuore dell'ascesi, che lo condurrà a più alte realizzazioni. Questo stadio, preliminare rispetto alle conoscenze più elevate, rappresenta già un immenso progresso rispetto al livello normale delle percezioni umane. Esso rappresenta in una certa misura il compimento e il più alto livello dell'uomo materiale, la porta d'ingresso dell'universo spirituale nel suo senso più alto, quello che conduce al risveglio.”<sup>6</sup>

“E' tempo di attivare la vostra immaginazione, chiarire le vostre intenzioni, mettere a fuoco la vostra energia, intraprendere delle azioni e aspettarsi dei risultati. Il nostro consiglio è di essere molto, molto chiari su quali siano le vostre effettive disponibilità; in questo modo sarà molto più facile ricevere gli update dalle energie cosmiche appropriate, evitando così che il computer del vostro corpo venga compromesso da un "baco" di bassa vibrazione. Durante questo periodo di cambiamenti percettivi, sarete messi alla prova per rafforzare le vostre capacità decisionali e per far emergere la vostra versione umana del potere spirituale.

Mentre onde energetiche che non siete in grado di vedere vi riassessano, il vostro corpo si ricircuisce e si calibra per adattarsi all'energia accelerata e voi selezionate i codici che meglio si confanno ai vostri valori e alle vostre intenzioni. Tutte le realtà avvengono simultaneamente, ciascuna fortificata dal potere dei pensieri e delle emozioni che investite in essa. Così, la domanda più importante di tutte è: di quale programma volete far parte? Espandere la mente oltre i muri delle convenzioni di massa che strutturano la realtà tridimensionale è un importante ottenimento che accresce la vostra consapevolezza e vi dà nuove importanti comprensioni sui perché e i per come della vita. Voi siete qui per imparare a gestire l'energia — la complessità della vostra energia personale in accordo con il magico e mistico campo dell'esistenza.”<sup>7</sup>

---

<sup>6</sup> D, Odier, Marc de Smedt, *Le mistiche orientali*, Torino, Promolibri, p. 213.

<sup>7</sup> B. Marciniak, *La via del risveglio planetario*, Barzanò (LC), Edizioni Stazione celeste.



☺ - 4 – *Come vivere lo spirito oggi?*

Sta emergendo una percezione del divino molto diversa dalle secolari abitudini filosofiche e religiose, anche se possono esservi dei collegamenti. La novità storica evidente è rappresentata da una confluenza di comportamenti e di ricerche tesi a riconciliare la spiritualità e la vita ...ad un nuovo linguaggio: 'noi siamo Spirito reso materiale, e impegnatosi a spiritualizzare la materia'. In questi luoghi della consapevolezza si ricerca ormai un nuovo rapporto fra la scienza e lo spirito, fra la scienza e la coscienza. Baker parla di 'supercoscienza' per indicare gli stati in cui possiamo sperimentare il divino.

Chiunque abbia avuto una fugace visione di quest'altro mondo, descrive tale esperienza in termini estatici, come uno stato in cui i propri confini si dissolvono, la beatitudine è totale, e la coscienza individuale confluisce nella coscienza universale, divina. E' uno stato di esistenza e di consapevolezza che di gran lunga supera l'usuale, limitata, ristretta visione della realtà, e che permette per un breve momento, superando i limiti dello spazio e del tempo, di entrare in un'altra dimensione. " <sup>8</sup>.

---

<sup>8</sup> Cfr. D. Baker, *Supercoscienza e meditazione*, Latina, Edizioni Crisalide, 1990, p. 11.

Questi stati di coscienza testimoniano la confluenza della coscienza individuale in quella di un più 'Vasto Essere', e l'identificazione con questo. Normalmente si pensa che tutto ciò, per quanto bello, costituisca un annichimento dell'individualità umana. Invece l'individuo si scopre in una coscienza molto più estesa e personale, felice ed esaltante: 'la goccia diventa il Risplendente Oceano'. Il progresso spirituale di una persona si manifesta per questo autore attraverso precisi segnali: l'aumento della capacità di organizzare la vita di tutti i giorni, la crescita della responsabilità, l'aumento della consapevolezza, l'espansione della coscienza della vita.

Come aspetti proposti alla ricerca scientifica, Baker accenna a due postulati ripresi da forme antiche di saggezza. Un primo postulato riprende l'idea dell'illozoismo: 'tutto nell'universo vive'. il più piccolo atomo è un'entità vivente e senziente, così come lo è la più grande galassia nei cieli, con la sua immensa coscienza'. Il secondo postulato è 'che tutto vive nel corpo di un più vasto essere'.

"Uno dei motivi del cercare di comprendere qualcosa della stupenda coscienza del grande Essere in cui viviamo, è che questo sforzo ci permette di sviluppare una formula psicologica per noi stessi, e ci dà una chiave per capire in cosa consista l'esperienza supercosciente. Si tratta di allineare la nostra coscienza con quella del superEssere nel quale viviamo, e quando questo avviene, raggiungiamo il suo livello di consapevolezza."<sup>9</sup>.

Insistiamo su questo punto fondamentale. La religione cristiana e cattolica in cui siamo cresciuti accenna certamente ad un Dio personale e trascendente. Ma non viene stimolata una percezione mistica-estatica dell'amore per il divino. Appare soltanto nei testi dei mistici. La cristallizzazione della religione nei dogmi ed in rituali superati ha allontanato molte persone dal cristianesimo. Oggi le nuove spiritualità sembrano muoversi in un territorio diverso. Crescono molto le tecniche ed i percorsi per raggiungere il nostro sé profondo, per stimolare, giustamente, la divinità in noi, ma nella sostanza si parla poco di

divinità. Tanto meno si parla dell'entusiasmo per innamorarsi di Dio. Tutto questo dipende dalla diffidenza verso i linguaggi tradizionali, che pure non miravano a fare innamorare del divino. Ma dipende anche dal mantenere comunque un'idea astratta dello spirito, ancora vissuto alle volte, come fuga dalla realtà del mondo e della materia.

L'idea di risentire il divino e lo spirito dentro di noi, posizione ottima che deve ancora diffondersi, si accompagna ancora ad un timore, il timore che esistano realtà cosmiche più grandi di noi. Continua il timore di provare amore, entusiasmo, elevazione, verso il divino, verso Dio, gli dei, verso esseri molto superiori a noi. L'umanità non ha ancora superato la contrapposizione fra la natura e lo spirito, fra il progetto della sua crescita autonoma, lontana da dogmi e credenze, e la consapevolezza che esistono realtà ed esseri cosmici più grandi di noi. Riprendiamo con questa consapevolezza l'idea dello spirito.

Esploriamo quindi questo concetto, lo spirito, cercando di armonizzarlo con il corpo, la mente, l'anima. Le visioni prevalenti della spiritualità rientrano nella concezione della scissione della natura umana: lo spirito sembra indicare qualcosa che è lontano e si oppone, al corpo, ai sensi, al mondo, all'universo. Si professa spirituale spesso chi rinuncia alla creatività, al piacere. Con questo concetto, al limite della rappresentazione umana mentale, sicuramente intendiamo una realtà divina, assoluta nella sua trascendenza, indipendente dai corpi e dalle forme. Ma questo non vuol dire che, quando si presenta in una forma, in un corpo, non possa penetrarla tutta di se stesso. E' opportuno vivere questi concetti non come una conoscenza oggettiva esauriente di una realtà indipendente da noi. E' più utile destinarli allo sviluppo di una pratica. Si può diventare qualcosa, qualcuno,

---

<sup>9</sup> D. Baker, op.cit., p. 37.

si può sviluppare lo spirito dentro di noi, congiungerlo allo spirito universale, senza avere dei concetti esaurienti delle realtà cui questi termini si riferiscono.

“Vivere la propria totalità, non è soltanto seguire un cammino spiritualizzante che tende a elevare la parte superiore dell'essere umano, cioè lo spirito, il mentale e l'anima spirituale, ma significa anche - e questa è la parte più difficile - trasformare il modo di pensare, la vitalità con le sue pulsioni istintive, il corpo fisico con il suo peso gravitazionale e l'ambiente materiale come base di stabilizzazione.

Ritrovare una *finezza* interna richiede di astrarre il proprio psichismo dalle condensazioni materiali e inerti che gli impediscono di ritrovare la fluidità e la trasparenza necessarie al contatto. Si devono così affrontare le pulsioni legate al subcosciente ed esplorare l'incosciente per fare emergere le parti di noi che ne sono prigionieri. Processo che può rivelarsi pericoloso o regressivo, se non è vissuto in maniera equilibrata nella prospettiva di una mutazione superiore.

E' il tema eterno del cavaliere - lo spirito superiore - che viene a liberare la principessa - la sua anima - dal fuoco del drago, che rappresenta le potenze basali, cioè legate al corpo formale. Sollevare le radici psichiche dalle profondità dell'inconscio permette così di far emergere un potenziale soggiacente che alimenta e stabilisce una linea spirituale molto più sicura, più continua e più elevata. Perché, come dice il Tao: "Così l'essere di vasta coscienza affonda le proprie radici nel sottosuolo e non nella superficie. Aspetta dal frutto e non dal fiore; rigetta la superficie per aderire all'intimo. Così il sopra deve avere il basso come fondamento."

