



Corsi on Line di Erba Sacra

I CRISTALLI E LE FERITE DELL'ANIMA

Docente: Federico Bassetti

Lezione 1

Programma completo del corso

Lezione 1: Le Ferite dell'anima, le Maschere e il ritorno all'Innocenza

Lezione 2: Le Ferite e la Pancia

Lezione 3: I Cristalli, la Ferita dell'Abbandono e la Maschera del Dipendente

Lezione 4: I Cristalli, la Ferita del Rifiuto e la Maschera del Fuggitivo

Lezione 5: I Cristalli, la Ferita dell'Umiliazione e la Maschera del Masochista

Lezione 6: I Cristalli, la Ferita del Tradimento e la Maschera del Controllore

Lezione 7: I Cristalli, la Ferita da Ingiustizia e la Maschera del Rigido



*Questo corso è riconosciuto come credito didattico
nella formazione di OPERA,
Accademia Italiana di Formazione Olistica
www.accademiaopera.it*



*Specchio, Specchio delle mie trame,
chi si nasconde tra le mie brame?*

Rompere gli specchi non è
sufficiente a rompere gli
schemi....lo struzzo nasconde la
testa sotto terra pensando di non
essere visto dal nemico.



Riconoscere sia le trame che le **brame di ogni FERITA**,
aiuta a svelare le rispettive **MASCHERE**
per riconquistarsi **il Senso di LIBERTA'**

INTRODUZIONE

Ogni anno in occasione del Natale chiedo al Cielo di potere ricevere, aldilà dei soliti e abitudinari doni materiali, anche uno in particolare per poter arricchire il mio spirito, se è lecito e mi è permesso, sotto forma di nuovi progetti educativi e formativi così da trasmetterli a chi volesse migliorare il proprio stile di vita per mezzo dei cristalli, nell'anno a venire.

In quello del 2014 chiesi, in sostanza, che mi venisse ispirato un nuovo percorso per mezzo del quale potessi mettermi di nuovo in discussione, maturare, crescere e soprattutto dar la possibilità agli altri di fare altrettanto; arriverò così l'idea del progetto "I Cristalli e le 5 Ferite dell'Anima".

L'ispirazione fu chiara e perentoria, senza doppi sensi o possibilità di trovarne:

«Dal 2015 occorrerà iniziare o continuare più seriamente, in piena libertà consapevole, a prendere in considerazione il dolore che nel tempo ha preso corpo in noi, cercando di dargli un senso costruttivo, al fine di onorarlo e valorizzare le esperienze del passato che lo hanno indotto, provocato, proposto, così da celebrare la vita e soprattutto essere meglio al servizio del prossimo».

E l'ispirazione continuò dicendo che questo progetto non deve essere rivolto solo a coloro i quali hanno intrapreso un percorso di conoscenza di sé stessi attraverso i cristalli, bensì a tutti gli essere umani "viventi" che hanno compiuto un'opera di miglioramento della propria personalità e stile di vita, con qualsiasi strumento di conoscenza e qualsiasi percorso di evoluzione personale, soprattutto per chi ha deciso liberamente di rispondere con un "sì", alla proposta che la vita gli ha fatto di essere al servizio degli altri, in aiuto e sostegno ai loro drammi, stando presenti con loro, nel loro dolore.

Chiunque ha deciso di essere al servizio del prossimo, sa quanto sia necessario essere presenti nel momento in cui qualcuno che soffre chiede

aiuto, scomodando i propri impegni, rimandando le proprie priorità e soprattutto, stare con lui nel dolore, nel suo dolore.

Perché è così tanto complicato restare nel proprio dolore quando si presenta, senza sfuggirlo, quanto non scappare di fronte a quello degli altri, ma addentrarsi assieme per sostenerlo, per comprenderlo e onorarlo.

Ecco allora che se decidiamo di assumerci pienamente la responsabilità di esserci nel momento del dolore altrui, quando ci viene chiesto aiuto, occorre che noi ci siamo, presenti, integerrimi, incorruttibili, inalterabili da questo dolore. In caso contrario rischiamo di farci trascinare nello stesso dramma fino a perdere le staffe e compromettere il nostro soccorso e la sua comprensione.

Se mentre stiamo eseguendo un qualsiasi trattamento d'aiuto a una persona, all'improvviso, inaspettatamente, risvegliassimo una sua "ferita" interiore che anche a noi appartiene, senza volerlo e spesso in maniera incontrollabile, entriamo in "risonanza" con il dolore che essa tratteneva.

Sebbene cerchiamo di rimanerne distaccati, è molto facile lasciarsi prendere, deviare, perdere le staffe e cadere nello stesso dramma, poiché il dolore va sempre alla testa e fa leva sulle debolezze.

In fondo la lingua batte sempre dove il dente duole, così da mettere in evidenza il punto debole al fine di poterlo rendere punto di forza.

Per questa ragione chi decide in piena libertà, di mettersi al servizio e al sostegno degli altri, deve rivedersi e leccarsi le proprie ferite, comprendere l'accadimento che le ha provocate, dar loro un senso costruttivo a dispetto del dolore e del cambiamento scomodo che da esso nacquero.

Occorre rivalutare il proprio passato con occhi nuovi, liberi dalla sofferenza, così che potranno riconoscere il dono nascosto nel dolore, che è il privilegio dell'eternità, per onorare sia l'esperienza che al momento demolì le nostre certezze e ci sconcertò, sia quanto la Vita aneli al nostro massimo Bene

concedendoci il dolore come strumento per scegliere se camminare su un falso destino, o conformarsi a quello vero che è sinonimo di "fortuna".

Questo percorso educativo e formativo teorico e pratico, che fa da corollario alla conoscenza e allo studio dello Stile di Vita Cristallino, valorizzandone il senso e l'importanza, ha come fine ultimo quello di riconsegnare all'uomo la capacità di "**curare i particolari**" della propria esistenza i quali, proprio perché vanno curati, **sono da considerare malati**, tanto da non permettergli di riconoscere, vedere e percepire **il senso di salute, di salvezza, di bellezza e di ricchezza** in sé e attorno a sé.

Togliersi il dolore dalla testa significa togliersela anche dagli occhi, i quali sono l'estroffessione del cervello a diretto contatto con la realtà di immagini dentro alla quale viviamo.

Così da svelare a sé stessi quanto il mondo sia già mondo, ossia pulito (mondo è contrario di immondo), e quanto sia la nostra mente sporca al punto da non riconoscere che tutto è perfetto, ma di vederlo storto, complicato, meschino e imperfetto in virtù dell'abito mentale che abbiamo dovuto tessere per sopravvivere al dolore che, andandoci alla testa, non siamo riusciti subito a trasformare in pillole di saggezza ma in maschere di sopravvivenza e corazze difensive.

C'è chi ha la testa come una slot machine, chi come un sexy shop, chi come un video game, e potremmo continuare stilando un lungo elenco ma, in sostanza, ognuno di noi ha una propria testa e di conseguenza gli occhi che percepiscono e vedono il mondo esterno sono condizionati dalla debolezza su cui il dolore ha fatto leva.

L'idea di questo percorso prende spunto creativo, dalla meravigliosa ricerca di Lise Bourbeau, resa disponibile a tutti con il libro "Le 5 Ferite dell'Anima";

il testo tratta appunto le 5 Ferite che l'anima subisce e le Maschere che da esse si generano e ha come fine ultimo il **ritorno all'innocenza**.

Il corso però, pur enunciando le 5 ferite e le rispettive maschere e analizzandole in profondità, soprattutto dal punto di vista fisico e comportamentale, non dà soluzioni per poterle far cadere.

Per questa ragione l'intento ambizioso di questo percorso è di riportare alla memoria, per mezzo dei Cristalli, sia l'evento del passato da cui nacque la prima volta ogni nostra ferita, sia la maschera che abbiamo dovuto creare per sopportare e sopravvivere al dolore e alla pazzia.

Ma soprattutto, far cadere le maschere e trovare la soluzione e così dare senso al dolore, liberare la cicatrice dalle memorie bloccate, così che ogni lacrima non sia sprecata, per onorarlo e togliercelo dalla Testa.

Il corso, dopo la lunga ma necessaria premessa di questo capitolo e del prossimo, tratterà dunque in profondità le 5 ferite con le maschere corrispondenti e le 5 soluzioni trasformanti, derivanti e ottenibili attraverso l'esperienza concreta con i cristalli.

1. ABBANDONO

Cristalli: *Rosa del Deserto, Dioptasio, Pirite, Larimar, Lizardite, Ematite, Cianite, Ambra, Malachite, Kunsite, Calcite Rossa, Chiastolite, Serpentino*

2. RIFIUTO

Cristalli: *Pirite, Lizardite, Ematite, Cianite, Smithsonite, Egirina, Angelite, Tormalina Rosa, Lapislazuli, Sodalite, Amazzonite, Crisoprasio*

3. UMILIAZIONE

Cristalli: *Pirite, Lizardite, Ematite, Egirina, Chiastolite, Serpentino, Legno Fossile, Quarzo Ematoide, Selenite, Ametista, Apatite, Stromatolite, Sugilite, Ossidiana Crisantemo, Quarzo Elestiale, Quarzo Time Link*

4. TRADIMENTO

Cristalli: *Lizardite, Cianite, Pirite, Lapislazuli, Apatite, Ossidiane, Apofillite, Turchese, Rubino, Zafiro, Smeraldo, Granato, Cristalli Occhi, Labradorite*

5. INGIUSTIZIA

Cristalli: *Diaspro, Calcedonio Blu, Crisoprasio, Sardonica, Corniola, Zaffiro, Smeraldo, Ametista, Crisolito (Prehenite), Topazio, Berillo (Aquamarina), Granato*

Federico Bassetti

PREMESSA

La grammatica ci insegna che per comporre una frase, il soggetto deve coniugarsi, (ossia sposarsi) con un verbo, per mezzo del quale compie un'azione.

Il soggetto perciò deve sposare il Verbo al fine di compiere con coscienza ed impegno un proposito, al pari di un matrimonio avvenuto nel rispetto dell'amore.

Noi esseri umani viventi siamo il soggetto che deve scegliere di coniugarsi con le ragioni di un verbo, al fine di metterlo in pratica.

Con quale verbo dovremmo scegliere di unirici: l'Essere o l'Avere? Poiché siamo **Esseri** viventi umani, la scelta è facile, anzi, logica. Dobbiamo coniugarci con il Verbo Essere altrimenti saremmo Averi viventi umani.

La scelta è comunque libera e consapevole; essere nati in questo mondo, sebbene siamo visibili e tangibili, non significa che ci siamo, che stiamo vivendo e soprattutto che siamo umani. E' meglio non darlo per scontato.

Dare tutto per scontato ci fa vivere solo in tempi di saldi, restiamo invece saldi per non dare più niente per scontato, per vivere per intero, costi quel che costi, a tutti i costi.

Se guardassimo negli occhi le miriadi di persone chi ci stanno accanto, noteremmo che in molti di loro la "luce è accesa, ma non c'è nessuno in casa", a dimostrazione che l'esserci fisicamente non è sinonimo di presenza e tanto meno di vitalità.

Dobbiamo quindi impegnarci a far sì che questo matrimonio con il Verbo Essere si faccia e impegnarci a mantenerlo vivo, finché la morte del corpo non ci separi evitando che sia invece la morte dell'amore a farlo.

Oltre ad **essere**, dovremmo impegnarci anche a vivere dal vivo, ossia **essere viventi** e, in modo particolare, a lasciarci trasformare dalla vita terrena, per diventare **umani**, ossia come l'humus, quindi umili.

La sostanza organica diventa humus, quindi fertile e feconda, in quanto accetta di sottoporsi a un processo naturale di decomposizione che avviene per mezzo degli agenti atmosferici.

La parola "felice" deriva dal verbo latino "fecondare", perciò è importante lasciarsi trasformare dalle intemperie della vita, così da diventare umili quindi fertili e capaci di portare a frutto il proprio dono.

Lo Sposalizio con il Verbo Essere è perciò una scelta importante, per mezzo della quale l'anima **osando**, dopo essersi **affidata** e aver **danzato** (cioè fidanzata) col corpo (la vita concreta nelle forme e le sue regole), con esso si coniuga "fin che morte non li separi", con la responsabilità costante di mantenere forte, vivo e consapevole questo patto, soprattutto quando le prove lo mettano a repentaglio.

Il patto tra l'anima e la materia è il matrimonio.

Visto che le ferite riguardano l'anima, la domanda nasce spontanea: chi è l'anima? E' qualcosa dissociata da noi che per tutta la vita dobbiamo acchiappare, in quanto ci sfugge? Se così fosse, allora, essendo essa un dono, dovremmo vivere per guadagnarcela.

E' forse qualcosa che, invece, dobbiamo custodire, per evitare di perderla, in quanto qualcuno potrebbe rubarcela? Oppure, infine, è ciò che resta di noi dopo la nostra morte?

In questi casi allora ci apparterebbe, quindi è di nostra proprietà, ma la dovremmo comunque lasciare sulla terra e non la potremmo portare con noi nel luogo in cui, probabilmente, andremo dopo il trapasso.

Se l'anima ci appartenesse e, quindi, di conseguenza anche noi fossimo di sua proprietà, allora dovremmo coniugarci con il verbo avere e non con l'essere.

E' l'Essere che ci fa Avere e non viceversa; siamo, infatti, esseri viventi.

Potremmo, ad esempio, avere i soldi ma tuttavia non essere ricchi; ma se fossimo ricchi, sia che abbiamo, non abbiamo o perdiamo il denaro, rimarremo comunque sempre ricchi.

Se, invece decidessimo di coniugarci con il verbo Avere, quindi concentrarci sul possedere il denaro, in ogni momento della nostra vita dovremmo impegnare le forze e fare sforzi, talvolta immani o maggiori delle nostre possibilità, pur di **mantenerlo** (ossia **tenerlo in mano** perché non ci sfugga), e alimentarlo.

Mantenere qualcosa o qualcuno, vuole dire possederlo e nutrirlo; per far ciò occorre ulteriore denaro e, di conseguenza, spenderemmo il nostro tempo e investiremmo le nostre risorse, pur di non restarne senza. In parole semplici: ci logoreremmo.

Avere i soldi significa, appartenere ai soldi.

Il verbo Avere ci lega a ciò che abbiamo e pur di non perderlo o farcelo rubare, lo controlliamo, investendo ulteriori forze e denaro.

Nessuno può, invece, rubarci l'essere; se questo accadesse significherebbe che ancora non siamo.

Fin quando in noi c'è separazione, perché ancora non abbiamo deciso di sposarci con il verbo essere o siamo "separati in casa" per un tradimento della vita, allora ci sentiamo dissociati dall'anima.

L'anima, quindi, non ci appartiene, bensì noi siamo l'anima.