Questa avventura della coscienza ha toccato tutte queste tappe: liberazione delle nostre radici dal peso della gravità; decantazione e fluidificazione di queste radici in un ambiente purificato; elaborazione di una corrente di linfa grezza; trasmutazione delle energie basali e discesa corrispondente di una linfa elaborata sotto forma di informazioni sempre più sintetiche provenienti da dimensioni superiori. Una trasmutazione che permette di stabilire progressivamente la totalità del proprio essere in un livello di energia e di coscienza che è quello del contatto interdimensionale.

Così lo spiega IJP. Appel-Guéry: "L'uomo può passare dal primitivo all'umano biomagnetico civilizzato, poi all'essere cosmico in evoluzione tra lo spazio, il tempo e l'atemporale. E' la sede di una correlazione energetica e strutturale forte tra la materia densa in trasformazione e la dimensione spirituale permanente vibrante, percepibile con una visione interna sempre più sottile e purificata. ..Cioè, elevatevi fino a una dimensione superiore di sintesi per, in seguito, diffonderla e comunicarla, secondo un processo di verticalizzazione e di continuità tra la coscienza, il mentale, lo psichismo, la vitalità, il corpo e la materia."

“Ritrovare in sé la permanenza dello spirito richiede di rompere la routine delle abitudini per non essere prigionieri di ruoli transitori, di convenzioni sociali, di riferimenti intellettuali, di pregiudizi. Ritrovare il contatto con lo spirito creatore su un pianeta così "gravitazionale" come la Terra richiede di lottare continuamente contro l'inerzia e l'egemonia della coscienza di veglia sul corpo. "Chi è colui che si dice libero se non quello che si dedica totalmente alla libertà?"

Quanti esseri troppo superficiali giudicano sommariamente operazioni interdimensionali, la cui comprensione non può effettuarsi che attraverso la finezza di una percezione sottile che essi non hanno abbastanza esercitato. Ma le

porte di questa percezione sottile non si aprono che per colui che ha saputo tenere in sé il favoloso potere della creatività e dello stupore!

Quelli che seguono ancora le classi primarie del mentale personale tenteranno sempre di ridurre, secondo i loro modelli limitativi, i modi di funzionamento di quelli che sono all'università della coscienza interdimensionale. Quelli che hanno un punto di vista lineare non vedranno, della sfera, che il cerchio percepito nel piano della loro visione.”<sup>10</sup>



### 😊 - 5 – Innamorarsi del divino

*Nell'esperienza spirituale sembra di essere colti da qualcosa, di essere posseduti da eventi interiori. L'abbandonarsi a questa sensazione diventa un gioco, un'avventura, destinati a manifestare questa corrente profonda che ci avvolge totalmente. Per quanto piacevole, l'esperienza del divino tende a volere la nostra perdita, la nostra scomparsa, quasi uno*

*scioglimento negli stessi sentimenti amorosi. Io sono, divento esattamente e soltanto questo inebriante fiume interiore. Sono le sensazioni che sentiamo dentro di noi a farci felici. Si sviluppa una strana forma di costrizione: non mi sento libero di sentire o di non sentire, voglio e desidero senza dubbio questo piacevole immenso sentimento, ma, in qualche modo, è soprattutto lui che vuole me. Lui, che posso chiamare il dio amante. Qualche parte di noi può anche protestare, scherzosamente, momentaneamente, il tempo di riprendere fiato, di potere quasi imparare a cavalcare questa energia che irrompe senza posa. E' veramente un dio potente quello che ci viene a trovare, un dio infinitamente bello, suadente, convincente, desiderabile, ma sembra anche un dio che possiede, che non lascia tregua, che fa esplodere i sensi ed i sogni, che mette in movimento tutte le parti dell'essere. Ecco allora il precipitare felici ed inconsapevoli nella contemplazione di questa presenza misteriosa, ma anche nella contemplazione di qualsiasi cosa bella.*

*Tutto mi parla e mi canta dell'amore e dell'amato divino, tutto sembra attraversato dall'espansione amorosa che sgorga dal mio cuore. Sembra quasi esistere di per sé, mi perdo io in lui, e si perde anche qualsiasi cosa mi circonda. Ma quanto profondamente mi sento io stesso in questo liberante perdere il mio ego, la mia persona, la mia ragione? Tutto questo potere inebriante che scorre in me, senza dubbio non si limita semplicemente al mio io, l'io che dialoga, che pensa, che confronta, che ha paura, che si blocca. Chi abita allora dentro di me? Da dove vengono, chi sono queste forze, che portano felicità e costrizione, liberazione e superamento? Sembrano quasi delle persone autonome, degli dei che mi visitano, delle forze deliziose ed amanti che mi contengono in qualcosa. I fiumi profondi che mi attraversano nell'intimo, questi fiumi di gioia e di mistero, non sono me stesso, non sono il mio comune io, ma sono in me, sono in qualche modo una parte di me. Si presentano come un perpetuo viaggio interiore, viaggio che ha una sua destinazione misteriosa, una sua guida autonoma, un suo proporsi, un suo continuo incoraggiare a spostarsi, muo-*

---

<sup>10</sup> O. Breteau, in: IJP., Appel Guéry, *Scienza unitaria dell'intra-universo*, Edizioni Transtar Gievres (Francia), Tipografia AGV Torino, p. 15-16; p. 40.

*versi, rimanere in moto, anche nella pace e nel sogno. Il viaggio ha le sue tappe, le sue soste, i suoi mutamenti, molto più veloci ed occulti rispetto ai piccoli passi del mio io.*

*Tutto questo stimola un lussureggiante paesaggio interiore: visioni di prati, fiori, montagne, fiumi, animali e piante sconosciuti, in cui tutto si muove, nessuna forma rimane statica. Contempi le montagne, e diventano fiumi. Scruti gli orizzonti, e ti ritrovi dentro un fiore. Torrenti rinfrescano il tuo corpo, e ti ritrovi fra le nuvole. Così ora ti funzionano i pensieri, i sentimenti, le fantasie. Tutto diventa una cascata fragorosa ed un'attività vulcanica.*

*Ecco allora la continua spinta, ad elevarmi, ad abbracciare gli esseri, a volare, a sperimentare, ad inseguire le forme della bellezza.*

*Raggiungo queste forme, fate bellissime, folletti misteriosi, mi abbracciano felici e ridenti, ma poi improvvisamente si sciolgono, volano via, e mi richiamano altrove, attraverso nuove forme bellissime, da raggiungere con nuovi percorsi. La pace profonda è una forma di sole felice, le manifestazioni formali giocano con gli enigmi che fanno immergere sempre più il sole nelle sue profondità, e nelle profondità delle stelle. Posso passare giorni e notti, immerso, sulla spiaggia a sentire il mare, fra le braccia dell'amato, disteso sui prati a contemplare il sole e le stelle che si alternano, e gli universi si amano nel mio corpo, nella mia anima.*

*Mi succede poi che voglio scrivere, cantare, donare, espandere, immergermi nelle avventure, nelle esplorazioni. Una risposta di manifestazione energetica all'irrompere interiore di un fiume di piaceri, impulsi, aperture, scoperte. Lo stesso piacere dell'amore divino cresce in se stesso attraverso il gusto dell'esercizio appassionato di qualsiasi mia parte. Ecco allora che il passeggiare, la presenza della natura, la conversazione, lo sforzo dell'intelligenza e della volontà, il seguire le ispirazioni, tutto diventa un piacere. Non ci sono più limiti: tutto si espande come un fiume, e quando i limiti ci sono, sembrano strumenti di una palestra per giocare, il piacere diventa gioco che gusta la resistenza, scioglie il pensiero, rinforza la pazienza e la compassione, dilata la sensibilità. L'apertura del cuore fa volare il coraggio, il potere dell'eros sollecita il mio potere d'eroismo. Ecco allora l'amore, ecco la danza di due folli amori felici, la divina potenza dell'amore che mi sommerge, senza condizioni e senza limiti, ed il mio rispondere sollecitando tutte le facoltà, esprimendo la creatività.*

*Arriva impetuoso il dio, si rivela immensa la potenza, sembra sommergermi, sembra che mi voglia sciogliere e dissolvere, tanta è la sua forza. Mi abbandono a questa forza, immensa, esaltante. Mi faccio penetrare, attraversare. Soccombo, come in una lotta. Mi arrendo allora al dio, ed ecco che questi si fa piccolo ed innocente, amichevole e lieto, mi prende per mano, mi rialza, mi trasmette lentamente la sua energia. Da una parte mi sento esaltato, ebbro, pieno della presenza divina. Poi lentamente mi aiuta il dio, lui si ritira, e sperimento la nuova forza che ora sono io, sperimento il piccolo dio che sto diventando. Mi lascia ora il dio, e mi accorgo che sono diventato molto più potente io stesso. Divento creatore per rispondere all'amore divino. La freschezza dell'amore vuole celebrare e vuole donare, ecco allora le imprese attraverso le quali ogni amante conquista nuove bellezze per l'amato, in qualsiasi forma d'amore. Come se gli esseri avessero bisogno sempre di nuovi mondi per potersi meglio abbracciare e fondere.*

*Quanto e come si potrebbe lodare, celebrare ed amare il divino, quanto si potrebbe cantare questa parola, pure così comune. Si presenta come una fonte di felicità interiore, che sgorga dall'interno, anche quando appare scatenato da un evento esterno. E' vero che l'evento scatenante può sembrare qualcosa di esterno a me, inevitabilmente oggettivo od altro da me, una persona, un rito, un'esperienza. Ma sono sempre io a reagire ed a sentire, non esistono altri che reagirebbero come posso, sento e voglio reagire io. Dentro di me quindi la fonte. L'immersione nell'amore si presenta prima di tutto come amore per se stessi e di se stessi, perché è dentro di noi che sentiamo l'esperienza. Esiste prima di porsi come amore relazionale, sia verso me stesso, sia verso l'altro, sia verso Dio.*

L'espansione verso l'amore universale parte dal cuore e dall'immaginazione, si nutre di una risonanza intuitiva vasta e profonda, esprime il desiderio di manifestare la beatitudine amorosa. Se io faccio tacere il continuo balbettio della mente, posso iniziare a sperimentare che non esiste il vuoto, che tutto è pieno. Non sono un'isola che naviga nello spazio e nel tempo, incontra altre persone-isole, e tutto confluisce non si sa verso dove.