Semmai fosse difficile comprendere o ammettere questo pensiero, un esempio concreto che può aiutarci, lo ritroviamo nel linguaggio popolare; si usa dire, infatti, che "quella città è di 10.000 anime", oppure, "è una parrocchia di 100 anime".

Noi "non abbiamo l'anima", **ognuno di noi è un'anima** che è nata ed è venuta alla luce di in una dimensione "grave" ossia densa, assoggettata alle leggi della gravità.

Quando si dice che "quella persona è senza anima", significa che è ancora dissociata dall'essere e, poiché non c'è, è senza cuore quindi non sente, non è cosciente di ciò che dice o compie.

Al fine di essere presenti e vivere consapevoli in questa realtà, abbiamo preso una forma consona a questo mondo, grazie alla gestazione avvenuta nel grembo di nostra madre, per tutto il tempo della gravidanza.

Ci siamo addensati, siamo quindi diventati "gravi" e a causa del dolore abbiamo perso la memoria, tuttavia dobbiamo recuperarla per vivere felici nella gravità del mondo, senza aggravare la situazione e soprattutto diventare fecondi, ossia gravidi, così da depositare e far crescere in terra il nostro dono ed essere felici.

Si usa dire "Bisogna dare un Senso alla Vita", perciò la Vita occorre sentirla piuttosto che pensarla. Se la Vita la sentissimo, le daremmo un Senso, quindi la direzioneremmo.

E' il verbo essere che ci permette di sentire e non il verbo avere.

Quanto è impegnativo Essere?

Il cuore è l'organo che ci permette di sentire, quindi "essere" significa mettere in atto l'amore, ma poiché siamo anime ferite il dolore ci impedisce di farlo.

Nell'antica lingua indiana, il sanscrito, "Amore" e "Memoria" si traducono con lo stesso termine; la lingua italiana lo conferma con il verbo "ricordare" ossia "riportare al cuore".

Ogni volta che il matrimonio tra noi e il verbo Essere è pregiudicato da un evento inaspettato (un tradimento) che disattende le nostre aspettative, che demolisce le certezze che ci eravamo costruiti o i progetti che pensavamo si realizzassero, ci separiamo dall'Amore, quindi da Dio.

Morale della favola: se perdiamo l'Amore, in quanto da esso ci separiamo, perdiamo anche la Memoria.

Quando qualcuno a causa di uno shock perde la memoria, si usa dire che **"Ha perso coscienza"**, oppure **"Ha perso conoscenza"** o **"Ha perso i sensi"**; succede la stessa cosa quando ci separiamo dall'Amore, perché ci sentiamo traditi da Dio.

Nel tempo in cui stiamo vivendo, chi ha deciso di scoprirsi per conoscere in profondità la bellezza della propria esistenza, ha intrapreso un cammino che è stato chiamato **"del risveglio della coscienza"**.

Cosa può significare?

La risposta che giunge spontanea è che tutti abbiamo una coscienza ma non in tutti si è risvegliata, anzi è meglio dire che non tutti hanno deciso di **"liberarla dal sonno"**, dal torpore.

Al fine di rendersi conto che la coscienza è ancora addormentata e sentire il bisogno di risvegliarla, è necessario sapere che cos'è.

La coscienza è **"la Scienza del Cuore"**, ossia il Sapere che proviene da Dio e che si esprime attraverso il nostro cuore.

Per mezzo del risveglio della coscienza, riconosciamo Dio, l'Amore, e il bisogno di restare in Lui, in quanto separandoci, abbiamo perso il senso della Vita. Svegliando la coscienza, anzi svelandola, la spogliamo dei veli con i quali l'abbiamo dovuta difendere.

Così facendo ci mettiamo a nudo, ristabiliamo l'unione con Dio e recuperiamo la memoria, consapevoli che Dio ci concede il sapere che sappiamo gestire, sostenere e trasferire al mondo.

Il sapere è il cibo per mezzo del quale Dio ci nutre e ci dà sapore, per far sì che diventiamo *"il sale della terra e luce del mondo"* come scrive l'evangelista Matteo (5,13-16)

Voi siete il sale della terra; ma se il sale perdesse il sapore, con che cosa lo si potrà render salato? A null'altro serve che ad essere gettato via e calpestato dagli uomini.

Voi siete la luce del mondo; non può restare nascosta una città collocata sopra un monte, ¹⁵né si accende una lucerna per metterla sotto il moggio, ma sopra il lucerniere perché faccia luce a tutti quelli che sono nella casa. ¹⁶Così risplenda la vostra luce davanti agli uomini, perché vedano le vostre opere buone e rendano gloria al vostro Padre che è nei cieli.

Senza la coscienza siamo animali, quindi mossi esclusivamente dall'istinto di sopravvivenza, stimolati dalle regole dell'io e non del noi, del mettersi al riparo invece che ripararsi.

Senza la coscienza, siamo incapaci di riconoscere le leggi dell'amore, che danno sapore e senso alla nostra vita e consolidano lo sposalizio con il verbo essere.

Pur avendo tutti un cuore, non tutti hanno un cuore.

Chi ancora si sente come un animale ferito, è ancora anestetizzato dal dolore, quindi dorme, di conseguenza brancola nel buio e agisce difendendosi, in quanto ha perso il contatto con Dio, ha perso il sapore e il sapere.

L'essere umano sa di essere umano, sa essere umano, sa essere, sa. Quando si "perde coscienza" si separa dall'Amore e, quindi, perde la memoria.

Ciò accade anche quando "perdiamo la Conoscenza", la quale ci permette di scegliere se stare o non stare nell'amore, se continuare a dirgli di "sì", se "farlo dal vivo" ossia costruirlo e rimanergli fedele nella buona e nella avversa sorte.

**La conoscenza è un dono che riceviamo da Dio,
dopo aver svegliato e svelato la coscienza.**

Grazie alla conoscenza Dio ci unisce a Lui, per diventare integri, coerenti e aderenti alle leggi dell'Amore e così facendo, colmiamo quei vuoti interiori, quelle debolezze sulle quali gli eventi della vita quotidiana ci stuzzicano, facendoci perdere le staffe.

Rimanendo uniti a Dio, affermiamo in ogni momento la nostra scelta di stare nel Bene così da crearlo, dal vivo, pur di fronte alle difficoltà che solitamente minano la nostra fermezza, disintegrandoci, facendoci perdere la sensazione della Sua presenza.



Il cristallo della conoscenza, ossia quello per mezzo del quale possiamo attivare in noi la volontà di stare nel bene e ricevere da Dio ogni indicazione utile per realizzare il suo dono, è **lo smeraldo**.

Esso è citato diverse volte nei testi sacri e ogni suo riferimento conferma la sua importanza a favore della conoscenza, come ad esempio nel capitolo 4 dell'Apocalisse di San Giovanni:

*"¹Poi vidi: ecco, una porta era aperta nel cielo. La voce, che prima avevo udito parlarmi come una tromba, diceva: «Sali quassù, ti mostrerò le cose che devono accadere in seguito». ²Subito fui preso dallo Spirito. Ed ecco, c'era un trono nel cielo, e sul trono Uno stava seduto. ³Colui che stava seduto era simile nell'aspetto a **diaspro e cornalina**. Un arcobaleno simile nell'aspetto a **smeraldo avvolgeva il trono.**"*

In questo passo dell'Apocalisse (la Rivelazione), infatti, si può dedurre la funzione dello smeraldo di unificare i due fuochi opposti interiori, il maschile e il femminile, al fine di creare l'integrità (la coppia), presupposto dalla Fede.

Il **diaspro** è il cristallo che armonizza il fuoco maschile (l'uomo), mentre la **cornalina** (la corniola) quello femminile (la donna), quindi lo smeraldo li tiene uniti all'Amore, a formare la coppia costituita da Dio.

La coppia unita a Dio fa l'Amore, ossia dà forma all'amore, lo concretizza, perché diventa una coppa (il Graal), riceve costantemente la conoscenza che la rende viva, presente, unita sia nella facile che difficile sorte.

La lingua ebraica ce ne dà conferma con due termini utilizzati per tradurre la parola "Fede": il primo si traduce in "appoggiarsi" mentre il secondo in "roccia".

Costruendo in noi la roccia, ossia la virtù della forza (l'integrità interiore), uniamo le due forze creatrici in costante conflitto e ritroviamo la Fede, in quanto sentiamo la presenza di Dio in noi, il quale ci fa ritrovare i sensi che ridanno il senso alla nostra vita.

La presenza dell'amore (Dio) ci fa sentire innamorati, al sicuro, certi che qualsiasi cosa accada ha un valore e un senso, perciò attiva in noi la forza della Fede che ci aiuta ad appoggiarci con fiducia alla roccia, che in noi si è costituita per mezzo delle prove.

*"tutti bevvero la stessa bevanda spirituale: bevevano infatti da una **roccia spirituale** che li accompagnava, e quella roccia era il Cristo." (Corinzi 10:4)*

Un'altra citazione dello smeraldo che conferma e rafforza ulteriormente quanto detto, è riferita a Lucifero, l'arcangelo portatore di luce.

Egli portava sulla fronte un diadema di smeraldo che però perse, nel momento in cui si separò da Dio, in quanto decise di ribellarsi alla Sua volontà e cadde all'inferno, ossia in una dimensione "inferiore" a quella del paradiso.

Così facendo perse la conoscenza (lo smeraldo) e ogni sua bellezza, infatti, dovendosi adattare a una vibrazione più bassa e grave, perse le ali e il suo corpo si imbruttì.

Un altro riferimento allo smeraldo, infine, è quello delle "Tavole Smaragdine" in cui Ermete Trismegisto scrisse i sette assiomi della sua filosofia.

RITORNO ALL'INNOCENZA

E' divenuto ormai retorico dire "occorre dare un senso alla vita", a dimostrazione di quanto la vita debba essere vissuta "sentendola", al fine di percepirla coi sensi, non solo esclusivamente con i cinque più evidenti, bensì prima di tutto, con il cuore, il cui battito è un suono sentimentale al cui interno, nella onda vibrante che genera, è contenuta la voce della nostra anima.

Il Battito del Cuore è un misterioso codice morse, per mezzo del quale l'anima entra in comunione e in comunicazione con tutte le cellule del nostro corpo, espandendosi dal centro del petto verso l'esterno, come fa un'onda sonora, trasmettendo il destino celato nel cuore, la sua ricchezza, la sua fortuna, la sua forza, la sua bellezza imprimendola nel corpo denso di cui siamo la forma tangibile e visibile.

In fondo quando si vuole chiedere a una persona il suo stato dell'essere, si usa dire "Come ti senti?" e spesso la risposta può essere "non mi sento in forma", come se ci si sentisse dissociati dalla propria forma, ossia dal corpo, nella sua reale conformazione, tanto da non essere presenti in essa, dando esternamente l'idea che *"la luce in casa è accesa ma non c'è nessuno!"*

Immaginiamo di voler andare in una città in cui non siamo mai andati.

Consultiamo un atlante stradale oppure ci lasciamo guidare da un navigatore satellitare, in entrambi i casi ci affidiamo ciecamente a un tragitto sicuro perché scritto da qualcuno che effettivamente, in pratica, lo ha già percorso, conosciuto, vissuto.

Quindi una volta che arriviamo alla destinazione, un grande cartello stradale ci dà la conferma che siamo arrivati nella città prescelta, e non abbiamo nessun dubbio e tanto meno ci facciamo domande per accertare la veridicità del cartello.

Per ciò che concerne il sentire, a dispetto della sicurezza che proviene dalla fisicità del mondo, non c'è né atlante né google map, né navigatore satellitare che possa segnarci una strada per arrivare a destinazione del sentimento che vogliamo conoscere, e tanto meno un cartello stradale che ci indica con certezza di averlo raggiunto.

Immaginiamo di volere raggiungere **l'innocenza dimenticata**, da dove iniziamo questo viaggio e come facciamo a sapere, senza un cartello stradale, se l'abbiamo raggiunta?

Potremmo passarle di fronte, sostarle al centro, magari lo abbiamo già fatto in passato numerose volte, perdendo poi la rotta e ogni volta non ce ne siamo accorti, per la mancanza di segnali certi che rafforzassero la nostra ricerca.

Questo viaggio di ricerca e di scoperta, è un atto di Fede la quale è Cieca come la Fortuna, come il destino, come la Bellezza, come la ricchezza e come l'innocenza, come il sentire che è una virtù del Cuore.

O si brancola nel buio muovendosi a tastoni per paura di inciampare, oppure ci si lascia andare sicuri e, pur non vedendo, non ci si può smarrire e soprattutto avere sensi capaci di percepire la meta senza il bisogno di segnali materiali certi.

In fondo la miglior certezza è l'incertezza, perché lascia sempre una porta aperta.

Occorre quindi essere accorti, svegli, presenti così da pre-sentire, fidandosi, camminando da ciechi per vedere lungo la sicura direzione dell'incertezza.

L'incertezza è, infatti, la certezza più certa in assoluto, perché lascia sempre aperta una porta, dandoci così il senso di eternità, a differenza della certezza che la chiude definitivamente e ci fa sentire senza più possibilità.

La persona Presente è chi Vive nell' Essere, piuttosto che nell'Avere.



Sondare il passato è tanto difficile ed enigmatico, quanto avere la pretesa di svelare il presente e credere di poter decifrare il mistero del futuro.

Cercare di dare un senso logico, filologico e sincronico agli accadimenti che la vita ci propone anche solo in una giornata, è impossibile, siamo troppo piccoli, di fronte all'immensità della creazione.

La nostra umana incapacità ci limita dal

comprendere la profondità dell'esistenza visto che non ci è dato di conoscere la grandiosità del progetto divino, lo scopo della creazione anche se con presunzione, riteniamo, dopo tanti studi e riflessioni, di poter osare una verità.

Chi **impara l'arte di vivere il presente**, di **esistere al presente ma, soprattutto ad essere presente**, rafforza il proprio atto di fede quotidiano nell' agire attraverso la coerenza d'ascolto, impara a conoscere la forza che scaturisce dell'attendere piuttosto che agire d'istinto, del restare nella prova anche dura, piuttosto che eluderla con scuse perché deboli a lasciarsi conoscere dal dolore che la prova scomoda esprime.

Il dolore è la scrittura Braille per leggere la prova, toccandola ad occhi chiusi, per non farsi ingannare dall'orrido che colpendo gli occhi, li costringerebbe a spalancarsi per fare entrare più luce e riconoscere che la balena in verità era solo un pesciolino, che la prova era più piccola di quanto la si volesse percepire.

Essere presente, inoltre, significa esprimere la virtù primordiale della creazione che l'essere umano vivente porta nel cuore, ossia **l'essere un dono per la vita**, regalarsi agli altri, farsi "spacchettare" mettendosi a nudo, giocando tutti i giorni a carte scoperte l'esperienza concreta del donarsi come fonte di ringraziamento a Dio per averci creati e averci dato la possibilità di **nascere vivi dal vivo**.

Chi è presente, pre-sente, che sente prima, intuisce prima la possibilità costruttiva che il destino, quello sano e reale dell'anima e non quello creato né dalle ferite della pancia, né da quella della testa, propone in ogni momento perché si possa compiere ed esaudire lo scopo della nostra nascita.

Presentire talvolta potrebbe essere una virtù scomoda se il raggio del cuore, il coraggio, e la sua azione, non fossero abbastanza tenaci e si lasciassero sedurre dal canto delle sirene o dei pifferai magici, le cui note riescono a far leva sulle debolezze del corpo che, essendo debole, coinvolgerebbe la forza del pensiero e successivamente comprometterebbe la libera espressione del cuore.

Essere fortunati significa quindi riuscire a comprendere, accettare e costruire il vero destino, dopo aver ammesso di essersi imbarcati in storie e sentieri complicati, a cui abbiamo dato peso e attenzione in momenti in cui, sopraffatti dal bisogno di essere amati, il dolore ci è salito alla testa e, per non rimanere accecati dalla rabbia o diventare pazzi, noi abbiamo scelto di

allontanarci dalla retta strada preferendo scorciatoie, sterrati, pendii e fare di testa nostra, oltre che testa code.

Essere presenti è sinonimo di essere fortunati, occorre però riconoscere la propria fortuna sebbene, talvolta la nostra vita e il destino annesso, sembrerebbe l'esatto opposto e vorremmo volentieri, barattarli con altri che, agli occhi di tutti, danno l'idea di vera fortuna ma di celata tristezza.

Il tentativo che ci poniamo dicendo "sì" alla proposta di intraprendere questo percorso formativo, è di ritrovare il Senso dell'Innocenza cui questo percorso anela il Ritorno, per riacquisirla, reincorporarla, esserne la manifestazione dopo averla persa, per poter sopravvivere alle prove del dolore.

Il Ritorno all'innocenza, in quanto viaggio verso una meta sentimentale, è **un Enigma**, un arcano difficile da intendere, che si svela entrandovi costi quel che costi, senza sconti, con i sensi, perché ne vale la salvezza della nostra vita e della nostra anima.

Un enigma come il nome del complesso musicale degli anni '90, che scrisse e interpretò la canzone intitolata, appunto, "Return to Innocence" (Il Ritorno all'Innocenza) il primo singolo estratto dal secondo album della band, dal titolo *The Cross of Changes*, proprio quei Cambiamenti da attraversare per farne ritorno in semplicità.

Cosa significa veramente ritornare ad essere innocente?

La parola "innocente" significa letteralmente, "che non nuoce" che è senza malizia, ossia che non può far male, in sostanza l'innocente è puro, è colui che è divenuto mondo togliendosi di dosso le immondizie.

La parola **Puro** è omofona di **Piro**, ossia "fuoco" l'elemento che purifica, ma anche abbinato alla frase "rimettersi a fuoco" che sta a significare temprarsi, crearsi il temperamento, quindi essere capace di vivere sotto le intemperie.

Innocente è la persona che non può più nuocere, quindi fare del male, sia agli altri, ma prima di tutto a se stessa, poiché essendosi purificata e mondata, "non ha più dolore nella Testa" quindi non può più essere aggressiva, difensiva, non dovrà più alzare barriere per proteggersi da un nemico dal quale in passato è stata ferita, ha gettato la spugna in segno di vittoria, per diventare finalmente libera cioè immune dal male, mostrandosi cristallina e trasparente senza nascondere la propria vulnerabilità e le proprie debolezze ma onorandole.

La migliore vendetta è sempre il perdono

L'innocente diventa **Puro** perché ha vinto la Prova del Fuoco, elemento connesso alla Vista, (si usa dire infatti "mettere a fuoco") il senso, fra i cinque, più influenzabile perché l'occhio, l'organo preposto alla percezione dell'immagini, **è l'estroffessione del cervello a diretto contatto con il mondo dell'illusioni.**

In fondo il fuoco potremmo considerarlo a tutti gli effetti, l'elemento più "debole", poiché può essere spento sia dall'acqua, che dalla terra, che da un forte soffio d'aria.

La visione pura del Mondo dipende dall'essere riusciti a ritrovare lo sguardo innocente così da avere di nuovo occhi liberi dal dolore, poiché l'anima di cui sono lo specchio, se n'è liberata, liberando di conseguenza anche il cervello e anche gli occhi che ne captano le immagini.

La pulizia mentale dipende dalla armonica espressività del nostro **fuoco vitale**, il quale nasce alla base del coccige e che è chiamato Kundalini dagli

indiani.

Quando si dice che "la rabbia mette fuoco agli occhi", si vuol indicare quanto gli istinti, la bassezza d'animo, i vizi, le ferite, ecc., infiammino come benzina il nostro fuoco vitale che si abitua così a una condizione di sottomissione che porta a tristezza, facendoci perdere il "lume della ragione" e allontanandoci dalla via.

Riuscire quindi a ritrovare il proprio focus, significa ritrovare la Vera Luce, riscoprire di essere prima di tutto anime che anelano ardentemente di ricongiungersi a Dio.

Il fuoco vitale, nei momenti in cui le prove della vita sono state più insidiose, concentrate e inversamente proporzionali alla nostra capacità di sintesi e comprensione e ha messo a dura prova la nostra pazienza, la nostra tenacia e incorruttibilità, si è alterata, è stata lacerata tanto da uscire dal suo naturale flusso e vigore.

Per reagire e affrontare la tentazione della prova, per non diventare pazzi e non soccombere, il dolore andando alla testa, ci ha obbligati a fare delle scelte, talvolta improvvisate senza però darci il giusto tempo per discernere, per convincerci ad evitarlo piuttosto che portare pazienza, rimanere saldi interiormente, stringere i denti, lasciandoci sbranare dal dubbio e dal dolore stesso.

Talvolta la vita dà la pratica prima della teoria, per testarci, per conoscere da che parte vogliamo stare, per provare quanto siamo riusciti a irrobustire e rendere stabili i nostri principi oppure se, al primo soffio di vento e tentazione, ancora ci lasciamo persuadere perché il pensiero è ancora più forte della nostra fermezza d'anima e la carne debole.

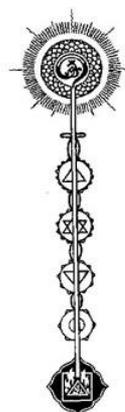
Morale della favola, spesso è giusto prendere la via di fuga, ossia la strada più semplice per salvare la pelle, per arginare il dolore, acquietare la turbolenza delle emozioni, ma non per questo la salvifica.

Prima o poi, però, la vita ci aspetta, ci mette di nuovo alle corde, ci serve di nuovo la stessa prova fin quando non avremo aperto meglio gli occhi per riconoscere la ferita su cui ha agito e, in pena libertà consapevole, cambiare rotta e decidere di sanarla.

Il fuoco vitale è pregiudicato, così che da docile e armonica può inalberarsi diventando rabbia e questo accade quando ci sentiamo offesi dalla vita, da lei traditi perché non ha voluto esaudire i nostri propositi, ovviamente umani, quelli che abbiamo costruito per sentirci accettati e per piacere, a causa della nostra incapacità di adattamento al vero destino, che si manifesta diversamente, da come noi, mentalmente, vorremmo e illusoriamente ci immaginiamo. Se il dolore non andasse alla testa, generando così la rabbia e la fuga dalla realtà, ostile, perché non esaudisce i nostri intenti, allora andrebbe alla pancia, facendo leva sulla sensazione di abbandono alla mera sorte, perdendo il senso della vita, perché i nostri castelli per aria si sono frantumati, facendoci sentire avviliti e scoraggiati tanto da infiacchirci, demoralizzarci, sottometterci passivamente con tristezza e rassegnazione alla nostra sorte.



Pastorale dell'arcivescovo
(wikipedia) , rappresenta la forza vitale. Il bastone è l'asse centrale del corpo (colonna vertebrale-serpente)



Salita della Kundalini
(religione Indù).
Rappresentazione figurativa della forza vitale , simile a un serpente, salendo verso la testa, unisce e armonizza le porte energetiche (i chakras).

Sia dall'una che dall'altra conseguenza, l'obiettivo da raggiungere al fine di tornare ad essere obiettivi e sinceri con se stessi, recuperando le forze, la vera vitalità personale e rafforzare l'incorruttibilità interiore, è di interrompere la produzione di veleni, di smaltire le sbornie mentali da essi generate, per ripulire a fondo il sangue dalle acidità accumulate, dai rancori con cui ha nutrito le nostre cellule al fine di ridonargli il giusto tono e velocità, né troppo veloce, né troppo fiacco.

Dobbiamo cambiare pelle, addomesticandoci al volere della vita senza alterare la nostra forza interiore, imparando ad aspettare piuttosto che reagire istintivamente, a essere perseveranti piuttosto che impulsivi continuando a disperdere in un batter d'occhio la nostra forza, piuttosto che conservarla e rafforzarla

La forza vitale nutre e **coordina le tre sfere** della nostra esistenza umana, spirituale, emotiva e fisica le quali, se rese armoniche dal suono dell'amore, dispensano un elisir capace di consolidare in noi, nel tempo, la bellezza, l'equilibrio, la serenità, la pazienza e la pace.

**LE ABITUDINE diventano ABITI MENTALI
che, a loro volta, col tempo, diventano ABITAZIONI**

Abito Abiti e Abitudini

Abituate ad Abitarsi

Abitudinariamente

L'Abitudine in Aria, Mente

Tanto è duro cambiare, distruggere o costruire una Casa o cambiare Abiti soprattutto se intrisi di bei ricordi, tanto lo è con le Abitudini, specialmente se sono nate a causa del dolore e in un lontano passato.

E' più forte la forza dell'Abitudine che la Forza di Volontà,

Occorre vivere e accettare il senso di nudità che ne consegue, per questo motivo è duro cambiare abiti e abitudini, ma è necessario farlo in piena libertà, consapevoli da sé stessi, perché prima o poi, lo farà la vita, all'improvviso, tirandoci per le vesti, lasciandoci nelle braghe di tela senza nemmeno l'ago e filo per rammendarcele o addirittura lasciandoci esposti all'imbarazzante vergogna di sentirci spogliati di tutto punto.

E' importante mettersi a nudo dentro, sebbene sia impegnativo, perché così si possono smascherare le proprie imperfezioni, le proprie sporcizie e riconoscere le maschere che si erano dovute costruire per difendersi da quel nemico che ci colse impreparati e ci colpì nel nostro punto debole.

Gli abiti mentali, emozionali e psichici, ossia le abitudini, possono essere la causa che ha generato il disagio fisico e spirituale, il quale ci trasmette la percezione di sentirci dissociati da Dio tanto da rinnegare sia la sua Reale Esistenza, sia la nostra affiliazione e unione eterna.

Liberandoci da questi abiti "scomodi", ci accomodiamo, mettendoci al riparo, convertendoli in abiti consoni alla nostra vera personalità liberata dal dolore, così da ricongiungerci alla nostra anima.

In questo modo accetteremmo il nostro vero destino (la fortuna), ossia il seme che Dio in noi ha posto, concedendoci la libertà di scelta di farlo germogliare per far ricrescere il Giardino dell'Eden, nel pollaio della mente e nel pantano dell'illusione, facendo cadere i falsi destini che abbiamo costruito e che abbiamo fermamente creduto fossero le nostre vere fortune, nati per sopravvivere al dolore che, andando alla testa, ci ha costretti a trovare delle ragioni per sopravvivere.

Unirci a Dio significa riunirci all'anima che si accorge di essere uscita viva dall' Armagheddon (conflitto) interiore, ne comprende la ragione per cui doveva inevitabilmente attraversarlo, al fine di giungere alla resurrezione e

rivelazione (apocalisse) dell'esistenza di Dio, non per mezzo solo di un concetto filosofico e intellettuale (mente) ma grazie al Cuore liberato dalle spire del dolore.

Il Dolore agisce sullo spirito di conservazione, generando abitudini, paure, divisioni, drammi del controllo, manie, dipendenze, ecc. , nate a causa dall'inaspettato incontro con il dolore stesso, che nell'istante della sua manifestazione, non permise di dare un senso costruttivo all'esperienza da cui fu generato, benché ci tolse i sensi e ci anestetizzò per salvarci la pelle.

Il Dolore agisce in noi in questo modo con lo scopo di Educarci, in quanto saggio strumento nelle mani di Dio, per condurci o mantenerci sulla Via maestra del vero destino, anche se a volte ci provoca o ci tenta nel scegliere una scorciatoia, che sembra meno impegnativa ma, invece, è forviante.

Siamo anime che stanno facendo un'esperienza umana e non esseri umani che stanno cercando di diventare anime, ma il dolore e l'anestesia da esso scaturita, ci porta a dimenticarlo, fino addirittura a negare l'esistenza dell'anima e di Dio.

Un essere umano che si è sentito ferito nel profondo, è quindi un'anima ferita, e dovendosi salvare dal dolore, si trova costretto ad aggrapparsi e a sviluppare l'umano spirito di sopravvivenza il quale complice, assieme allo spirito di conservazione, crea maschere, alibi, falsi ideali, pensieri e convinzioni che, pur essendo cibo gustoso e favorevole ad ingrassare la mente, non salvano l'anima, anzi la ingabbiano in una pseudo-libertà che ne deforma la bellezza, facendoci credere di essere principi e principesse e di aver veramente ritrovato la nostra vera identità.

Tutto continua magnificamente bene fin quando le maschere non si frantumeranno, i veli cadranno e gli abiti scompariranno, facendoci vivere il pudore delle nostre miserie, imperfezioni, difetti e debolezze.

Anche se non ci piacciono e sono state le cause delle antiche ferite, tuttavia sono nostre e pretendono solo di essere amate, accettate, ammesse, vissute e riconosciute parte della nostra vita, fondamenta del nostro presente.

**Pulire le fondamenta dal dolore atavico, significa irrobustirle
per sorreggere la forza del presente.**

In questo modo, faremo il deserto dentro di noi e potrà sbocciare finalmente l'essenza, l'anima non si nasconderà più e Dio sarà accolto a piene mani.

Dio bussava sempre imperterrito alla nostra porta, con un amore impronunciabile per quanto è grande e umanamente incomprensibile. Siamo noi, solo ed esclusivamente noi, a non aprire perché, talmente infagottati nelle convinzioni che reputiamo sicurezze e ragione di vita, pensiamo che sia un ladro, non ci fidiamo, ne abbiamo terribilmente paura, non apriamo la porta, anzi, la serriamo da dentro.