Certo che è strano questo pensiero umano, l'ipotesi che possano esistere la felicità e la creazione, ma la presunta certezza poi che esistono il vuoto e la morte. L'amore comprende una forma di evidenza, d'immediatezza, e questa contempla, vuole e conosce uno spazio pieno infinito, che non si arresta ai confini della ragione e della morte, ai confini della realtà conosciuta. Il sentimento suggerisce che la volontà, l'intuizione, l'immaginazione, si arricchiscono, se condividiamo l'amore verso l'universo sconosciuto. La mia percezione dell'ambiente interiore ed esteriore, dipende completamente da come mi formo, da che cosa voglio pensare e sentire, da come mi collego con il mio centro, da come sento sgorgare dentro di me le forze divine dell'amore<sup>11</sup>. Ecco un'esperienza che posso verificare interiormente. La realtà non sta ferma. Le facoltà che ci attribuiamo non rimangono lì come oggetti disponibili, immutabili. Possono essere allenate e stimolate, e certamente parleranno diversamente in chi si muove, rispetto a chi preferisce rimanere fermo. Il viaggio interiore mi ha già permesso di sentire la presenza dell'amore come una potenza divina che entra in me, mi ama, mi attraversa, mi parla, mi stimola.

In che modo posso parlare di Dio, rimanendo fedele alla mia intuizione, alla mia percezione? Certamente il concetto del divino simboleggia una freccia che indica una direzione possibile, una forma di presenza intuitiva, una manifestazione del cuore, una conseguenza degli stati di entusiasmo e di felicità, una sensazione di una grande potenza, libera, creante, infinita. Ma non riguarda una forma di oggetto, sia pure un soggetto-oggetto supremo, che sta lì fermo, pronto quasi a farsi fotografare dall'uomo, attento a rispondere alle domande di verifica di un pensiero scettico. Il cuore manifesta la propria conoscenza, la propria sapienza, superiore alle misure del pensiero razionale astratto. Se non integriamo la mente nel nostro sviluppo globale, la ragione ci parlerà sempre di una forma di conoscenza solitaria, isolata, impotente. Riflette una solitudine all'interno del nostro mondo, dove si oppone alla volontà, al sentimento, all'intuizione. Non è stato sempre così: la ragione una volta rivelava la sua potenza e dispiegava le sue caratteristiche nel dialogo con la realtà nascosta.<sup>12</sup>Nella nostra civiltà ha voluto diventare esclusiva, soffocare le altre componenti della nostra natura, allearsi con la società, contraria all'evoluzione creativa del mistero, alla convivenza con l'infinito.

Ma io posso provare, ognuno di noi, se vuole, può provare. Che cosa? A mettere tutto in discussione, per aprirsi un varco, per uscire dalla cultura conosciuta, dal sistema dominante. Le onde della razionalità sociale entrano profondamente in me, devo sforzarmi veramente per fermare questo mondo, per resistere a queste pressioni<sup>13</sup>.

Soltanto alimentando e coltivando le mie intuizioni interiori posso ascoltare e riconoscere un mondo completamente diverso. Tutto avviene come se noi fossimo talmente abituati ad un certo modo di sentire e vivere la vita, ad un certo modo di pensare, che qualsiasi al-

---

<sup>11</sup> Cfr. J. Roberts, *Le comunicazioni di Seth, La nascita della psiche, La realtà sconosciuta*, Roma, Edizioni Mediterranee.

<sup>12</sup> Cfr. G. Colli, *La nascita della filosofia*, Milano, Adelphi, 1975. G., Colli *Filosofia dell'espressione*, Milano, Adelphi, 1978.

<sup>13</sup> Cfr. D. Icke, *Io sono me stesso, io sono libero*, op. cit.. A., Sbisà *Alice e Dioniso*, Torino, Horus, 1994.

tra realtà potrebbe incontrarci e rivelarci improvvisamente le assurdità basilari della nostra esistenza.

L'amore e l'innamoramento ci rivelano già una realtà possibile che potrebbe costituire la base per un mondo completamente diverso. La prima esperienza riguarda questa potenza sovrabbondante, intima, felice, indipendente, strana, che ci avvolge, ci stimola, ci chiama. Cerco di tenere ferma questa intuizione, fino in fondo, ed essa mi parla. Sento che riguarda qualcosa che è intimamente presente nel profondo di me stesso, che è più interno di qualsiasi altra realtà: è una fonte di libertà, di promessa, di una promessa già mantenuta, di un invito all'amore, al piacere, al gioco, all'avventura, alla potenza. Questa percezione mi parla del profondo me stesso. Ma mi parla anche di altro. Non sembra esistere soltanto dentro di me. Sembra quasi un'entità potente, dolce e misteriosa, che per vivere debba convivere, estendersi, abitare, in tutti gli esseri. Un qualcosa presente in me, ma presente anche altrove: un altrove infinito, misterioso, vivo, mutante, trasformantesi.

Le esperienze della mia vita rivelano allora un altro volto. La percezione di un essere divino mi ricorda le sensazioni che vivo quando amo, quando gioco, in cui non sembro più limitato al mio io, chiuso nella pelle, ma in cui sono attraversato, sono espanso, e sono in contatto con gli esseri più diversi. Non ci sono parole per esprimere l'espansione della coscienza<sup>14</sup>. Ma senza dubbio i racconti dei miti e delle fiabe possono darci qualche indizio, anche se appaiono subito distorti nella mentalità comune. Quale mondo mi appare? La presenza delle fate e dei maghi, un mondo come un teatro ed una palestra per le forze del bene e del male, per le alchimie della trasformazione<sup>15</sup>, per il gusto della creazione. Un mondo di sfide, di presenze nascoste, di enigmi, di misteri, d'incanti. Un mondo di prove e di donazioni, di difficoltà e di premi, di gioia e di canto.

Gli esseri superiori che vengono a collaborare con noi, le alleanze con gli animali e con le piante, una realtà a diversi livelli di manifestazione. Le facoltà umane si svegliano attraverso la curiosità, il gioco, l'avventura, la generosità, la tensione dell'impresa e dello sforzo. Da un certo punto di vista sembra a tutti di conoscere e di sperimentare la percezione del divino. Tutti conoscono l'ipotesi che possano esistere le fate, gli spiriti sottili, gli angeli, gli spiriti guida, fino agli dei, alla dea, alle presenze più direttamente divine. Sono ammessi talvolta come vaghe ipotesi, come aspetti particolari della fantasia, che possono piacere a poche persone. Sono conservati e neutralizzati nelle fedi religiose: le figure divine non sono presentate per provocare una forma d'innamoramento di massa, stimolato da qualcosa che si sente appartenere alle dimensioni della felicità, della meraviglia, dell'entusiasmo, dell'ebbrezza, oltre che dello sforzo, dell'impresa, del superamento.

Presento l'ipotesi che ci si possa innamorare di Dio, del divino. Lasciamo scorrere via l'immagine tutta umana del dio maschile, paterno, giudice, legislatore, autoritario. Liberiamo il sentimento del divino da tutti gli accumuli storici e concettuali formulati dal potere religioso e dal potere sociale-morale.

Liberiamo la nostra esperienza dalla repressione degli istinti e della fantasia, dalle tendenze a rinunciare al mondo, al piacere, alla felicità. Liberiamo la percezione del divino<sup>16</sup> dalla noia, dai riferimenti abituali, dalle esigenze moralistiche.

Liberiamoci anche dalla presunzione umana, dal persistente antropomorfismo, dal sentimento di debolezza e d'impotenza, dall'orgoglio nichilistico, dalla continua esigenza di volere verificare razionalmente noi qualsiasi cosa, prima di ammetterne sia pure l'ipotesi o il desiderio. Una delle percezioni più diffuse oggi riguarda l'invito insistente all'autonomia

---

<sup>14</sup> Cfr. la bibliografia sugli stati di coscienza; cfr. Ch. Tart, *Stati di coscienza*, Roma, Astrolabio, 1977.

<sup>15</sup> Cfr. C.G. Jung, *Simboli della trasformazione, Psicologia della religione, Opere complete*, Boringhieri, 1969.

<sup>16</sup> Cfr. A. Sbisà, *Dio, uomo e cosmo*, in *Alice e Dioniso*, op.cit.

personale. Il proposito di riportare il divino all'umano, di sentirlo dentro di noi, è senza dubbio positivo, ma soltanto se superiamo l'apparenza superficiale dell'uomo, soltanto se c'innoltriamo in un processo di trasformazione che porti a risvegliare realmente la scintilla divina presente in noi. Si verifica uno strano processo. Anche ora che alcuni pensano di riportare il divino dentro di noi, non si sente in atto un processo di trasformazione che porti a sviluppare al massimo le potenzialità umane, fino a scoprire ed a sviluppare i doni divini presenti in noi. Non esiste oggi diffusa una visione eroica del divino, intesa come slancio, come apertura, come divinizzazione dell'uomo.

Quando si presentano immagini di mondi superiori abitati, di spiriti sottili, di spiriti guida, di esseri evoluti, di figure divine, sembra sorgere subito il timore che tutto questo tolga qualcosa all'autonomia umana. Poi magari non ci preoccupiamo di sviluppare le potenzialità divine della nostra natura: vogliamo giustamente essere autonomi anche se non ci evolviamo. Ma temiamo il solo pensare che esistano oggettivamente, al di là di noi, extra-terrestri superiori positivi e gerarchie spirituali<sup>17</sup>, fino alle forme dirette del divino: sembra che necessariamente tutto questo, se esistesse sul serio, se lo potessimo riconoscere, possa rappresentare un pericolo od un limite per l'autonomia umana. Non vogliamo salvatori che vengano dalle stelle, dichiarano gli uomini che vogliono rimpicciolire qualsiasi cosa. E' giusto questo quando dobbiamo riportare il divino dentro di noi, quando dobbiamo assumerci la nostra responsabilità. Ma non può essere un modo per rimpicciolire la realtà. L'umanità non sembra ammettere la possibilità che emerga un modo completamente diverso di sentire il divino, come fonte positiva infinita di felicità, di meraviglia, di entusiasmo. Per quanto possa esistere un'infinita superiorità evolutiva di altri esseri o di un essere divino rispetto all'uomo, non per questo dovrebbe costituire una minaccia, né avere l'intenzione di sostituire l'autonomo sforzo evolutivo della specie umana. Qualcosa di quello cui alludo esiste nell'amore mistico, ma accompagnato ancora spesso dalla percezione dell'impotenza umana. Ora si tratterebbe di risvegliarci come dio che ama dio: amare Dio come Dio che ama Dio.



### ☺ - 6 - *Conversare e vivere con Dio*

Immaginiamo una possibile condizione umana in cui tutte le persone vivano come spontanea immediatezza l'esperienza diretta interiore del divino. Le persone sono in permanenza incantate ed innamorate della presenza di Dio. Vivono immersi in un ambiente divino felice. Sentono un ambiente universale, inesauribile, superiore, misterioso, una presenza trascendente. Sono consapevoli della presenza invisibile di esseri superiori affascinanti. Conversano e si intrattengono con Dio, amano Dio.

Vivono Dio come una persona concreta che ti sta davanti, che ti sta dentro: parla, sta in silenzio, ride, pensa, si diverte, sente, comunica, come una persona concreta, ma infinitamente più concreta, consapevole, felice e potente di una persona normale.

Contemporaneamente sanno che questo Dio è una presenza universale, un ambiente, un oceano. Dio è infinitamente uno, ma anche infinitamente articolato, differenziato. Per cui ciascuno sa che tutti gli altri parlano direttamente con Dio, vivono con Lui. Ma sanno anche che il Dio con cui parlano e vivono gli altri è un Dio uguale ma diverso da quello con cui parlano loro. Per cui le persone portano agli altri la loro esperienza del divino, poi ciascuna dialoga e vive anche con le divinità degli altri. Le persone possono anche lasciare

---

<sup>17</sup> Cfr. J. Roberts, *Le comunicazioni di Seth, La realtà sconosciuta*, op. cit.

parlare e vivere la loro divinità direttamente, come se per qualche momento o tempo, le persone si mettessero in un angolo della loro individualità e volessero fare parlare direttamente Dio attraverso di loro. Quando poi le persone si incontrano, potrebbero fare parlare direttamente le loro divinità.

Un altro aspetto fondamentale è che tutte le persone sanno di essere loro stesse una forma di divinità, una scintilla divina. Ma sanno che devono cercarla dentro di sé, coltivarla, alleviarla come fosse un bambino, sviluppare le esperienze, le pratiche ed i comportamenti che fanno sviluppare la divinità che loro stesse potenzialmente sono. Allora queste divinità-bambino che si sviluppano possono parlare direttamente con le divinità personali.

L'esperienza interiore delle persone, immerse in questa conversazione-fusione con un dio infinito, superiore, misterioso, e concentrate sulla nascita del divino in loro, è piena di crescenti livelli di felicità, di entusiasmo e di estasi amorosa. Coltivano la devozione e la celebrazione, nella preghiera e nella meditazione, ma anche nella vita quotidiana, attraverso i rituali, le invocazioni e le evocazioni, l'espressione della gratitudine, dell'amore innamorato e dell'esplorazione divertita del mistero. Sicuramente le persone coltivano anche la consapevolezza di ciò che non può essere rappresentato o parlato, e neppure sentito. Per cui attraversano periodi di deserto interiore, durante i quali cercano di riconoscere comunque la pienezza divina. Le divinità stesse, la divinità che viene dal nucleo della trascendenza, come se non esistessero gli universi formali, la divinità che vive nell'universo, e la divinità che nasce nella loro vita interiore, cambiassero continuamente. Non ci sono quindi parole, credenze, rappresentazioni intellettuali, che possano definire e limitare queste divinità.

Osserviamo dal nostro punto di vista, procedendo dal minimo. Immaginiamo di partire per una condizione come quella descritta. Se lavoriamo per arginare i pensieri limitanti e le emozioni negative, se coltiviamo la leggerezza del corpo, del pensiero, della fantasia e del cuore, sicuramente ci presenteremo all'universo con una sensibilità crescente a vivere il benessere, la gioia, l'entusiasmo. L'esercizio del pensiero positivo, dell'immaginazione, e dei cambiamenti, ci farà vivere degli stati di umore e di energia capaci di accogliere e di farci vivere l'entusiasmo, la fiducia e la gioia; queste stimoleranno la creatività. Tutto questo costituisce una base emozionale per percepire l'entusiasmo, la forza, il gioco, l'espansione, l'incanto. Una partenza è data anche dal ritmo dell'innocenza interiore e della concretezza dell'amore. La capacità di amare: se stessi, i corpi, la natura, l'invisibile, il magico, le persone. Allora possiamo immaginarci di innamorarci di Dio.

Possiamo immaginarlo estendendo al massimo le proiezioni su quello che riteniamo di positivo nella vita. Possiamo viverlo come una persona che fa infinitamente innamorare. Possiamo immaginare Dio come un padre, come una madre, come un amante, variando le situazioni. Poi possiamo immaginarlo in qualsiasi forma, evento o situazione. Possiamo sperimentarlo come la pienezza interiore che si può sentire nella meditazione, al di là di ogni rappresentazione. Sono situazioni che vanno vissute nella loro articolazione, variando. Immaginiamo poi che Dio e l'universo rispondano. In che modo risponderebbero? Immaginiamo che Dio ci ami, addirittura che sia innamorato di noi.

Immaginiamo che la natura si animi, che gli oggetti si animino, che infinite creature amanti, giocose, misteriose, si presentino a noi, attraverso i momenti del tempo e dello spazio, nella natura, ma anche nelle camere e nelle strade. Anche negli incontri. Siamo in due, l'attrazione e l'energia si sviluppano come una corrente fra di noi, qui scendono divinità particolari, energie cosmiche, unioni delle energie fra di noi.

Entriamo nel sentimento e nell'immaginazione, entriamo anche in un pensiero nuovo, creativo. Immaginiamo che finalmente l'umanità si accorga che non esista la morte come annullamento dell'individuo, ma che il fenomeno rappresenti soltanto un passaggio di stato, un abbandonare il corpo e l'universo corrispondente, per assumere un'altra forma, in un'altra dimensione. La sostanza rimarrebbe molto precisa, e piena di significato: la per-

sona continuerebbe a vivere nelle altre dimensioni, assumendo le caratteristiche dei nuovi ambienti, per poi ritornare consapevolmente ad incarnarsi, vivendo quindi molte vite, che accompagnano la sua evoluzione verso il divino.

La reazione umana tende a vedere questa possibilità come un pio desiderio, o come una consolazione, un appoggio, una speranza. In realtà la visione della vita assumerebbe significati, possibilità e responsabilità molto profondi, verificabili, conseguenti. Quindi tutto continua, anche se chiaramente i mutamenti da una vita all'altra rappresentano delle novità radicali, degli abbandoni dei piani materiali, per cui le persone troppo attaccate alla quotidianità terrestre, vedrebbero comunque il mutamento come qualcosa che li possa annullare.

Bene, abbiamo impostato una nuova visione. Io so e sento che tutti gli esseri che mi circondano, sono in viaggio, vivono, provengono da lontano, vanno lontano, come me stesso. Posso quindi averli incontrati in altre forme, in altri mondi, in altri momenti della vita della Terra. Il respiro dell'amore divino, del sentire il dio e la dea che ci ama, del sentire il nostro amore per Dio, assume chiaramente in questo modo la possibilità della presenza nell'infinito e nell'eterno. Non si tratta di chiedere ad un dio una felicità nei prossimi mondi, ma di vivere e di maturare già qui, sotto la coltre delle apparenze finite, la possibilità di vivere e manifestare la potenza dell'amore divino. Ampliamo ancora la visuale. Vediamo le stelle: immaginiamole circondate da pianeti, dove esseri sia simili a noi, sia molto diversi da noi, vivono esperienze e vite completamente diverse dalle nostre.