Noi dimentichiamo spesso che siamo esseri spirituali che stanno vivendo un'esperienza umana, anime in esilio dalla vera casa e ne custodiamo il ricordo forte, vero, innegabile nel cuore, il quale ci ricorda continuamente la Via e il motivo per cui abbiamo deciso di incarnarci in un mondo di forme, di densità, di leggi diverse da quelle della Vera Vita e dell'Amore.

A significare, quindi, quanto sia Dio a cercare gli uomini e quanto questi ultimi debbano desiderarne l'incontro, svuotare le case (corpo e mente) dalle immondizie, dagli attaccamenti, dalle rigidità e dalle paure, dall'orgoglio e da tutto ciò che rappresenta "umana presunzione" di non avere bisogno della sua presenza.

Fare posto nella casa vuol dire divenire humus, trasformare i vizi in virtù, permettere a Dio di renderci umili, accoglienti, di accettarne l'incontro e a lui

abbandonarci, sebbene per la mente queste parole tanto piene di bellezza, risuonino invece come sottomissione, schiavitù, perdita di valore e di personalità al punto di convincerci a non pulire la casa e, tanto meno, crederla sporca, pesante e lamentarne una ristrutturazione.

Dovremmo tornare a essere e sentirci come dei Calici vuoti, innocenti, temperati dal fuoco delle prove, per poter accogliere Dio completamente, saperlo contenere, essere capaci di lasciarci andare per sostenere la sua forza, per far sì che ci modelli a sua immagine e compia, attraverso di noi, la sua volontà d'amore per Ristabilire il piano di Bellezza e Pace sulla Terra, come declama la "Grande Invocazione" una preghiera per l'Umanità che va al di là di ogni credo e ogni filosofia.

Mettiamoci a FUOCO

L'occhio è dei 5 sensi fisici, quello che ci **inganna** poiché, come spiega il dott. Backer (noto medico inglese che ha scritto numerosi libri di "anatomia esoterica" per trasmettere una visione più profonda dell'arte medica e del corpo umano), è costituito della stessa sostanza cerebrale, per cui le immagini esteriori che l'occhio capta e percepisce, possono condizionare il nostro cervello e indurlo a creare nuove azioni e modificare, così, la nostra vita.

Viceversa il nostro cervello non è pulito e fraintende la visione che l'occhio gli trasmette, deformando di conseguenza la visione interiore, alimentando l'immaginazione, i fantasmi del passato e le paure al punto da vedere la realtà esterna spaventosa, oppure, al contrario, come vorremmo che fosse, per vivere "meglio", anche se l'evidenza dei fatti dimostra e ci trasmette una realtà differente.

Per questa ragione occorre rimettersi a fuoco per avere lo sguardo nuovo, capace di leggere senza critica le esperienze scomode che la vita ci ha proposto in passato, dando loro un senso costruttivo in relazione a ciò che grazie agli eventi siamo diventati, ed ammettere che, senza quelle esperienze dolorose, non saremmo potuti essere oggi quelli che siamo.

Riconoscendo i nostri "torti" e i nostri "errori", senza voler solo imputare colpe alla vita, onoriamo l'inesperienza, la saggia educatrice che ci lascia sbagliare, piuttosto che trattenerci nel farlo, benediciamo la nostra adolescenza, sacra età dell'imprudenza e dell'incoscienza, ammettendo con libertà e gioia, ridendoci sopra piuttosto che piangerci addosso, di quanto siamo piccoli di fronte alla Vita.

Così come il fuoco vitale dal bacino sale verso il cervello, così allo stesso modo, **il dolore va sempre alla testa** perché in essa trova l'antidoto e il sollievo, infatti, nella zona delle ossa temporali, ossa pari del cranio, il cui nome risuona con Temperatura, temperamento, temperanza e tempestività, si

trovano le ghiandole che producono le **endorfine**, sostanze che alleviano il dolore.

Pur andando alla testa non è detto che sia subito trasformato in consapevolezza, infatti, per evitare di andare via di testa, il cervello ci salva dalla pazzia, inventando scuse, convinzioni e dirottando il pensiero su nuovi orizzonti, allontanandoci però dal vero destino.

Riteniamo di essere finalmente salvi e di aver finalmente trovato il vero senso della vita, pensando che prima eravamo sbagliati e ora ci siamo accomodati.

La prima cosa che occorre fare perciò è cercare di toglierci il dolore dalla testa, così da riuscire a tirare un sospiro di sollievo ed iniziare a ragionarci sopra per comprendere il disagio e intervenire.

Il dolore rende un minuto lungo come l'eternità; riuscire a diventare innocente, togliendoselo dalla testa grazie alla sua comprensione e onorandolo, permette di recuperare la memoria e sentirsi eterni e immortali, accettando di vivere meglio in un luogo temporale e di accogliere, a nostra insaputa, l'arrivo della morte.

Il Dolore e il Tempo sono complici, alleati consapevoli al servizio di Dio, dai quali l'essere umano non può dissociarsi in quanto vivente, in un mondo in cui essi sono imprescindibili e detentori della crescita umana.

Separarsene e volerli negare significa morire pur vivendo.

Anche il Tempo, se non riusciamo a gestirlo in noi o siamo in balia dei suoi cambiamenti, va sempre alla Testa, rendendoci tristi, malinconici, ansiosi o nostalgici, portandoci alla Pazzia e facendoci perdere la Pazienza, invitandoci a cercare il Piacere del Mondo e perdendo la Pace del Cuore.

Sia il Dolore che il Tempo, in quanto agiscono sulle debolezze dell'uomo, trovano sollievo e ragione nel Cervello, perché esso produce l'antidoto che neutralizza la loro percezione distorta e li trasforma in Comprensione ed Eternità

Pazzia, pazienza, pace, piacere hanno in comune la parola Pathos, il dolore sia corporale che spirituale, da cui nasce il Patire e il Compatire, il Patibolo o il Paziente, l'Apatico e l'Impassibile, in sostanza il Soffrire che deriva da Sub-Ferre, ossia Sotto Portare, quindi Sopportare e Supportare.

Nella parola Soffrire c'è il Verbo Offrire, che dà senso al dolore e consensi dall'Amore.

Dando Senso al Tempo e al Dolore si trasforma la Pazzia in Pazienza, la Pazienza in Pace per trovare il vero piacere dello Spirito ma, se il tempo e il Dolore ritornano alla Testa, perché la Ferita non è stata completamente liberata e la Cicatrice è ancora attiva, allora il Piacere diventa Edonismo, diventa ossessione, perversione, si perde così la Pace, la Pazienza e si ricade nella Pazzia degli attaccamenti e delle coazioni a ripetere.

Il **Tempo** è il gran **dottore** per questo può alleviare il dolore, perché ci educa a ritrovare la via di mezzo, in cui alberga la quiete che permette di carpire il rimedio, attraverso il quale la mente si ricongiunge col cuore.

IL TEMPO, IL TEMPERAMENTO, LA TEMPERANZA E LE INTEMPERIE
IL DOLORE, IL PATIRE, IL PATHOS, LA PASSIONE, IL PIACERE, LA PACE, LA
PAZIENZA E LA PAZZIA

Sia il TEMPO che il DOLORE ci **Temprano** e ci costruiscono il **Temperamento**, perché ci educano a vivere sotto **le intemperie**, piuttosto che eluderle, al fine di stabilire in noi la Pace e la Pazienza, la Virtù dei Forti, così da **Farci le Ossa** dopo essercele rotte, costruendo la vera Struttura portante interiore capace di sostenere la nostra Vera Luce.

Ritroviamo così una Sana e Robusta Costituzione per mezzo della quale poter governare la Mente e ridare al Cuore la sua Libertà.

Il luogo comune in cui sia il Tempo che il Dolore si incontrano per condurre alla Salvezza sono le **TEMPIE**, luogo del cranio su cui si pongono le dita per meditare, che può divenire sacro, quindi un **TEMPIO**, se il dolore non lo profana più, e questo è possibile dal momento in cui è stato compreso e liberato, riconquistando così il Senso dell'Innocenza.

Il Cervello (il Vello d'Oro) è contenuto nel Cranio il quale è suddiviso, per mezzo di linee (suture ossee), in diverse zone che proteggono determinate regioni cerebrali, tra cui ne riscontriamo due laterali, chiamate **ossa TEMPORALI** corrispondenti alle TEMPIE.

Il loro nome ci fa intuire la correlazione con le parole TEMPO e TEMPIO, e dedurre che ne rappresentano il luogo anatomico di connessione.

La parola TEMPIA deriva da 'tempo' che proviene da "*TEMPUS*" che significa Sezione e Spazio, tanto da dedurre che Spazio e Tempo siano indissolubilmente connessi e operanti.

Entrando in un Tempo (dimensione sentimentale, percettiva e dell'essere) ci si sente all'interno di una dimensione Spaziale, talvolta definibile, altre volte solo percettibile o intuibile.

Tempie e Tempio sono derivabili dal latino "*TEMPORA*" che è plurale di Tempus e da "*TEMPLUM*" diminutivo di Tempus o dal greco *temenos* (luogo dedicato agli dei- archetipi- quindi sacro).

Si ritiene che le Tempie siano connesse al Tempo in merito anche all'osservazione che, col passare del tempo, appunto, i primi capelli a diventare bianchi sono proprio quelli a livello della tempia.

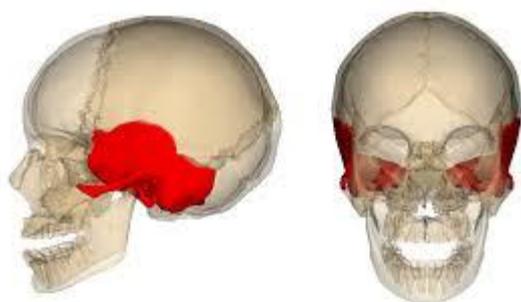
La percezione del Tempo "Infinito" è messa solitamente a repentaglio dal dolore e dallo stress, le cui origini sono connesse a centri cerebrali che controllano e regolano ghiandole endocrine.

Riuscire a alleviare il dolore e annullare lo stress, permette di abbassare la morsa del cervello e godere della tranquillità la quale, conduce nella

dimensione dell'infinito.

Ciò è possibile grazie alle **endorfine**, neurotrasmettitori prodotti dal cervello (nell'area della corteccia protetta dalle **ossa temporali**), dotati di proprietà analgesiche simili a quelle della morfina e dell'oppio, che vengono rilasciate in condizioni di stress, dolore e forti emozioni.

Come anche numerosi alcaloidi di derivazione morfina, le endorfine sono in grado di procurare uno stato di euforia o di sonnolenza, più o meno intenso a seconda della quantità rilasciata. Questi stessi effetti si possono riscontrare in conclusione di un rapporto sessuale, da cui deriva probabilmente la tipica condizione fisica ad esso correlata.



L'osso temporale è perciò la sede dell'enigma, infatti non a caso in esso alloggia **il labirinto**, è un osso pari e simmetrico dell'orecchio interno, che forma la base della scatola cranica e, in piccola parte, la volta. esso contiene e

protegge la **coclea** (la conchiglia) e i canali semicircolari, organi deputati rispettivamente all'**udito** (percezione di vibrazioni) ed all'**equilibrio**. Le ossa temporali proteggono i **lobi cerebrali** omonimi situati nella parte inferiore degli emisferi cerebrali, la cui funzione è di elaborare l'affettività, la vita

di relazione, le reazioni e i comportamenti istintivi, il riconoscimento visivo (quindi rimette a fuoco) la percezione uditiva e la memoria. Il lobo



temporale sinistro comprende il linguaggio parlato e sceglie le parole (area di Wernicke). Il lobo temporale destro permette invece di comprendere l'intonazione del discorso e la sequenza dei suoni.

Parte integrante dei lobi temporali è il sistema limbico che deve il suo nome (dal lat. limbus, «fascia») alla peculiare posizione anatomica di confine tra il margine mediale degli emisferi e il diencefalo, ed è costituito dall'amigdala e dall'ippocampo.

L'amigdala è implicata nella segnalazione alla corteccia di stimoli motivazionali associati a reazioni di paura e ricompensa, e a reazioni emotive, quali per esempio l'attrazione sessuale. L'ippocampo è implicato nella formazione delle tracce di memoria a lungo termine e nell'orientamento spaziale tramite mappe cognitive.

da: www.lescienze.it/news/2015/02/18/news/lobo_temporale_mediale_memoria_viaggio_tempo-2489971 [www.treccani.it/enciclopedia/struttura-e-funzione-del-cervello_\(Dizionario-di-Medicina\)/](http://www.treccani.it/enciclopedia/struttura-e-funzione-del-cervello_(Dizionario-di-Medicina)/)

Leggiamo attentamente il testo del brano degli Enigma per coglierne il
Segreto

RETURN TO INNOCENCE degli ENIGMA

That's not the beginning of the
end

That's the return to yourself

The return to innocence.

Love - Devotion

Feeling - Emotion.

Love - Devotion

Feeling - Emotion.

Non è l'inizio della fine

E' il ritorno a te stesso

Il ritorno all'innocenza

Amore-devozione

Sentimento-emozione

Amore-devozione

Sentimento-emozione

Non aver paura di essere

Don't be afraid to be weak	debole
Don't be too proud to be strong	Non essere troppo orgoglioso di essere forte
Just look into your heart my friend	Solo guarda nel tuo cuore amico mio
That will be the return to yourself	Quello sarà il ritorno a te stesso
The return to innocence.	Il ritorno all'innocenza
	Se vuoi, allora comincia a ridere
If you want, then start to laugh	Se devi, allora comincia a piangere
If you must, then start to cry	
Be yourself don't hide	Sii te stesso, non nasconderti
Just believe in destiny.	Credi proprio nel destino
Don't care what people say	Non ti preoccupare di quello che dice la gente
Just follow your own way	Segui la tua strada
Don't give up and use the chance	Non rinunciare e sfrutta la possibilità
To return to innocence.	Di tornare all'innocenza
That's not the beginning of the end	Non è l'inizio della fine
That's the return to yourself	E' il ritorno a te stesso
The return to innocence.	Il ritorno all'innocenza
	Non ti preoccupare di quello che dice la gente
Don't care what people say	Segui solo la tua strada
Follow just your own way	Segui solo la tua strada
Follow just your own way	

Don't give up, don't give up
To return, to return to
innocence.

If you want then laugh
If you must then cry

Be yourself don't hide
Just believe in destiny.

Non rinunciare, non rinunciare
A ritornare, a ritornare
all'innocenza
Se vuoi, allora comincia a ridere
Se devi, allora piangi
Sii te stesso, non nasconderti
Credi solo nel destino.