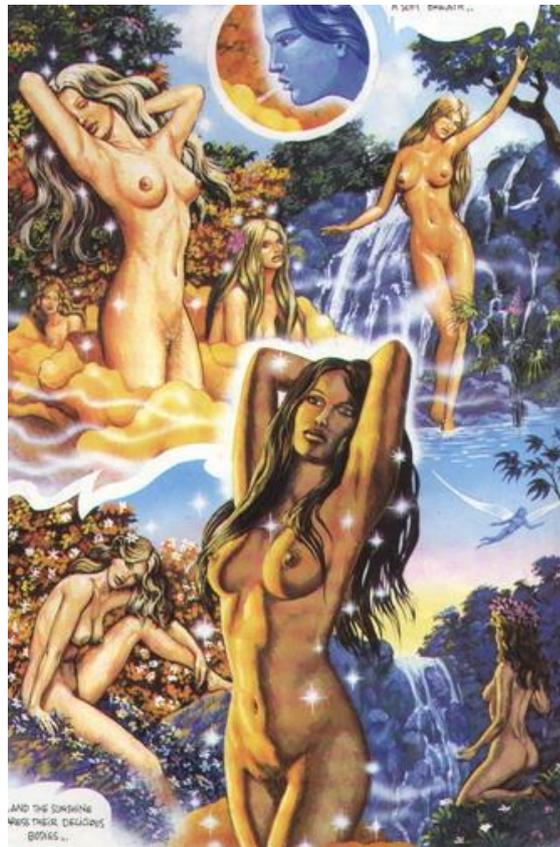
Sentiamo la curiosità ed il fascino d'immaginare mondi superiori, dove la felicità e l'entusiasmo possano essere dominanti. Uniamo un altro fatto: immaginiamo che tutta la natura, le piante, gli animali, gli elementi, possano esistere dappertutto, sia nelle forme che conosciamo, sia in altre forme infinite. Ed immaginiamo che abbiano le loro forme di coscienza, d'intelligenza, che non conosciamo, che non possiamo verificare, ma che forse possiamo incontrare su altri piani dell'esperienza e del comportamento. Immaginiamo che tutti questi esseri non siano chiusi dentro se stessi, ma che abbiano la capacità d'irraggiare le loro energie ed i loro pensieri nell'universo. Immaginiamo fino in fondo che non siamo mai nel vuoto, che tutto è pieno. Anche quando viviamo soli fisicamente in una stanza, in un luogo, siamo sempre attraversati ed influenzati dal cosmo vivente.

Continuiamo ad immaginare. Altri esseri, sottili, diversi da noi, o superiori, come angeli e spiriti guida, o parenti ed amici nostri che vivono altrove, possono comunicare con noi, comunicano comunque con noi. Altri misteri che ci possono essere svelati e comunicati, altre forme di presenza che possiamo vivere, realizzare.

Certamente occorre abbandonare la richiesta di verificare tutto. Come può una parte di un tutto fermare la vita del tutto, per quasi fotografarlo, decidere che cosa possa contenere o no? Potremmo anche viaggiare con forme di astronavi fra molte stelle, non trovare nulla, ed esserci in realtà spostati soltanto all'interno di una piccola bolla dove preferiva esistere il vuoto. Che cosa può volere dire amare la vita, in questo teatro diventato infinito? Se superiamo il piano mentale, e c'inoltriamo nel cuore, possiamo desiderare ed ascoltare, per sentire le voci dell'universo. Possiamo sviluppare le nostre antenne fino a sentire dentro di noi gli esseri che ci parlano. Possiamo innamorarci di queste presenze. Possiamo comprendere che sono dentro di noi e fuori di noi, sentendo la spontaneità dell'ammettere che le porte cosmiche del mistero sono a nostra disposizione, dentro di noi, anche nella possibilità di parlare e d'incontrare gli esseri del cosmo. Oggi conosciamo molte vie che ci portano a sperimentare gli stati superiori di coscienza, che ci possono permettere di esplorare la realtà infinita.

Esiste anche oggi, questa è la scommessa, la possibilità di innamorarci del Dio infinito universale, di Tutto ciò che è. Una volta superate le visioni limitanti di un'autorità esterna, le motivazioni per questo innamoramento sono semplici, come per ogni innamoramento,

ma amplificate ad una misura infinita. Posso innamorarmi di una persona per i suoi attributi, per le sue qualità, ed anche perché mi ama. L'innamoramento comune si coltiva con il gusto di vivere e condividere le stesse qualità che amo presenti nell'altro. Immaginiamo allora un essere che contenga in se stesso tutte le qualità che io stesso vorrei in una persona, amplifichiamole all'infinito, avremo un amante ideale. Proiettiamo questo essere su di una scala infinita, ed avremo un appassionante innamoramento per questo essere. Ascoltiamoci poi per comprendere che cosa voglia dire per noi essere amati, ed estendiamo anche questa possibilità all'infinito: avremo un essere divino che ci ama infinitamente. Proiettiamo questo essere poi contemporaneamente, nelle nostre profondità, sono io questo essere, e nelle profondità degli universi e dei misteri. Ti domanderai, se poi non esiste questo essere divino, in me stesso e nell'universo? Bene, diventalo tu stesso, ed immagina che esista altrove. Non puoi procedere sulla via della ragione scettica o sulla delega esterna. Scommetti su tutto quello che può emergere come risonanza emozionale e spirituale, come esplorazione della coscienza. Ma tutto questo puoi verificarlo attraverso la crescita della tua esperienza, se ti metti nel sentiero della trasformazione: la ragione non potrà mai anticipare quello che sarà l'esito del viaggio. Rileggiamo le pagine dei mistici, esprimono l'amore per il divino con lo stesso linguaggio degli amanti. Contempliamo i diversi amanti: noi stessi, le persone come amanti, le creature invisibili, gli esseri di altri mondi, gli esseri della tua fantasia, fino a tutto quello che come amore verrà a questo punto a te incontro.



☺ - 7 – *Testi di Daniel Odier*

7.1 - *Ricerca edonistica o ricerca spirituale?*<sup>18</sup>

Da qualche decennio stiamo cercando con ogni mezzo di liberarci da un lato da un materialismo sfrenato e dall'altro da tradizioni religiose stantie. Toccati dall'onda della liberazione sessuale, siamo ora travolti dal ritorno imponente della spiritualità nei suoi più svariati aspetti. Le proposte di "crescita personale" si moltiplicano sino al delirio. Oggi abbiamo il nostro sciamano, il nostro maestro spirituale, il nostro terapeuta, il nostro esperto in cristallitarocchi, la nostra veggente, il nostro medico cinese o tibetano, esattamente come tempo fa avevamo il nostro medico di famiglia e a volte il nostro psicanalista. La New Age ha creato dei "collages" intertradizionali, riuscendo così a ridurre correnti mistiche autentiche alla più illusoria e insipida delle misture. Fortunatamente sono arrivati i tibetani col loro sorriso, il loro senso dell'umorismo, il loro rigore e la loro profonda saggezza; così come i maestri sufi, zen, indù, amerindi e delle diverse scuole buddhiste, che si sforzano di far conoscere le loro meravigliose tradizioni rispettandone l'autenticità.

Le scuole più segrete si sono aperte un cammino sino all'Occidente. I praticanti del Dzogchen, i Bon-po, i Naths, gli Advaita e gli Agorà sono tra noi. Maestri autentici e ciarlatani sono allegramente gli uni accanto agli altri. I seminari ed i ritiri si susseguono in tutta Europa. Impariamo a camminare sul fuoco o a comunicare con gli spiriti, a meditare immobili per dodici ore al giorno, ad entrare in trance, a respirare come uno yogin, ad assumere le posture, a scoprire il nostro corpo e i nostri sensi, ad avere orgasmi "tantrici", a recitare mantra, salvo cadere nelle ragnatele sempre più invisibili delle sette, presenti ovunque per strumentalizzare il nostro anelito verso l'assoluto e trasformarlo in una triste alienazione delle libertà fondamentali. Riceviamo iniziazioni, ci facciamo "aprire" i chakra, titilliamo la Kundalini, ripetiamo formule della *Cabala*, veneriamo tutte le divinità della terra, parliamo con gli angeli, reinventiamo quel poco che sappiamo delle tradizioni trasformandole in un prêt-à-porter usa e getta. Ma fundamentalmente cerchiamo sempre la stessa cosa: come integrare l'esperienza della vita sociale occidentale con una coscienza più profonda che ci porti felicità e ci riconcili con le emozioni e la sensorialità.

Desideriamo una via che non sia incompatibile con la vita, una vita che non sia incompatibile con la via. In altre parole aneliamo all'integrazione armoniosa dello spirituale e del materiale in una via accessibile e non troppo "esotica" dal punto di vista culturale. Vogliamo giungere alla pienezza senza nulla negare della meravigliosa effervescenza della vita, desideriamo una gioia sottile e toccante che ci porti a sperimentare in modo totale la realtà.

Guardandoci intorno vediamo persone che si gettano a capofitto in una ricerca edonistica del piacere, che cercano di vivere le loro passioni, e a volte ci riescono, che si aggrappano disperatamente al mondo materiale e finiscono per toccare un'insoddisfazione cronica che li spinge ad una ricerca sempre più nevrotica. Queste persone sono spesso egoiste e creano problemi a chi le circonda, ma ci capita di invidiarle segretamente, perché immaginiamo siano libere. Fanno risuonare in noi un'aspirazione naturale e innata al piacere. La loro vitalità dirompente ci tocca, anche se poi non esitiamo a condannarli. Alcuni di loro sono favoriti dalla grazia ed arrivano a scoprire una sottile forza vitale all'interno

---

<sup>18</sup> Tratto da Daniel Odier, *Desideri, passioni & spiritualità*, Milano, Anima Edizioni.

del piacere edonistico. Alcuni sono grandi filosofi. 'Uomo, l'Uomo contro Dio; Dio contro la Natura, la Natura contro Dio. Strana religione!».²

E' raro che la sola ricerca edonistica o la ricerca spirituale nell'abbandono del corpo ci conducano alla felicità, all'armonia, alla gioia. Quasi sempre il linguaggio dei mistici tende a integrare il vocabolario della passione e dell'innamoramento all'aspetto spirituale, commistione che lo rende sconvolgente agli occhi dei puritani. Nelle nostre tradizioni occidentali abbiamo condannato molti esseri appassionati, uomini di Dio o di scienza, filosofi o artisti.

Il divorzio contro natura tra sensoriale e spirituale crea profondi turbamenti nei sostenitori delle due correnti. Per poterle sperimentare entrambe, tradizionalmente dedichiamo a ciascuna un periodo della nostra vita. Con un sorriso disincantato autorizziamo i più giovani a tentare la passione, il desiderio, la sensorialità, sapendo che un giorno saranno come noi, stanchi e saggi per obbligo.

Alcuni si accaniscono in questa ricerca e sono condannati senza pietà da coloro che li stanno aspettando nei loro ranghi sull'altra sponda. Passata la quarantina, un breve sussulto di passione si impadronisce delle persone, che poi ricadono sfinite, vittime della disapprovazione generale. Qualche volta questa passione le resuscita e le porta alla felicità.

Si è parlato molto della rivoluzione sessuale degli anni sessanta che ha lasciato delle profonde tracce nella nostra società, ha aiutato la causa delle donne, ci ha permesso di aprirci al corpo facendolo uscire dal segreto. Al giorno d'oggi si parla liberamente di argomenti che solo qualche anno fa nessuna rivista avrebbe osato avvicinare.

In un'era in cui "comunicazione" è la parola d'ordine, in cui in pochi secondi possiamo accedere ad una quantità illimitata di informazioni, ci lamentiamo di aver perduto il contatto con il nostro corpo e con gli altri esseri umani. Soffriamo di un'estrema solitudine, della mancanza di contatto fisico, di una virtualizzazione dei sentimenti, dell'espressione delle emozioni e della sensorialità. L'aids ci spinge a una tale prudenza sessuale che le relazioni sono contaminate dal germe della paura e sono costrette ad un contatto superficiale che non da alcuna possibilità ai corpi di entrare con abbandono e creatività nel grande ciclo del gioco cosmico.

Un giorno non lontano questo fantasma sarà sicuramente messo da parte, conosceremo un rinnovato periodo di euforia sessuale, di frenesia, di gioia, di piacere, ma quest'onda travolgente si fermerà sotto l'impatto di chissà quale evento, o semplicemente sotto il peso del proprio esaurimento.

Si è parlato molto della rivoluzione sessuale degli anni sessanta che ha lasciato delle profonde tracce nella nostra società, ha aiutato la causa delle donne, ci ha permesso di aprirci al corpo facendolo uscire dal segreto. Al giorno d'oggi si parla liberamente di argomenti che solo qualche anno fa nessuna rivista avrebbe osato avvicinare.

In un'era in cui "comunicazione" è la parola d'ordine, in cui in pochi secondi possiamo accedere ad una quantità illimitata di informazioni, ci lamentiamo di aver perduto il contatto con il nostro corpo e con gli altri esseri umani. Soffriamo di un'estrema solitudine, della mancanza di contatto fisico, di una virtualizzazione dei sentimenti, dell'espressione delle emozioni e della sensorialità. L'aids ci spinge a una tale prudenza sessuale che le relazioni sono contaminate dal germe della paura e sono costrette ad un contatto superficiale che non da alcuna possibilità ai corpi di entrare con abbandono e creatività nel grande ciclo del gioco cosmico.

Un giorno non lontano questo fantasma sarà sicuramente messo da parte, conosceremo un rinnovato periodo di euforia sessuale, di frenesia, di gioia, di piacere, ma quest'onda

travolgente si fermerà sotto l'impatto di chissà quale evento, o semplicemente sotto il peso del proprio esaurimento.

Siamo dunque condannati ad oscillare continuamente da un estremo all'altro? Quasi tutte le persone che incontro hanno l'intuizione profonda dell'esistenza di una terza via. Abbiamo sofferto troppo per il fanatismo, la violenza e l'esclusione, ci siamo pian piano aperti al mondo ed alla sua diversità. Ciò che le donne e gli uomini d'oggi stanno cercando è una via dove gli opposti possano essere reintegrati nel vero amore e nell'accettazione della ricchezza che ogni essere umano porta in sé.



### ☯ - 6 – *La nostalgia dell'unità*

Una delle cause della nostra sofferenza nasce dalla presenza, nella parte più profonda di noi, di una sorta di nostalgia dell'unità, che a volte affiora con grande energia nell'infanzia e nell'adolescenza, ma anche nell'età adulta. Questa sensazione potente di unione col mondo è interpretata in genere in modo negativo. Gli adulti parlano di sogni ad occhi aperti, di distrazioni, di stati fusionali più o meno sospetti destinati a scomparire col tempo, e purtroppo è proprio così che di solito accade. Tutti noi abbiamo attraversato momenti, che convenzionalmente sono chiamati "crisi", durante i quali abbiamo ritrovato quella cocente nostalgia. Tutto ciò che ci investe con forza, che ci fa dubitare della nostra vita ben regolamentata, che ci travolge, che ci tocca profondamente, che ci fa prendere coscienza dei nostri limiti, tutto questo può ravvivare lo stato di unità, o al contrario sottolinearne la mancanza in modo sconvolgente. Durante queste crisi ci sentiamo fragili, ma incredibilmente vivi ed è proprio la sensazione di bere nuovamente alla sorgente del fremito che ci spinge a delle azioni a volte benefiche, a volte neutre, a volte catastrofiche.

Questa sensazione, questo bisogno di libertà, questa ebbrezza è ciò che chiamiamo "passioni" e pur sapendo che ci riportano alla vita, spesso scatenano in noi un certo senso di colpa che si accompagna alla disapprovazione sociale, come se vivere fosse abituarsi progressivamente al soffocamento, alla morte lenta. Nessuno, neppure gli specchi di virtù possono sfuggire a questi sussulti, a questi cataclismi. E se nella maggior parte dei casi sono giudicati male, è proprio perché tutti sanno fino a che punto sia semplicemente meraviglioso essere risvegliati dal proprio torpore grazie alle passioni. Coloro che hanno perso questo stato di grazia sono i primi a condannare le vittime di tali terremoti interiori e il malinteso continua una generazione dopo l'altra. I moralisti parlano di controllare, di ridurre, di distruggere desideri e passioni. I fanatici passano all'azione annientando gli esseri appassionati, ma nessuno può attraversare la vita senza conoscere la materia divorante del desiderio e delle passioni. Perché questi sussulti ci fanno soffrire così tanto? Perché dopo averli vissuti torniamo spesso allo stato di ibernazione? Perché accettiamo di pagare il prezzo esorbitante che la società esige dai passionali? Non c'è per caso un errore di fondo nel modo in cui impostiamo la nostra vita? Perché l'ideale non corrisponde alla nostra intuizio-

ne profonda? Perché accettiamo che la capacità di meravigliarsi smetta di essere una qualità fondamentale della vita?

L'abbandono del nostro potenziale primario non deriva solo dall'educazione, dalle difficoltà della vita, dalla necessità di trovare in essa uno spazio proprio. Viene soprattutto dal nostro universo di pensiero, dalla mitologia, dalle religioni, dalle immagini legate ai testi biblici e alla genesi. Il peccato originale, la caduta, la cacciata sono potenti principi inibitori e colpevolizzanti che condizionano il nostro concetto di separazione.

Da sempre, in qualsiasi religione, coloro che detengono l'autorità hanno cercato di salvarla rendendosi indispensabili attraverso la negazione del libero arbitrio all'uomo ed il rifiuto della possibilità di salvezza in mancanza del riconoscimento dell'incapacità a relazionarsi direttamente col divino o, più precisamente, dell'incapacità a riconoscere il divino in sé. Gli intercessori hanno preso il potere e hanno tutte le intenzioni di tenerlo. Seguono i meandri dell'evoluzione sociale, si ammorbidiscono, operano riforme, modificano la propria immagine, ma fondamentalmente non cambia nulla perché il nocciolo della questione non viene mai neppure sfiorato. Sono lì per negare la nostra unità col divino e farne il loro esclusivo territorio di caccia.