"Credi solo nel destino", quella parola con cui gli antichi romani definivano la "Fortuna", perché al nostro destino pur beffardo, pur complicato, pur meschino che sia, tanto da volerlo barattare con quello di chi riconosciamo migliore, ci dobbiamo attaccare senza attaccamenti, lo dobbiamo inseguire e seguire con parsimonia e duttilità, lo dobbiamo ascoltare con **obbedienza**, ci dobbiamo a lui **sottomettere**, perché lo dobbiamo amare costi quel che costi a tutti i costi, senza sconti per non vivere a metà, ma esistere per intero, per davvero, vivi dal vivo, concretamente **presenti**.

Solo così lo riconosceremo e lo sentiremo con grande felicità e rispetto, la nostra unica e preziosa fortuna che non vorremmo più perdere bensì ci farà sentire **ricchi** pur avendo pochi soldi, ci farà sentire **belli** a dispetto delle nostre imperfezioni e difetti e, soprattutto vorremmo che anche i salici piangenti raddrizzassero il sorriso.

Vivremo l'Essere piuttosto che l'Avere.

L'essere è Comunione e Comunicazione, l'Avere è Possesso e Possessione.

Le parole "obbedire, sottomettersi e presente", le analizzeremo in profondità nel capitolo dedicato alla ferita da rifiuto.

DO L'O-ro al RE

Soffro il Dolore se lo trattengo,
Se Offro il Dolore al RE ne colgo il Senso
CHI E'IL DOLORE e perché è NECESSARIO?

Il libro della Sig.ra Bourbeau, dal quale l'ispirazione è cominciata, prende in esame, come indica il suo titolo, le 5 ferite dell'Anima, e non del corpo, ossia del risultato di 5 azioni create dal dolore o conseguenza del dolore, che hanno lasciato un segno o **cicatrice**, nel corpo ma prima di tutto nell'anima la quale, decidendo di allontanarsi da Dio, per prendere forma umana, scese nella realtà grave della Vita umana, la gravità.

Entrando nell'Utero materno, dopo aver detto "sì" alla proposta che Dio gli ha fatto di nascere sulla Terra, l'anima è destinata a prendere la propria forma umana, ad accettare le leggi fisiche, tra cui quelle della materia e del Tempo e, dovendosi addensare, scendendo in una natura inferiore rispetto a quella da cui si è allontanata, dimentica sia il "sì" che ha deliberatamente espresso di fronte a Dio, sia la reale Madre-Patria da cui proviene.

Pur rimanendo sempre in comunione e in comunicazione con Dio, tuttavia la densità della realtà umana in cui ha preso forma, le fa credere di aver perso il suo ricordo, di essersi separata, anzi arriva al punto di affermare che Dio l'ha **abbandonata, rifiutata** tanto da averla spedita in una "Valle di Lacrime" **per farsi umiliare**, fino a ritenere fermamente che Dio l'ha **Tradita** e che l'esperienza della vita è solo **Ingiustizia**.

In verità, come abbiamo potuto scoprire ed ammettere in tanti, sia gli allievi che io, durante questi due anni di esperienze concrete avvenute, mettendoci

a nudo, investigando in noi stessi, conoscendo dal vivo le ferite delle nostre anime, Dio non si separa da nessuna anima che sia divenuta densa in quanto umana, ma siamo noi anime divenute dense, che ci sentiamo separati o ci separiamo da Dio, in quanti anestetizzati avendo perso la sensibilità.

Noi, anime, accettando di nascere in forma umana, accettiamo consapevolmente il luogo fisico, chiamato Mondo e le sue leggi, imprescindibili, alle quali possiamo solamente assoggettarci ed obbedire, tra cui, oltre a quello del tempo e della Materia, vi è quella del **Dolore**.

Il **dolore** rappresenta il mezzo con cui l'organismo segnala un danno a un tessuto vitale, quindi la lacerazione di una struttura integra, la quale, a causa di un evento, si separa dalla propria forza di unione.

Secondo **la definizione della IASP** (*International Association for the Study of Pain* - 1986) e dell'Organizzazione mondiale della sanità, il dolore «è un'esperienza sensoriale ed emozionale spiacevole associata a danno tissutale, in atto o potenziale, o descritta in termini di danno».

Esso non può essere descritto veramente come un fenomeno sensoriale, bensì deve essere visto come la composizione di:

- una parte percettiva (la nocicezione) che costituisce la modalità sensoriale che permette la ricezione e il trasporto al sistema nervoso centrale di stimoli potenzialmente lesivi per l'organismo
- una parte esperienziale (quindi del tutto privata, la vera e propria esperienza del dolore) che è lo stato psichico collegato alla percezione di una sensazione spiacevole.

Il dolore è fisiologico, un sintomo vitale/esistenziale, un sistema di difesa, quando rappresenta un segnale d'allarme per una lesione tissutale, essenziale per evitare un danno. Diventa patologico quando si auto-mantiene, perdendo il significato iniziale e diventando a sua volta una malattia (sindrome dolorosa)

Il dolore ha avuto una funzione fondamentale nella sopravvivenza dell'individuo specialmente animale ma anche umano, come messaggio della

necessità di intraprendere una reazione necessaria a seguito di una aggressione o di un danno all'integrità fisica. Per questo i recettori del dolore sono in grado di identificare vari tipi di stimoli pericolosi che siano meccanici, chimici, termici. Non a caso i recettori sono presenti praticamente nella totalità degli organismi viventi non vegetali proprio perché durante la selezione naturale la loro utilità ne ha preservato la funzione.



Potremmo dire che tra i vari corpi di cui siamo composti, possediamo anche il **corpo del dolore** e paradossalmente, senza questo abito connesso con la mente, non potremmo né vivere, né tanto meno sopravvivere.

Il dolore sebbene vada alla testa e **ci deformi il corpo**, facendogli assumere le sue sembianze, divenendo così sua

immagine e somiglianza, **tuttavia ci salva la pelle!**

Lo dimostra una malattia rara che colpisce i bambini, **l'analgesia congenita**, i quali non percependo nessun tipo di dolore, né fisico, né emotivo, né interiore, si feriscono senza percepire sofferenza e, di conseguenza, muoiono per emorragia.

L'**analgesia** è uno stato in cui non si prova dolore (*analgia* deriva dal greco *ανά*, "senza", e *-άλγος*, "dolore") e quella congenita, che si manifesta fin dalla nascita, è una sindrome che si caratterizza per la totale assenza di qualsiasi tipo di sensazione dolorosa o spiacevole.

Questa malattia detta anche "naturale" perché non è indotta da alcun farmaco, è trasmessa per via ereditaria e chi ne soffre percepisce ad esempio le variazioni di temperatura, mentre non avverte il disagio o il malessere (il dolore appunto) connessi con il caldo o il freddo, per cui può subire

bruciature o congelamenti senza accorgersene o, analogamente, ferite o lesioni di vario genere, fratture, mutilazioni o dissanguamenti. Proprio a causa di questa "insensibilità" al dolore, che se all'apparenza può sembrare positiva, in realtà è estremamente pericolosa.

Il dolore ci educa a non eccedere in azioni che ci condurrebbero a eludere o deviare il nostro destino, oppure ci riaccompagna sul vero destino dal quale ci eravamo allontanati, permettendoci di riconoscerlo sebbene in precedenza non lo avevamo voluto prendere in considerazione.

Il dolore, in quanto associato al Tempo, ci educa a rispettarlo, a non abusarne e soprattutto a sapere attendere, temprandoci, per sviluppare in noi l'arte della pazienza la quale ci dona occhi e sguardo innocenti, capaci di notare i particolari, così' da saperli curare.

Non esiste un dolore più grandi di altri,
per fortuna ancora non è stata inventata e costruita
una macchina che lo posso misurare e quantificare,
c'è solo una diversa percezione e sopportazione del dolore
in relazione a quanto dobbiamo lasciarci da lui educare
e imprimere il suo ricordo nella memoria.

Sebbene siano passati molti anni dall'evento da cui scaturì il dolore che ci percosse la mente, le emozioni e la carne, non possiamo rimembrarlo, cioè riportarlo alle membra, tale e quale a quel momento, ma rievochiamo il suo ricordo percettivo il quale, non ci turba nella carne, ma ci preserva dal compiere di nuovo la stessa azione del passato, impedendoci quindi di "uscire un'altra volta dalla retta via del destino".

La Mente ricorda il dolore per impedire al Corpo di subirlo di nuovo.

Ricordiamo il Dolore, senza tenerlo in Mente, perché non la prenda di nuovo in ostaggio, chiedendo come riscatto il Corpo. Liberiamo il Corpo dal dolore, per riscattare la sua innocenza, così che la Mente scoprendosi, renda Sana e Salva la nostra Anima.

LA FERITA E LA CICATRICE

SPECCHIO, SPECCHIO DELLE MIE TRAME

CHI SI NASCONDE TRA LE MIE TRAME?

Il **dolore** rappresenta il mezzo con cui l'organismo segnala un **danno a un tessuto vitale**, quindi la lacerazione di una struttura integra la quale, a causa di un evento, si separa dalla propria forza di unione.

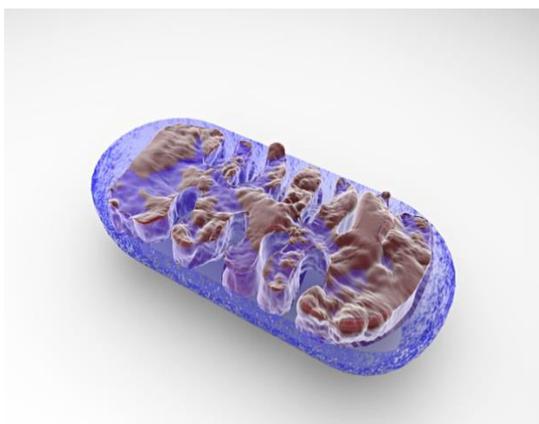
L'abito di materia densa, **il corpo**, nell'attimo del dolore, indipendentemente dalla sua intensità e origine, si separa bruscamente dalla veste luminosa, **l'aura**, espressione viva e concreta della luce del cuore, l'anima.

Il tessuto è il risultato dell'azione del **tessere**, verbo che deriva dal latino Texere da cui Textus, che ha il senso di comporre; dallo stesso verbo latino deriva anche la parola "testo", ossia, discorso continuato composto dall'unione di parole che seguono una trama e una logica.

Il dolore quindi oltre a separare il corpo dall'unità con l'anima, gli fa addirittura perdere il discorso, dimenticandosi dell'inizio del racconto o meglio il suo destino, scordandosi del senso del discorso così che esce dall'accordo con l'ispiratore della trama: Dio.

Perdendo la trama si scompone anche l'ordito, tanto da giungere a ordire tranelli o stratagemmi per salvare il bando della matassa e cercare di ricucire ciò che è ricucibile, ma avendo perso il filo del discorso, spesso, per riordinare l'ordito, ci si mette una pezza sopra finché durerà.

**SIAMO LUCE E SPRIZZIAMO LUCE DA OGNI CELLULA
MA CI SIAMO SCORDATI**



Le nostre cellule generano Luce,

la quale zampilla costantemente **dai mitocondri**, gli organelli cellulari preposti a crearla e a donarla a tutto il corpo.

I Mitocondri, infatti, sono gli organi cellulari preposti a creare, dispensare e conservare l'energia vitale la quale è ceduta o accumulata nell'ATP

(l'Acido Adenosintrifosfato) sotto forma di **Fosforo**, parola la cui origine deriva da Phosphoros e significa " che dà Luce".

Ogni qual volta il mitocondrio cede una molecola di Fosforo, quindi, in sostanza genera e mette in libertà una scintilla di Luce.



Immaginandoci i trilioni di cellule che compongono il nostro corpo nella sua totalità, liberare contemporaneamente una scintilla di Luce, possiamo intuire che **il nostro corpo è Luce**, la quale scaturisce dalla sua sostanza infinitamente piccola, la cui intensità, purezza, libertà e forza, dipende da quanto ci siamo liberati, ed abbiamo liberato le cellule, da immondizie sia mentali, che emozionali, che umane e, soprattutto, dal **dolore**, perciò di quanto l'Amore contenuto nel loro **DNA** sia puro.



Cotta di maglia



Cotta di maglia lacerata

Il corpo di luce potremmo paragonarlo a una **cotta di maglia**, ossia la maglia di ferro al di sotto dell'armatura che protegge il corpo del guerriero. Dovendo e volendo affrontare la vita e le sue proposte talvolta difficili, **si lacera**

Se cambiassimo la parola **Dna** (il **Dispensatore Naturale d'Amore**) **con DIO** e **Rna** (il **Riproduttore Naturale dell'Amore**) **con Cristo**, considereremmo il **Nucleo della Cellula come il Regno dei Cieli** in cui dimora il Creatore, **la membrana cellulare** come fosse il **Firmamento** che separa le Acque di Sopra dalle Acque di sotto, il citoplasma, (ossia il Regno dei Cieli con il Mondo), con cui il Cristo comunica e cerca di unirsi per portare il seme dell'Amore da cui scaturisce ed è immagine e somiglianza.

Così come **il Cristo**, come recita il "Credo di Nicea-Costantinopoli" è nato dal Padre prima di tutti i secoli, prima ancora che fosse inventato il Tempo, è stato dal Padre **generato non creato**, della sua stessa sostanza, **Luce da Luce**, e per mezzo di Lui tutte le cose sono poi state create, così l'Rna è in relazione al Dna.

Come conferma anche l'incipit del Vangelo di San Giovanni Apostolo, in cui Dio e il Cristo, sono una sola sostanza e che per mezzo del Cristo tutto è stato fatto: *"In principio era il Verbo, il Verbo era presso Dio e il Verbo era*

Dio. ² Egli era in principio presso Dio: ³ tutto è stato fatto per mezzo di lui, e senza di lui niente è stato fatto di tutto ciò che esiste.

Toglierci il dolore di dosso significa perciò, liberare la luce di tutte le cellule, quindi di tutto il nostro organismo, che a causa del trauma si era bloccata o attenuata.

Così facendo, torniamo a sentirci e ad esprimerci nella nostra purezza ed a ricongiungerci al vero tessuto, quello di luce del nostro reale corpo e identità, dal quale ci siamo separati a causa della ferita che ha espresso il dolore, in modo da riconnettersi al nostro vero Tempo, quello dell'anima unita Dio.

LA COAGULAZIONE DEL SANGUE CREA LA CICATRICE



In lingua ebraica " **sangue**" e " **anima**" si traducono nello stesso modo, perciò è l'anima stessa a chiudere la ferita, poiché è il sangue che coagulando, crea, a poco a poco la cicatrice.

La **cicatrice** è un tessuto fibroso che si forma per riparare una lesione (patologica o traumatica), ed è dovuta alla proliferazione del derma e dell'epidermide. Le cicatrici non si rimarginano come le ferite normali, ma lasciano un segno sulla pelle.

Il corpo appena viene lacerato, avvia la cicatrizzazione, un fenomeno biologico naturale, complesso di riparazione durante il quale l'organismo blocca l'emorragia, risana e richiude la ferita. Il tessuto lesso quindi si ricostruisce e il danno viene riparato.