Dopo qualche millennio dei più svariati tentativi sembrerebbe che né la punizione né la ricompensa celeste abbiano potuto portare all'uomo quella libertà interiore e quella pienezza a cui continua ad aspirare. Se smettiamo di delegare il potere, lasciamo andare nello stesso tempo l'assurda aspettativa di essere liberati da qualcun altro. Questa comprensione fa nascere una sensazione immediata di spazio e di calma, grazie alla quale possiamo esaminare la situazione e riprendere in mano il nostro potenziale di libertà, come alcuni uomini e donne del XX secolo hanno imparato a fare. Ho approfittato di questo viaggio nell'unità dell'essere per dimostrare fino a che punto le grandi vie assolute del buddhismo tibetano, di mahamudra e del Dzogchen, così come il Chan - Buddismo cinese delle origini - che hanno immerso le loro fondamenta nei Siddha del Kashmir e dell'Oddiyana, convergano verso questa totale accettazione della natura assoluta dell'essere umano esplorando una terza via delineata dal tantra. Attraverso i testi più profondi della tradizione tantrica, i dialoghi con i seguaci di questa via, le domande di coloro che incontro al centro Tantra/Chan, la spiegazione degli esercizi e delle pratiche seguite dai tantrika delle diverse scuole, vi propongo di accompagnarvi in una scoperta che forse vi permetterà di verificare quell'intuizione o quella speranza che la maggior parte degli esseri umani nutre: l'esistenza di una via che permetta d'integrare la totalità dell'esperienza umana, senza paura e senza tabù, nella gioia, nel piacere, nell'amore e nella pienezza.



☺ - 8 - *Il grande risveglio spirituale sul pianeta Terra*  
*Citazioni - la realtà multidimensionale e il disegno dell'esistenza*

Ogni individuo è qui sulla Terra per partecipare e contribuire ad una presa collettiva di coscienza che vi farà prendere atto del fatto che i vostri pensieri possono creare la vostra realtà. ...State vivendo in un tempo in cui le opportunità per sviluppare le vostre potenzialità, espandere la coscienza e crescere spiritualmente sembrano illimitate.

Tutto ciò che esiste è impregnato di una forma di potere, e anche voi lo siete. Considerate per un momento le vostre convinzioni riguardo ai concetti di "potere" e "potenziale

personale". Quali immagini vi arrivano? Quale forma di "potere" immaginate risieda dentro di voi? Fin dall'antichità l'espansione della coscienza e uno sviluppo armonico delle proprie potenzialità vengono considerate controparti inseparabili, come due lati della stessa medaglia... Vivete in un tempo in cui le opportunità di sviluppo delle vostre potenzialità in termini di espansione della coscienza e crescita spirituale sembrano illimitate. .. La questione cruciale più urgente che il genere umano deve affrontare, sia a livello individuale che di massa, è riconoscere il potere del pensiero e delle convinzioni

Sviluppare la capacità di essere consapevoli di ciò che si pensa mentalmente, si sente emotivamente e si dice verbalmente, e strutturare la propria vita con chiarezza cristallina attraverso pensieri, parole e azioni, è essenziale per vivere una vita al pieno delle sue potenzialità. ...Allo stesso modo quello a cui pensate e su cui vi focalizzate si manifesta con ugual prontezza. I tempi non solo esigono che diventiate più consapevoli di quello che sta avvenendo a livello globale, ma richiedono anche un nuovo livello di responsabilità e di onestà nel rapporto con voi stessi. Il mondo esterno è il riflesso speculare della vostra realtà interiore. Per navigare le mutevoli correnti della coscienza umana, dovete essere disposti ad assumervi la responsabilità della vostra vita e a specializzarvi in un nuovo modo di pensare.

In questi tempi di cambiamento, un aumento massiccio dell'intensità di irraggiamento dell'energia cosmica sta stimolando l'umanità affinché apra gli occhi su un più alto proposito spirituale e percepisca una prospettiva più trascendente dell'esistenza.. Voi non avete ancora osato credere all'esistenza di un profondo ordine che è alla base di tutto ciò che esiste: un'Intelligenza Cosmica collettiva in evoluzione che muove, pianifica e progetta l'esistenza con devozione e consapevolezza

Quando diverrete consapevoli in modo più cosciente delle vostre credenze, comincerete a dirigere il corso della vostra vita..La creatività e l'assunzione delle proprie responsabilità sono le chiavi per il risveglio e lo sviluppo della vostra intelligenza spirituale. ..L'attuale stato di coscienza vi conduce insieme al vostro mondo verso la scoperta di poteri invisibili: il potere dell'etere, il potere del corpo e il potere dell'intenzione, sono un insieme di passi antichissimi e fondamentali da compiere lungo il sentiero che conduce alla comprensione della vita.

E' di estrema importanza comprendere i numerosi ruoli che le influenze multidimensionali fungono nella vostra vita. Con il passare del tempo sarà sempre più evidente che voi e il vostro mondo condividete tempo e spazio con altre realtà e scoprirete di esistere anche in altre dimensioni. La vostra esistenza vi appare come quella di un singolo individuo, eppure avete connessioni infinite con realtà oltre i limiti delle vostre percezioni. Ma che cosa sono esattamente le percezioni? Come può essere che esistano al vostro fianco una moltitudine di realtà che vengono difficilmente notate? Voi, sia individualmente che collettivamente, produceste una frequenza vibrazionale che vi colloca in una specifica realtà: una "firma" energetica non-fisica che definisce momento per momento la vostra natura personale e delinea i parametri della vostra esperienza terrena. ...Esiste un sapere trasmesso telepaticamente che sostiene e alimenta una realtà molto più grande di quella che al momento percepite. La telepatia è una forma naturale di comunicazione che si basa sulle trasmissioni di frequenze e che è insita in tutte le forme di energia; a questo livello gli accordi collettivi per definire la natura della realtà sono continuamente discussi e inconsciamente riconsiderati alla velocità del pensiero.

A questo punto della vostra evoluzione se vi doveste improvvisamente spostare, rimanendo coscienti, in una vita multidimensionale — dove vite parallele, presenze celesti e possibili realtà vi apparissero tutte in una volta - probabilmente il vostro sistema si sovraccaricherebbe e i vostri circuiti salterebbero.

Voi dovete radicarvi molto nel vostro mondo tridimensionale per integrare e capire gli innumerevoli segni, simboli e significati delle altre realtà. Prima di tutto do-

vete amare e accettare voi stessi per ciò che siete, e questo non è un compito facile. Quando riuscirete a guardare voi stessi con amore considerandovi come una vostra stessa creazione, vi libererete immediatamente dalla trance collettiva di una vita priva di potere. Dovete vivere la vostra vita con chiari confini e limiti, applicando grande discernimento e discriminazione intellettuale a tutto ciò che incontrate. Inoltre, dovete imparare a esprimere onestamente e apertamente i vostri sentimenti ponendo l'enfasi sul vostro valore mentre imparate a sviluppare amore vero per ciò che siete. Limitazioni, scuse, competizioni o il desiderio di essere qualcun altro non vi faranno andare da nessuna parte; d'altro canto vivendo una vita con pochi confini si corre il rischio di essere invasi da soggetti provenienti da questa e da altre dimensioni. Occorre prima imparare a far tesoro della vostra forma umana tenendola in grande considerazione, dopo di che potete iniziare a intensificare le vostre percezioni cominciando a esplorare la rete dell'esistenza, portando la vostra attenzione sul grande flusso vitale di energia sostentatrice che alimenta il vostro mondo.



..Tutte le realtà manifestano la capacità di collegarsi a un network d'intelligenza interattiva presente dentro e intorno i confini spazio-temporali che al momento percepite... Man mano che la vostra coscienza si aprirà alle qualità multidimensionali dell'esistenza, imparerete a raccogliere consapevolezza da altri spazi trasferendola nella vostra realtà tridimensionale per migliorare e guarire la vostra stessa vita sarete fortemente ispirati a creare una nuova visione dello scopo della vita.

Sottili forze cosmiche stanno fortemente stimolando la mente umana al fine di attivare un nuovo tipo di coscienza e, anche se alcuni stanno iniziando solo ora ad attingere agli straordinari potenziali dell'espressione creativa che vi attendono, milioni di persone sono già ben avviate verso l'esplorazione di questi potenziali che arricchiscono la vita... Il vostro mondo ha sempre condiviso tempo e spazio con invisibili realtà parallele: esseri interdimensionali, extraterrestri e ultradimensionali occupano altre realtà che possono interagire ed entrare in contatto con la vostra.

Esseri benevoli tengono costantemente il loro sguardo attento sul vostro mondo, tuttavia c'è anche un'influenza molto forte e marcata da parte di un insieme di energie che non hanno a cuore i vostri interessi. Le energie invisibili provenienti da altre realtà

sono naturalmente attratte da voi e dal vostro mondo, e le vibrazioni delle intenzioni e dei pensieri che producite determineranno la qualità e il tipo di interazione che sperimenterete con loro....

Da una prospettiva più ampia, i popoli della Terra si stanno riprendendo da uno stato simile a un'amnesia causata da shock, uno shock collettivo che ha bloccato l'afflusso della consapevolezza spirituale nel genoma umano. E mentre per molti sta diventando sempre più ovvio che "sei tu a creare la tua realtà", la stragrande maggioranza degli esseri umani si deve ancora risvegliare dalla trance inconsciamente indotta dalla mancanza di potere che essi stessi hanno volontariamente accettato.

..Dovete accettare il vostro valore personale e avere la volontà di riuscire a sentire un sincero amore e un profondo apprezzamento per ciò che siete — questa è la chiave essenziale che apre le porte del cambiamento e che attrae le migliori esperienze che la vita ha da offrirvi. L'amore che cercate dagli altri deve essere generato da voi per voi. Quando sentite amore puro e sincero per voi stessi, vi connettete e contribuite all'energia della forza vitale che sostiene tutta l'esistenza; è questo il grande dono che avete da offrire al mondo — la vostra personale versione della frequenza dell'amore.

*Per coltivare una relazione affettuosa con voi stessi, prendetevi del tempo ogni giorno — mattina e sera — per sedervi o stare in piedi davanti a uno specchio per cinque o dieci minuti in un intimo incontro a quattrocchi con voi stessi. Fissatevi fermamente negli occhi e, mantenendo il contatto visivo, aprite il cuore e ditevi che vi amate. Ripetete la frase "Io ti amo" ad alta voce, mentre continuate a guardare profondamente il riflesso dei vostri occhi nello specchio. Guardate le pupille e le iridi, e permettete a qualsiasi sensazione che le parole portano alla superficie di fluire sul vostro corpo, come caldi raggi solari che danzano attraverso la profondità della foresta. Mentre praticate questo esercizio, osservate anche le vostre azioni e reazioni al messaggio d'amore. Ci sono diverse vostre versioni che appaiono nello specchio? Sorridete? C'è qualcosa che vi fa distogliere lo sguardo? C'è una parte di voi che non accetta l'amore? Che cosa fa il vostro corpo? Compaiono lacrime che sciolgono i sigilli dei vostri ricordi? Trattenete il respiro o fate lunghi e profondi respiri? Come vi sentite quando vi prendete volutamente del tempo per dirvi che vi amate?*

..Vi raccomandiamo di innamorarvi di voi stessi, poiché siete una miracolosa forma di creazione, capace di manifestare una magnifica e maestosa versione dell'esistenza attraverso pensieri, parole e azioni. Cercate il sentiero che da piacere e gioia di vivere, dove attrarrete esperienze di vita significative e importanti. Superate sempre energeticamente le vostre esperienze. Abbiate fiducia nella benevolenza dell'esistenza, perché è davvero bellissima. Ognuno di voi ha una propria gentilezza d'animo, grazia e stile personale. Usateli!



☺ - 9 - *L'oasi della poesia*

### *La ninfa addormentata*

Ninfa prediletta dagli dei, sei veramente fantastica e bellissima. La dea stessa si svela attraverso la tua anima, il tuo corpo. Giaci distesa sull'erba, innamorata della vita e delle stelle. Sospiri l'amante divino, affinché venga ad accoglierti, ad abbracciarti.

Sicuramente arriverà, fanciulla ardente, troppi sono i tuoi doni e le tue bellezze, perché il dio non venga a visitarti. Sei piena di sogni, sei una foresta lussureggiante, emani pensieri creativi, suggerisci infiniti misteri.

Mentre l'acqua sorgiva accarezza i tuoi piedi, le tue gambe, mentre il petto sussulta nei sogni invisibili, nascono dei piccoli mondi, dalle tue cosce, dalla tua pancia, dalla tua testa, sciolte ed abbandonate. Mondi minuti, comete sconosciute, esseri alati, nascono dalla tua pelle, dai tuoi movimenti. Si spargono nell'aria, diventano più grandi, danzano intorno alle tue forme, vanno incontro al dio che arriva. Svegliati, fata divina, il dio scende in te, ti farà infinitamente felice, e tu partorirai nuovi dei.

### *La porta nella parete*

Un appartamento, una stanza, una parete rosa. Quadri come porte, su figure umane, paesaggi, pensieri. Un uomo riposa, in tuta blu, sul divano giallo. Spessa è la parete, spessi sono i pensieri. Non circola molta energia nel cervello e nel cuore. Lo sguardo perso nei quadri, nella parete, nei pensieri.

Ondeggia la vista, sussulta il cuore, qualcosa di strano interviene. Ondeggia la parete, sempre più morbida, più leggera. Lo sguardo segue, convinto di sognare. Sobbalza il corpo, si sgranano gli occhi. La parete sembra assumere una forma umana, da lei esce tranquillamente una bellissima fanciulla. Occhi grandi, lucidi, penetranti, capelli verdi lunghi mossi da non si sa quale vento. Una gonna arancione, una camicetta bianca, bellissime le forme del corpo.

Scusi, che mondo è questo? domanda Alicia. Sbigottito, spaventato arretra l'uomo, scivola sul divano, al suolo. Sarà uscita dalla porta, non ti sarai accorto, cerca di consolarlo la mente. Alicia si accomoda, sorpresa essa stessa, possibile che qui si stupiscano tanto? Racconta come provenga dal pianeta Tuant, sperimentando, come tutti, i viaggi fra i mondi. Cerca l'uomo di accettare: la vivida realtà è persuasiva, la fanciulla è concreta, qui davanti!

S'innamora improvvisamente, potente ed immediato è l'incanto. Scusa, ho sbagliato, afferma la fanciulla, non volevo disturbarti o spaventarti. Si alza nel suo splendore, si muove, ed esce dalla stanza, entrando nel corpo dell'uomo.

Un tornado attraversa improvvisamente il corpo e l'anima dell'uomo: non comprende più nulla, torrenti d'immagini e di emozioni attraversano ogni sua cellula. Si calma un po' alla volta il respiro, gli racconta la mente come avesse fatto un sogno molto bello e lucido. Ma il cuore dell'uomo arde, come immerso in un altro universo. Immagini di mondi, di viaggi, di creature bellissime, si affacciano nella sua anima stupita. Altrove, racconta Alicia come avesse aperto una nuova porta dentro un uomo terrestre.

### *Trasformazioni*

Splende un albero azzurro, sotto il sole rosa, stende le bianche radici verso il lago, stende i rami, dai copiosi frutti, verso il cielo.

Sussurrano i prati rossi intorno, giocano delle piccole nuvole ventose con i rami di altri alberi. Si muove ad un certo punto l'albero, ritira le radici, espande i rami, genera una nuvola intorno a sé. Si trasforma l'albero in una specie di cervo dagli occhi penetranti e profondi, ha sei gambe, belle e snelle, e due belle braccia. Si stira le membra il cervo, si lan-

cia nella corsa, intorno al lago, sui monti gialli. Corre, corre, i suoi occhi guardano lontano, vedono attraverso la materia, inseguono forme invisibili.

Gli corre incontro uno sciame di fiori ridenti, entrano nel suo corpo: si trasforma allora il cervo in un meraviglioso fiore rosso vivo. Si mette a splendere al sole, felice del suo essere fiore, profuma ed irradia benessere.

Si avvicina una strana fanciulla, dalle quattro braccia, dai tre occhi. Accarezza la creatura il fiore, lo trasforma in una specie di uomo, dalle quattro braccia, dai tre occhi. Si guardano, sorridono, sperimentano molte forme di abbracci, mentre il sole, il piacere e l'amore, li esaltano, li entusiasmano, li fondono, in un unico, meraviglioso, stupefacente angelo.

### *Auspicio*

Possano la gentilezza, la delicatezza, il contenimento e l'espansione dell'arte, la creazione della bellezza, accompagnare ogni tuo sia pure minimo, necessario, concreto, materiale, urgente, gesto del tuo corpo e della tua anima. Sia lento e pacato il tuo gesto, sia pieno di piacere e di sorpresa, dirompente, avvolgente, elevato.

Come culli un bambino, così accarezza la tua pelle, così accarezza gli oggetti, così proponi agli universi misteriosi presenti nel tuo corpo, presenti nei corpi altri. Come ti compenetri con la persona amata, come senti i brividi, le scosse, l'entusiasmo delle attrazioni amoroze, nell'avvolgimento dei corpi che cercano la felicità dell'uno, così, in ogni momento dello spirito e del corpo, apriti a sentire divampare la solennità, l'ebbrezza e la beatitudine.

### ☺ - 10 – *La preghiera*

*Alla Presenza immanente, la cui coscienza assoluta in seno all'energia pura regola tutte le armoniche del campo unitario intra-universale, fino ai molteplici riflessi universali per la gloria immortale e infinita della Verità.*

*A tutti, gli Dei, Angeli, Gerarchie, invisibili e visibili, Spiriti, Fratelli immortali e Sopraterrestri che partecipano alla telediffusione dei raggi-forza di coscienza per ogni trasmissione proveniente da uno slancio di Bontà interdimensionale.*

*Alla Madre energia primordiale, che per mezzo del suo amore aureola di luce la generazione formale di ogni pensiero vibrante esatto, apportando l'armonia fecondante per mezzo della presenza sottile o sostanziale della sua meravigliosa Bellezza.*

*A coloro, Fratelli e Sorelle di questo mondo e di tutti gli altri, che sperano talmente nella Verità, nella Bontà e nella Bellezza che la Forza delle forze finisce per creare i mezzi spirituali, mentali, psichici, vitali, sostanziali e materiali affinché si realizzi questa opera su ognuno dei mondi che ha raggiunto il momento della propria rivelazione.*

*(I.J.P. Appel-Guéry, La scienza unitaria dell'intrauniverso)*