La cicatrizzazione si può schematicamente dividere in 3 fasi, caratterizzate da attività cellulari specifiche che portano alla ri-epitelizzazione cutanea seguendo sequenze cronologiche precise e collegate le une alle altre.

Ogni fase è importante.

Fase 1: durata da 2 a 4 giorni. Innanzitutto si forma un coagulo ad opera delle piastrine che blocca il sanguinamento. Successivamente si innescano una serie di reazioni per difendersi da microbi e corpi estranei, combattendo così le infezioni. Il tessuto necrotico ed eventuali microrganismi patogeni vengono eliminati tramite l'attivazione di cellule specifiche che detergono la ferita. In questa fase si ha anche una contrazione della ferita, che accelera la guarigione in quanto riduce lo spazio che il tessuto neoformato deve occupare.

Fase 2: durata da 10 a 15 giorni. Si viene a formare il tessuto di granulazione, costituito da macrofagi, fibroblasti e una ricca rete di vasi neoformati. I fibroblasti iniziano a produrre fibre di collagene e di elastina. L'epitelio si forma con un meccanismo di scivolamento delle cellule epiteliali indenni dal trauma. Insieme a questo scivolamento le cellule dell'epitelio iniziano a riprodursi più velocemente. Nello stesso tempo, la ferita si contrae permettendo un riavvicinamento dei bordi fino a una totale chiusura.

Fase 3: durata da due mesi a due anni. Durante questa fase si ha una continua formazione e rimodellamento di collagene ed elastina. Anche la neoformazione dei vasi aumenta andando a costituire una ricca rete vascolare. La cicatrice continua poi lentamente il suo processo di maturazione e modellamento che può durare fino a due anni.

La ferita può essere evidente quando è visibile esternamente, oppure interiormente (trauma, shock, spavento, ecc...), invisibile all'occhio ma reale quanto la prima, anzi più insidiosa e in quanto non espressa, non considerabile, anche se la sua presenza abbia lasciato e continui a lasciare un segno profondo che, nel tempo comunque modifica la forma sia della mente che del corpo, manifestando, all'improvviso senza un perché logico, un disagio "inaspettato" perché non trova corrispondenze tangibili con avvenimenti contingenti.

La parola carattere significa "segnare", perciò, visto che la ferita lascia un segno più o meno inciso, essa contribuisce a modificare il nostro carattere, dando inizio alla formazione di uno nuovo, ovviamente immagine e conseguenza del dolore e dell'atto che lo ha provocato.

Sia che la ferita sia visibile o no, sia essa esterna o interna, il corpo interviene per rimarginarla, generando una cicatrice la quale nel tempo potrebbe anche scomparire, così come potrebbe rimanere visibile e non è detto che il tempo

sia un gran dottore, pur essendo passato, l'abbia effettivamente liberata dal dolore e dal ricordo dell'evento da cui è scaturito.

La parola "Cicatrice" deriva dal latino e significa "annodare", quindi essa è il "**nodo**", il segno che rimane della ferita che si è richiusa, ma non per questo sanata, sulla carne o nell'invisibile, in ogni caso è un nodo nel **tessuto aurico**, che può essere espresso o celato, nell'immediato o in un futuro più o meno prossimo.

Fintanto che il dolore e il ricordo del trauma non sono stati liberati dal nodo, sciogliendoli, la cicatrice anche se chiusa, continuerà a conservare e imbrigliare, non solo i residui del sangue coagulato, bensì anche le immagini dell'accadimento, i flashback, gli odori, i colori, la vivida memoria dei particolari, anche se riteniamo che il trauma sia stato banale oppure ce n'eravamo completamente dimenticati, perché di poco conto.

Fino a quando non abbiamo liberato la cicatrice e sciolto il nodo, il segno si accentuerà, la ferita rimarrà aperta e sanguinante a dispetto del tempo, a volte anche lungo, in cui si generò, congelando il nostro flusso vitale a quel periodo storico della nostra vita, portandoci a commettere o ricreare atteggiamenti, pensieri, emozioni di quell'età, con l'aggravante che siamo cresciuti ma, purtroppo, non maturati.

Finché la cicatrice non è libera completamente, non si separa dal tempo passato e continua a mantenerci lì, presenti in quel tempo, in attesa di perdonarci e perdonare, rivederci e rivedere con occhi innocenti, per ricongiungerci alla vera trama e al giusto ordito, così da chiuderla definitivamente, pur conservando sul corpo il suo segno.

Il segno deve rimanere perché non ce ne dimentichiamo, evitando così di ricompiere la stessa azione, ricordare l'insegnamento della vita e mantenere la via ritrovata.

CONSIGLIO PRATICO per iniziare ad alleviare il DOLORE

Ti consiglio e ti invito, tanto per incominciare ad alleggerirti dal dolore, sciogliere il nodo e liberare la cicatrice da tutto ciò che continua a trattenere, a strofinare ogni cicatrice visibile del tuo corpo, dalla più grande e nota, alla più piccola e ridicola, con un pezzo di **ambra**, l'antidolorifico cristallino per eccellenza.

Io lo feci, partendo da una piccola cicatrice presente alla base del mio dito indice della mano destra, che ricordo essermela procurata quando avevo circa dodici anni, giocando con gli amici, che ritenevo talmente banale sebbene ben visibile, tanto da non tenerla nemmeno più in considerazione.

Invece, iniziando a strofinarla con l'ambra, da destra a sinistra e viceversa, cominciai a piangere a dirotto senza controllo, come un bambino di dodici anni che si era appena ferito e, continuando ad agire con il cristallo sulla cicatrice, riaffioravano vividi i ricordi, le immagini, le sequenze del futile incidente che mi avevano provocato dolore e lacerato la pelle.

Avevo la netta sensazione di essere in quel preciso momento, a quasi trent'anni di distanza dal fatto accaduto, presente nelle immagini, come se io stessi rivivendo con la chiara consapevolezza che stavo invece, spurgando la ferita da ciò che era ancora imbrigliato al suo interno, sebbene si fosse oramai da molto tempo cicatrizzata.

Continuai a strofinarla finché smisi di piagnucolare come un infante e pur insistendo, nessun'altra lacrima e singhiozzo mi uscivano; capii che

avevo sanato veramente la ferita e l'avevo completamente liberata dal ricordo.

La cicatrice rimase visibile perché l'occhio potesse ricordare guardandola, l'evento che la provocò ma senza più richiamarlo alla memoria e tanto meno sviluppare anche una latente e sottile coazione a ripeterla involontariamente.

Mi sentii sollevato, come raddrizzato e, soprattutto, adulto, come svegliato da un sonno, di cui però non ricordavo di esserci caduto, con la netta e reale sensazione di aver liberato una parte di me ferita, rimasta bambina, che ancora sopravviveva dolorante, a mia insaputa, come imbrigliata in un limbo nella mia carne.

Mi percepivo Sano e Salvo.

Questo esercizio con l'ambra è possibile, ovviamente, solo per le ferite esterne visibili, mentre per quelle interne, dovute ad operazioni chirurgiche o per quelle interiori invisibili conseguenza di traumi psicologici, shock, ecc...occorre intervenire per mezzo delle esperienze cristalline di questo percorso le quali, in virtù dei risultati raggiunti in due anni, sono efficaci e liberatorie.

IL DOLORE ESPRESSO DA OGNI TIPO DI FERITA DEFORMA LA SPINA DORSALE

Grazie all'accurata visita di un posturologo, al quale mia moglie si affidò per risolvere un disagio alla cervicale, manifestatosi dopo aver estratto il dente del giudizio, scoprimmo che **il dolore generato dalla ferita**, sia espresso o ancora racchiuso nella cicatrice, **deforma la spina dorsale**.

La prima domanda che, infatti, il medico posturologo fece a mia moglie, fù di indicargli e mostrargli tutte le cicatrici, dalla più piccola e irrisoria alla più visibile, che portava sul corpo e, dopo un minuzioso controllo e analisi, dedusse l'origine del disagio.

Da ciò si deduce con la logica che, liberando il dolore dalla cicatrice e risanando la ferita, la spina dorsale si raddrizza, quindi, di conseguenza, anche l'asse della colonna vertebrale, riallineandosi, così come si riassetano sia le spalle che le anche.

Quando ci feriamo o ci sentiamo feriti sia nel corpo, che nella mente, che nell'interiorità, a causa del dolore ricevuto o auto procuratoci, ci contorciamo, e ciò accade anche e prima di tutto, al nostro corpo di luce, poiché siamo anime in un corpo umano.

Per evitare di percepire dolore o di compiere nuovamente un'azione che lo rievoca o lo richiama, la mente ci salva, accentuando lo spirito di conservazione attraverso il controllo, invitandoci ad assumere una postura fisica, quindi anche interiore, non certo sana, tuttavia "accomodante, ossia che ci crea una zona di comfort sicura, all'interno della quale cerchiamo di rimanere a tutti i costi, controllandoci nei movimenti, nei pensieri e nelle prese di posizione.

Questa nuova forma mentis nata dal dolore, crea la nuova forma fisica, blocca la percezione del dolore, perché gli impedisce di andare alla testa, ma

così facendo, pur anestetizzandoci, costringe il corpo a mantenere la nuova posizione scomoda, ad abituarsi all'abito stretto e all'abitazione d'emergenza, attivando, di conseguenza, nuovi atteggiamenti sia di azione che di difesa, trasmettendoci la sensazione di essere liberi e migliori di prima.

Poiché siamo luce in un filo elettrico, **la spina dorsale** potremmo considerarla, **la spina** che ci collega con **l'interruttore, la terra.**

Una ragione per cui ci feriamo è perché vogliamo fare entrare troppa luce in un filo, corpo, sottile o debole, che non sa reggerla, perché, non avendo fatto ancora la giusta esperienza, ancora non si è fatto le ossa, non si è temprato al punto giusto per saperla contenere, sostenere e manifestare senza scossoni e senza disperderla.

Non è robusto e temprato sufficientemente in relazione al voltaggio della nostra Luce.

Poiché non si è fatta le ossa, se le rompe; infatti l'anima si procura le ferite agli albori della vita, ossia quando è ancora nella placenta oppure nel periodo dell'infanzia e dell'adolescenza, quando, ancora inesperta delle cose del mondo, delle sue regole e dei suoi meccanismi, si butta a braccia aperte, esprimendosi senza limiti perché ancora libera da preconcetti e pregiudizi, ancora non segnata dalla prova concreta del mondo.

La sana incoscienza ci permette di farci le ossa, sbagliando,
uscendo di strada, facendoci male.

La ferita educa, quindi, il corpo a farsi più robusto e a non voler precedere i tempi, andando più veloce di quanto non sappia gestirne la guida e gli imprevisti.

La ferita educa il corpo a costruirsi il giusto temperamento così che, una volta irrobustita la forma, il filo, la luce vera nella sua potenza espressiva originale, può scorrervi all'interno, senza dispersione e senza sconvolgere il corpo turbandolo e scoraggiandolo dal fare, bensì illuminandolo.

Il Blackout iniziale era propedeutico a imparare a brancolare nel buio senza spaventarsi, a conoscere la durezza della Terra per starvi meglio in piedi, a costruire la struttura portante interiore che riaccogliendo la luce originale, acquisirà così la sua forma perfetta, seppur prima l'abbia dovuta perdere o disconoscere.

"Non è l'inizio della fine" come dice la canzone degli Enigma, bensì *"... E' il ritorno a te stesso"*; nel mentre in cui inizia il blackout, la sensazione è di perdere la propria luce, diventando densi, percependo il senso di smarrimento, avendo perso il contatto con la fonte a cui si era connessi.

Quando, invece, il filo si è irrobustito alla pari della forza della nostra luce, riaccogliendola, scopriamo che la vita non ci ha né tolto la nostra vera identità luminosa, né tanto meno voluto separare dalla fonte, bensì ci ha regalato, attraverso lo scomodo black-out e senso di separazione, la piena consapevolezza di quanto siamo luminosi e di quanto prima non potevano esprimerci, perché incapaci di sostenere la nostra stessa forza.

La nostra luce prima ci im-pressiona, ossia ci preme dentro, per poi insegnarci a ex-primerla, ossia premerla fuori

Il ritorno all'innocenza è in verità, il ritrovamento del nostro tesoro nascosto e del suo splendore, che già possedevano ma ne eravamo all'oscuro anzi, eravamo convinti che il tesoro fosse solo per pochi.

Quel tesoro occorre dissotterrarlo dal cuore, perciò la ferita è lo strumento che lo mette allo scoperto, squarciando la rigidità della mente che non lo vuole mostrare, che lo vuole conservare per timore di perderlo e nell'invidia di non poterne avere l'esclusiva.

Il ritorno all'innocenza è imparare a scoprire il tesoro togliendoci ciò che lo copre, per riconoscere e percepire la nostra ricchezza, saperla contenere, utilizzare con saggezza, senza disperderla, per soddisfare le nostre mancanze o trattenerla, diventando tirchi, per paura di perderla.

E' il conquistare l'Essere e abbandonare l'Avere,
perché è l'essere che ci fa Avere e non l'Avere che ci fa Essere.
E' il far tornare i Conti; la contabilità rispetta le leggi dell'Amore, la
matematica del Cuore, infatti nella colonna del DARE dobbiamo scrivere
l'AVERE, mentre nella colonna dell'AVERE, il dare.
Ciò significa che ogni volta che ABBIAMO dobbiamo DARE e ogni volta che
DIAMO, ABBIAMO.

FERITE PASSIVE E FERITE ATTIVE

Le 5 Ferite che Lise Bourbeau è riuscita a scoprire e raccontare nel suo libro, sono, come ne indica il titolo, **dell'Anima** e non del corpo, quindi "strappi" che l'anima si procura o che subisce, sia quando ha già preso la forma di un corpo umano, sia ancor prima di nascere, quando è in gestazione all'interno di una donna.

E' l'anima quindi che si ferisce o si sente ferita, perché nella densità della vita umana, nel mondo delle forme, in cui decide di fare esperienza, si sente separata da Dio, pur avendo detto "sì" alla proposta che Dio gli fece al fine di poter crescere e scegliere liberamente se stare con Lui, in Lui o senza di Lui.

L'anima, come vedremo nel capitolo dedicato alla ferita da Umiliazione, fino alla fine dell'ottavo mese della sua gestazione nell'utero materno, è pienamente consapevole della scelta che ha fatto di nascere in una forma umana, ma, approssimandosi alla nascita, in coscienza sente la durezza del luogo nella cui Luce sta per entrare, ma anche la responsabilità di rispettare la promessa che ha fatto a Sé stessa di fronte alla proposta di Dio.

Perciò posso affermare, sostenuto dall'esperienza pratica maturata in due anni di lavoro, confrontandomi con centinaia di persone di ogni provenienza sociale, culturale e regionale, che è l'anima a ferirsi e non Dio a ferirla, sebbene nella concretezza della sua natura divenuta umana, le viene più facile puntare il dito verso il Creatore.

In fondo, all'anima divenuta umana viene più facile trovare un colpevole a cui dare la colpa, piuttosto che ammettere che non c'è né colpa né colpevole, bensì la difficoltà, talvolta, di comprendere l'incomprensibile e di dare un senso al grande mistero della Vita, specialmente a quella del Mondo, il quale, in quanto tale è pulito (mondo è contrario di immondo) ma sporco agli occhi di chi ha la coscienza e la mente torbida o addormentata.

Ciò che il corpo esprime nella sua forma o con i suoi atteggiamenti, rappresenta **la maschera**, cioè la manifestazione fisica del disagio dell'anima, la quale può essere evidente, oppure subdola, altresì ben celata dall'apparenza, in relazione alla quantità di dolore da cui è scaturita o da quanto l'abitudine mentale non la voglia riconoscere, o l'abbia cristallizzata.

LA MASCHERA

La **maschera** è un manufatto che si indossa per ricoprire l'intero viso o



solamente gli occhi. Incerta è l'origine etimologica una cui ipotesi la vorrebbe di preindoeuropea, da *masca* («fuliggine, fantasma nero»). Una seconda, invece, la deriverebbe dal latino tardo e medievale *màsca*, strega. Dal significato originale si giunge

successivamente a quello di fantasma, larva, aspetto camuffato per incutere paura.

L'evoluzione linguistica portò probabilmente all'aggiunta di una 'r' facendo assumere al termine la forma dapprima di *mascra* e successivamente di *mascara*.

Alcuni studiosi hanno suggerito una derivazione dell'etimo dalla locuzione araba *maschara* o *mascharat*, buffonata, burla, derivante dal verbo *sachira*, deridere, **burlare**.

La nostra maschera si prende quindi gioco di noi, senza darcelo ad intendere

La maschera in relazione alla sua etimologia è come una strega, che ci ammalia, ci seduce, ma anche un fantasma che ci perseguita, che ci provoca

e tenta, oppure ci costringe a divenire streghe o stregoni o addirittura fantasmi che si eclissano dal mondo o glissano la realtà per sentirsi "liberi", non accorgendosi in verità di auto-imprigionarsi, fino a divenire larve, fino a camuffarci provocando in noi paure.

La maschera è un finto volto, di cartapesta, plastica, legno o altro materiale, riprodotte lineamenti umani, animali o del tutto immaginari.

Tante quante sono le tipologie di maschere esteriori, tante sono quelle interiori che il dolore induce a creare, così come tante sono le soluzioni di salvezza che la mente ferita trova per sopravvivere e difenderci dalla pazzia, finché il corpo le esteriorizza assumendo aspetti e atteggiamenti corrispondenti.

Dunque la maschera esteriore può essere indossata a scopo:

- **magico-rituale** (per es., per rappresentare con efficacia antropomorfa l'essenza divina o demoniaca), nello stesso modo quella interiore provoca in noi il **senso di superiorità ed esaltazione**, al punto di improvvisarci portatori di conoscenze celesti e convincere e sottomettere le persone deboli quanto noi.
- **bellico** (per incutere terrore al nemico), quella interiore corrispondente ci fa sentire talmente sicuri di noi stessi al punto da farlo credere anche agli altri.
- di **spettacolo** (per comunicare con immediatezza il carattere e la funzione di un personaggio) e quella interiore corrispondente ci rende egocentrici, bisognosi di attenzioni e di richiamarle al punto da spersonalizzarci
- di **divertimento** (come le maschere dai tratti spesso grotteschi che si usano per il carnevale) e quella interiore ci rende pagliacci al fine di far ridere e sentirci amati.

- per **non farsi riconoscere** (e in questo caso potrà avere forma molto semplice) e quella interiore ci rende invisibili addirittura a noi stessi.
- **di protezione** (del volto o delle vie respiratorie) e quella interiore la costruiamo spesso, proprio per sentirci protetti, allontanando gli altri, gli ipotetici nemici, a causa dei nostri atteggiamenti, sguardi o parole
- **per anestesia** (dispositivo per la somministrazione degli anestetici volatili) allo stesso modo la maschera interiore ci toglie la sensibilità, rendendoci cinici, rigidi con noi stessi e con il mondo.
- **Antigas e antipolvere**, allo stesso modo quella interiore ci isola dal mondo, per paura di essere contaminati, mantenendoci a debita distanza dalle prove, dalle esperienze e dal confronto con gli altri.
- **per saldatori** per proteggere il volto e gli occhi dalle scintille e anche dalla luce abbagliante dei metalli incandescenti, allo stesso modo quelle interiori ci fanno prendere numerosi abbagli e non ci aiutano a riconoscere le illusioni.
- **subacquea** dispositivo di gomma usato da pescatori subacquei e sommozzatori, allo stesso modo quella interiore ci induce a creare situazioni in cui ci sentiamo sempre con l'acqua alla gola.
- **per l'ossigeno**, allo stesso modo quella interiore ci induce a creare situazioni in cui ci sentiamo sempre con il fiato corto.

DO L'Oro al RE...il RE è NUDO

Il dolore pur andando alla testa, alla ricerca dell'antidoto che i lobi cerebrali producono per lenirlo, non è detto che riesca ad essere immediatamente compreso nella sua funzione educativa, bensì per evitare "di mandarci via di testa" e farci diventar pazzi, il dolore crea la maschera di sopravvivenza la quale, diventando tanto attillata, quanto la forza della paura che la sostiene, ci rende ciechi al fine di convincerci a non vederla e, semmai la notassimo, fingeremmo, mentendo spudoratamente.

La fiaba *I vestiti nuovi dell'imperatore* (o *Gli abiti nuovi dell'imperatore*) scritta da Hans Christian Andersen, esprime benissimo come gli occhi vogliano mantenere viva l'illusione, piuttosto che farla cadere, per affrontare la nuda verità e la realtà dei fatti.

Il cervello, se gli occhi svelassero l'inganno, non è sempre preparato a accettare l'evidenza e potrebbe, essendo ancora "fragile", non sopportarla e corregge lo sguardo per continuare a vedere nel modo che lo salva dal pericolo.

Questo sta a significare che, la ferita ha bisogno del proprio tempo per essere messa a nudo, tant'è che se lo prende, educandoci a non voler togliere la "crostina" prima che la verità sia venuta a galla con il dovuto tempo necessario per educare il cervello ad accettarla senza scandalizzarsi, evita di negarla ulteriormente.

La fiaba di Andersen parla di un imperatore vanitoso, completamente dedito alla cura del suo aspetto esteriore, e in particolare del suo abbigliamento (gli abiti mentali, le abitudini)

Un giorno due imbroglioni giunti in città spargono la voce di essere tessitori e di avere a disposizione un nuovo e formidabile tessuto, sottile, leggero e meraviglioso, con la peculiarità di risultare invisibile agli stolti e agli indegni.

I due imbroglioni sono i lobi cerebrali i quali tessono le trame mentali (il tessuto leggero e meraviglioso) che, come il canto delle sirene, ammaliano il

corpo, che diventa invisibile, così da annerire anche gli occhi e anestetizzare la visione.

I cortigiani inviati dal re non riescono a vederlo; ma per non essere giudicati male, riferiscono all'imperatore lodando la magnificenza del tessuto.

L'imperatore, convinto, si fa preparare dagli imbrogliatori un abito.

Quando questo gli viene consegnato, però, l'imperatore si rende conto di non essere neppure lui in grado di vedere alcunché; attribuendo la non visione del tessuto a una sua indegnità che egli certo conosce, e come i suoi cortigiani prima di lui, anch'egli decide di fingere e di mostrarsi estasiato per il lavoro dei tessitori.

Col nuovo vestito sfilava per le vie della città di fronte a una folla di cittadini i quali applaudono e lodano a gran voce l'eleganza del sovrano, pur non vedendo alcunché nemmeno essi e anzi sentendosi segretamente colpevoli di inconfessata indegnità.

L'incantesimo è spezzato da un **bimbo** che, sgranando gli occhi, grida **con innocenza** "Ma il re non ha niente addosso!" (o, secondo una variante, "Il re è nudo!").

Nonostante ciò, il sovrano continua imperterrito a sfilare come se nulla fosse successo.

Non c'è peggior sordo di chi non vuol sentire
e cieco di chi non vuol vedere, dice infatti il proverbio.

Occorre che il Re ceda al Dolore, perché questi lo possa veramente trasformare in Oro, quello che lo fa essere ricco piuttosto che avere ricchezza, dandogli sollievo e accettazione, donandogli la pace dell'anima.

Se il misero **Re** trovasse la forza di gettare i propri **abiti mentali ossia il suo "oro materiale"** e riuscisse a donarlo al **vero RE, il cuore**, allora la sua anima si unirebbe al corpo (la materia), celebrando il **vero matrimonio** per mezzo del quale potrà utilizzare senza remore, tutto l'oro del vero Re, il suo **patrimonio** per realizzare, sulla Terra, lo scopo della propria nascita in forma umana.

Come è scritto nell'Apocalisse di S. Giovanni, di cui parleremo in occasione delle ferite da Ingiustizia, al passo 3, 7-13 dice che "*quando Dio apre nessuno chiude e quando chiude nessuno apre*" a dimostrare, secondo me, che chi si offre a seguire la proposta di Dio, gli apre Porte inaspettate che nessuno potrà chiudere, ma nello stesso modo, se Dio decide di chiuderci dei percorsi di vita, nessuno, nemmeno noi, potremmo aprirli.

In questo passo dell'Apocalisse il messaggio è rivolto all'angelo della Chiesa di Filadelfia, ossia al messaggero del gruppo di anime (chiesa) che hanno liberamente scelto di unirsi per sostenere e esprimere nei fatti, il valore dell'Amore Fraterno (traduzione del termine Filadelfia dal greco **Philadelphos** Φιλαδέλφος)

Apocalisse 3,7-13

7 All'angelo della Chiesa di Filadelfia scrivi:

Così parla il Santo, il Verace,

Colui che ha la chiave di Davide:

quando egli apre nessuno chiude,

e quando chiude nessuno apre.

8 *Conosco le tue opere. **Ho aperto davanti a te una porta che nessuno può chiudere.** Per quanto tu abbia poca forza, pure hai osservato la mia parola e non hai rinnegato il mio nome.*

9 *Ebbene, ti faccio dono di alcuni della sinagoga di satana - di quelli che si dicono Giudei, ma mentono perché non lo sono -: li farò venire perché si prostrino ai tuoi piedi e sappiano che io ti ho amato. **10 Poiché hai osservato con costanza la mia parola, anch'io ti preserverò nell'ora della tentazione che sta per venire sul mondo intero, per mettere alla prova gli abitanti della terra. 11 Verrò presto. Tieni saldo quello che hai, perché nessuno ti tolga la corona. 12** Il vincitore lo porrò come una colonna nel tempio del mio Dio e non ne uscirà mai più. Inciderò su di lui il nome del mio Dio e il nome della città del mio Dio, **della nuova Gerusalemme che discende dal cielo** (nda. ne riparleremo nella ferita da ingiustizia) *da presso il mio Dio, insieme con il mio nome nuovo. 13* **Chi ha orecchi, ascolti ciò che lo Spirito dice alle Chiese.***

Quella del Re Nudo di Andersen è una fiaba, che l'autore colse per ispirazione nel ventre eterico della fantasia, e in quanto tale trasmette la difficoltà di abbandonare gli abiti mentali e di riconoscere quanto fossero inesistenti.

Fiabe non sono invece le vicende umane di tanti Figli di Re che, ispirati da Dio, abbandonarono le fantasie di una vita goliardica e scontata, misera e banale, spogliandosi degli abiti regali per liberarsi veramente dal dolore, entrando in comunione con Dio.

Tra i tanti Figli di Re di cui la storia narra l'esistenza e le imprese, che si spogliarono di tutto per mettersi al servizio del Vero Re che dimora nel Cuore, così da arrivare spogli alle sacre spoglie, c'è quella del principe **Siddhārtha Gautama detto il Buddha**, il quale ansioso di risolvere il problema esistenziale alla base della vita umana, il **dolore**, abbandonò la vita di corte per intraprendere **la via della liberazione**.

I suoi insegnamenti sono incentrati sulle **Quattro Nobili Verità**, cardine e fondamento della dottrina che da lui nacque e si sviluppò, formulate qui di seguito:

« Oh monaci, il Tathāgatha, il Venerabile, il Perfettamente risvegliato, ha messo in moto presso Vāraṇasī, a Isipatana (Sarnath), nel Parco delle gazzelle, l'incomparabile ruota della Legge (dhammacakka), che non può essere ostacolata da alcun asceta o brāhamana o deva o Māra o Brahmā né da chiunque altro al mondo - la ruota della Legge, cioè l'annunciazione, l'esposizione, la dichiarazione, la manifestazione, la determinazione, la chiarificazione, l'esposizione dettagliata delle Quattro nobili verità. E di quali quattro?

- della nobile verità del dolore
- della nobile verità dell'origine del dolore
- della nobile verità della cessazione del dolore
- della nobile verità della via che porta alla cessazione del dolore. »

(Buddha Shakyamuni Saccavibhaṅga Sutta, Majjhima Nikāya, 141¹)

1. La vita è sofferenza
2. L'origine della sofferenza è l'attaccamento
3. La cessazione della sofferenza è possibile
4. Il percorso per la cessazione della sofferenza.

La Prima Nobile Verità è che la vita è sofferenza.

Per vivere, si deve soffrire. È impossibile vivere senza sperimentare qualche tipo di sofferenza. Dobbiamo soffrire sofferenza fisica come malattia, danno, esaurimento, vecchiaia ed eventualmente la morte e dobbiamo soffrire sofferenza psicologica come solitudine, frustrazioni, paura, vergogna, delusione, ira, etc.

Il "dolore" non è colpa del mondo, né del fato o di una divinità; né avviene per caso. Ha origine dentro di noi, dalla ricerca della felicità in ciò che è transitorio, spinti dalla sete, o brama per ciò che non è soddisfacente

Nella vita degli esseri senzienti è insita la "sofferenza"; tale esperienza del dolore riguarda anche i momenti di "appagamento" e "serenità" in quanto essi stessi effimeri. Nei testi canonici il Buddha Shakyamuni individua otto tipi di dolore:

1. Il dolore della nascita, causato dalle caratteristiche del parto e dal fatto di generare le sofferenze future.
2. Il dolore della vecchiaia, che indica l'aspetto di degrado della non permanenza in vita
3. Il dolore della malattia, determinato dallo squilibrio fisico.
4. Il dolore della morte, generato dalla perdita della vita.
5. Il dolore causato dall'essere vicini a ciò che non "piace".
6. Il dolore causato dall'essere lontani da ciò che si "desidera".
7. Il dolore causato dal non "ottenere" ciò che si "desidera".
8. Il dolore causato dai cinque skandha (o aggregati), ovvero dalla loro unione e dalla loro separazione. Questi sono: il corpo, (rūpa), quale

manifestazione dei 4 elementi terra, aria, fuoco e acqua; le sensazioni (vedanā); le percezioni (saññā); le formazioni mentali (sankhāra); la coscienza (viññāna).

Il dolore non è un elemento esistenziale solo dell'essere nel suo aspetto umano, bensì prima di tutto **è la condizione che l'anima accetta, scegliendo di diventare umana e di fare esperienza nella realtà densa della materia.**

Infatti, come ho già espresso diverse volte, le 5 ferite appartengono al disagio dell'anima che entra nella realtà umana della dimenticanza e, di riflesso, si ripercuotono sulla sua esperienza corporea, mentale, emotiva così che, distandosi dall'oblio del mondo, possa riconoscerle, prenderle in considerazione, ammetterle e risolverle, per giungere, consapevolmente, alla completa liberazione dal dolore che contengono e sentirsi a proprio agio nel mondo.

Attraverso una riflessione che segue una logica razionale, oserei dire che l'anima, dal momento in cui acconsente alla proposta che Dio gli fa di vivere l'esperienza nella realtà del mondo denso della materia, accetta consapevolmente di dover vivere **4 traumi** e di sottoporsi alla prova del dolore, per comprenderne la funzione di liberazione e crescita.

• **Il primo trauma** l'anima lo vive nel momento in cui si **distacca da Dio** per entrare nel grembo di una donna. L'anima crede di essersi distaccata poiché, dovendo diventare "densa", perde il senso di unità con Dio che, ovviamente, non si è mai da lei separato. L'anima in balia dell'oblio credo che sia stato Dio ad abbandonarla e a separarsi da lei.

• **Il secondo trauma** l'anima lo vive quando **entra nel Corpo della Donna**, sua Mamma, ossia nella camera in cui inizia la danza nella gravidanza, per acquisire la densa forma umana, adatta per vivere nel mondo della materia

terrestre. La madre è l'incubatrice che permette all'anima di entrare nel Cubo (la materia) che, se non è accettato, diventa un incubo, ma di questo ne parleremo durante la ferita da umiliazione.

• **Il terzo trauma** lo vive **durante il parto**, per mezzo del quale l'anima divenuta corpo denso, esce dal luogo sicuro del grembo materno al quale si era adattata, per introdursi nella vita terrestre e continuare l'attraversata dell'impossibile, chiamata destino. La vita dell'anima nella condizione terrestre è un percorso alla cieca, perché deve imparare a fidarsi e affidarsi a tre ciechi: l'amore, la fortuna e il destino. In questo cammino può decidere se brancolare nel buio, oppure se si affida al suono del cuore, acquisisce la Fede e cammina senza timore. Poiché non sempre riesce e vuole dare ascolto al cuore che la guida in questa attraversata, allora si provoca dolore, entrando nel cammino del mondo per farsi liberare.

• **Il quarto trauma**, infine lo vive distaccandosi dal corpo materiale, durante il trapasso dall'aldiquà all'aldilà per ricongiungersi a Dio.

Posso quindi, in sintesi, supporre che l'anima decidendo di affrontare l'esperienza umana, deve accettare di indossare abiti, abitudini e abitazioni dai quali farsi ammanettare, stringere, soffocare se diventano stretti e scomodi oppure, fin dal principio della sua vita concreta, conservarli puri, puliti e accomodanti, altrimenti dovrà, a causa del dolore che essi generano, spogliarsene in seguito per scegliere quelli della vera libertà.

1. Il Primo vestito dell'anima è l'**Abito del Corpo Materno**, dal quale, pur distaccandosi al momento del parto, dovrà allontanarne le memorie emozionali, psichiche, esperienziali acquisite passivamente, stando in lei per il tempo della gravidanza.

2. Il secondo vestito dell'anima è l'**Abito del proprio Corpo** che dovrà mantenere pulito oppure riportare al suo splendore, avendolo corrotto a causa di scelte di vita che l'hanno allontanato dal destino, quindi dalla strada di unione con Dio.

3. Il terzo vestito dell'Anima è l'**Abito del Mondo**, che si è costruita per sentirsi parte del mondo e parte della vita umana, sebbene queste scelte l'abbiamo allontanata dalla sua vera natura e abbia acquisito il senso di inadeguatezza e inadattabilità.

4. Il quarto vestito infine, è l'**Abito Dorato**, la veste del Cuore libero, quello che si conquista in virtù di scelte appropriate, liberandosi dagli altri tre abiti indossati inconsapevolmente o per accomodarsi la vita non essendo riuscita ad accettare le sue prove difficili.

LE FERITE DELL'ANIMA: NESSI LOGICI e CONGETTURE

Prima di iniziare ad affrontare le 5 ferite singolarmente, dopo questa lunga ma necessaria premessa, atta a entrare nello stesso ordine logico e comprendere un linguaggio comune, ritengo sia doveroso onorare nuovamente il prezioso contributo che Louise Bourbeau ha saputo donare al mondo, scrivendo e pubblicando il libro, per mezzo del quale, per prima ha saputo portare alla luce e in risalto la loro esistenza.

Nel riconoscerne l'importanza e valorizzarne la forza trasformante che conserva nelle sue pagine e trasmette a chi si immerge nella sua lettura, senza nessuna critica ma con spirito di rafforzamento del messaggio in esso contenuto, mi sono reso conto che la scrittrice ha sì elencato e descritto le 5 ferite e le 5 maschere, ma non ha dato soluzioni per poterle frantumare, cadere e trasformare il dolore in opportunità evolutiva.

Ecco che mi sono sentito libero di prendere in considerazione il suo operato, con il tentativo di poter sciogliere il nodo, cioè la maschera, per mezzo dell'esperienza teorica e pratica con i cristalli, e dare un senso all'esperienza del passato da cui è scaturito il dolore, al fine di poterlo onorare e lasciarlo andare, per diventarne immuni e liberi.

L'immunità è un processo di conoscenza che si acquisisce sia fisicamente che spiritualmente, affrontando il disagio o la malattia in modo attivo, propositivo, considerandoli opportunità di crescita piuttosto che tiri mancini della vita, così da crearsi o gli anticorpi o nuove visioni, entrambi necessari per guarire e, soprattutto per non ammalarsi più o ricadere nuovamente nello stesso ingranaggio abitudinario.

Poiché immune letteralmente significa libero, la libertà, quindi la liberazione dal dolore, è un percorso di consapevolezza attiva, che si attua rivedendo con occhi nuovi, privi di dolore, quindi innocenti, gli accadimenti che in passato la vita ci ha proposto, come li abbiamo o non abbiamo affrontati,

accettati, compresi e quanto la scelta di viverli o evitarli, onorarli o bestemmiarli, abbia alterato il nostro essere e generato la qualità e la percezione del nostro futuro, che ora è il nostro presente.

Con i cristalli e la loro preziosa collaborazione attiva è possibile riportare alla memoria l'evento del passato che ci ha coinvolti, travolti, stravolti a tal punto da sentirci feriti, riconoscere la maschera che ci siamo creati per sopravvivere al dolore e, soprattutto, una volta che la maschera è crollata e l'evento è stato consapevolizzato, trovare la soluzione per trasformare la ferita in liberazione.

Nello schema seguente sono riportate le 5 ferite con le maschere corrispondenti e le 5 soluzioni trasformanti, derivanti e ottenibili attraverso l'esperienza concreta con i cristalli.

FERITA	MASCHERA	TRASFORMAZIONE
ABBANDONO	DIPENDENTE	ABBONDANZA
RIFIUTO	FUGGITIVO	RIFUGIO
UMILIAZIONE	MASOCHISTA	UMILTA'
TRADIMENTO	CONTROLORE	OSSERVAZIONE e TRADUZIONE
INGIUSTIZIA	RIGIDO	ACCONDISCENDENZA

Apparentemente, a colpo d'occhio, il modo in cui le 5 ferite sono state elencate, potrebbe non aver nessun senso logico e filologico ma, in verità, grazie invece all'esperienza acquisita con la pratica in questi due anni di

sperimentazioni, anche la loro sequenza ha un ordine ben definito, che permette di compiere con maggior consapevolezza, il percorso della loro conoscenza, riconoscimento e liberazione interiore.

Innanzitutto sia le prime due (abbandono e rifiuto), che le ultime due (tradimento e ingiustizia) sono fra di loro, complementari e consecutive, tant'è che talvolta:

- è l'una che nasce dall'altra e viceversa
- oppure sono consequenziali
- oppure umanamente riteniamo fermamente di possederne una, invece durante l'esperienza concreta, risulta che l'origine del dolore appartiene all'altra sua complementare.

Il percorso "I Cristalli e le Ferite dell'Anima" ha dimostrato quanto pensiamo di conoscere l'origine del nostro dolore e il fatto che ci ha ferito, ma quanto invece dobbiamo ammettere il contrario, perché spesso il dolore, per preservarci dalla pazzia e darci il tempo di comprenderlo, ci crei convinzioni salvifiche.

Questo percorso sfata con la presa di consapevolezza, i meccanismi sia sabotanti sia educativi, con cui il cervello utilizza il dolore e generi l'apparenza di una maschera, piuttosto che metterci faccia a faccia con la vera origine, la vera ferita, la vera maschera diversamente da come noi ce l'eravamo costruita o caparbiamente confezionata.

E' normale che all'inizio del percorso, spinti dall'entusiasmo di liberarsi dal dolore, dopo una vita di prigionie, chiunque affermi con esplicita e incrollabile volontà di intenti, di compierlo dal primo all'ultimo incontro, costi quel che costi a tutti i costi.

Ma, come i fatti hanno mostrato, tra ciò che l'uomo desidera e ciò che invece deve accadere, tra la sua compassata certezza e ciò che invece deve accettare, c'è sempre un netto divario e una palese evidenza dei fatti.

Inaspettati contrattempi o imprevisti lungo il percorso, lascia di stucco la certezza di chi pensava e credeva di dirigere i propri passi come avrebbe voluto, compiendo senza problema tutto il percorso, ritenendosi pieno padrone della propria vita così come capace di sapere quanto fosse pronto e preparato ad affrontare il dolore e di farlo quando avrebbe desiderato.

Per fortuna non è così e l'approccio con cui occorre avvicinarsi e predisporre a questo percorso, è quello di non pensare di conoscersi, è l'attendere l'inatteso e viverlo nel pieno stupore di interpretare gli eventi, tanto da comprendere sé stessi.

Altra riflessione che ho potuto cogliere, osservando la sequenza delle ferite nello schema appurandola, in seguito, con le prove evidenti e concrete della sperimentazione pratica, è che la terza ferita, quella dell'umiliazione, è l'ago della bilancia che collega le prime due alle ultime due, ossia che contiene parte degli effetti e strascichi delle prime due e prepara, attraverso le sue manifestazioni, all'esperienza delle ultime due.

Inoltre, ho potuto constatare che la quinta ferita, quella dell'ingiustizia è quella che, come nel gioco del nascondino, fa "libero per tutti", quella liberatoria totale, cioè, potremmo aver liberato completamente dal dolore tutte le altre quattro ma, se non liberiamo questa, dobbiamo ricominciare.

Viceversa, potremmo non aver risolto completamente tutte le altre quattro ma, se risolviamo l'ultima, a cascata anche le altre si risolvono, questo perché l'Ingiustizia è la madre di tutte le ferite.

In virtù dell'esperienza, infine, un'ulteriore riflessione che ho potuto cogliere è quella di considerare il percorso alla pari di un iter scolastico di cinque anni, in cui le classi dispari, ossia la prima, la terza e la quinta, sono le più impegnative.

La prima classe, quindi la corrispondente ferita, in quanto tale è quella introduttiva per mezzo della quale si entra nel discorso educativo, si

incomincia a mettersi in discussione e si parte con l'affrontare l'ambiente e la coscienza di studio.

La terza classe, quindi la ferita da umiliazione, è quella che da inizio al triennio, quindi spesso è correlata dal cambio di materie, insegnanti ed è considerabile come una pre-maturità, per cui occorre riadattarsi a nuovi tempi, a nuovi concetti e approfondire argomenti nuovi.

La terza ferita infatti, alla pari della terza classe scolastica, è quella che ci chiederà di cambiare forma mentis, di cedere ciò che ci rende ancora pesanti tra cui gli attaccamenti e le convinzioni, al fine di diventare malleabili e sottili, tant'è che l'ho definita: "la porta stretta", passata la quale poi, quelle successive, sono una passeggiata.

La quinta classe, infine, quindi l'ultima ferita, è quella in cui vi è l'esame finale, è perciò quella che libera tutte le altre e ci permette di poter accedere a una scuola superiore.

Ultima riflessione è la seguente:

Ogni ferita genera la maschera ma, viceversa, ogni maschera provoca la ferita, ossia possiamo sentirci feriti quindi costruirci la maschera di salvezza oppure a causa di atteggiamenti, abitudini, convinzioni e maschere, essere gli artefici della ferita stessa oltre che ferire gli altri.

Siamo quindi a volte vittime altre carnefici, a volte accusiamo il colpo altre lo causiamo, addirittura verso noi stessi, o da noi stessi senza nemmeno rendercene conto.

Ecco allora che:

La ferita d'Abbandono crea la maschera del Dipendente:

- ci rende dipendenti
- oppure rende gli altri nostri dipendenti, diventando noi tiranni

Mentre la maschera del Dipendente provoca la ferita dell'Abbandono, l'essere troppo abitudinari, troppo dipendenti dalle certezze a causa della

paura dell'ignoto, l'averne troppi attaccamenti al punto da non riuscire a separarsene, ci porta ad abbandonare gli altri, il nostro destino, a buttarci via piuttosto che lasciarci andare.

La ferita da Rifiuto crea la maschera del Fuggitivo, fuggiamo per paura di essere di nuovo rifiutati, mentre la maschera del Fuggitivo provoca la ferita da Rifiuto, in quanto sfuggenti facciamo in modo di essere dagli altri rifiutati e rifiutiamo gli altri o le situazioni che la vita ci propone

La ferita da Umiliazione crea la maschera del masochista, cioè colui che si complica la vita, mentre la maschera del masochista provoca la ferita da umiliazione di chi inevitabilmente non riesce a uscire dagli schemi ripetitivi o a cambiare atteggiamenti, si umilia da solo o fa in modo che gli altri lo umiliano.

La ferita da Tradimento crea la maschera del controllore, di colui che vive come in uno stato d'assedio in cui si guarda alle spalle, oppure controlla gli altri per evitare che lo tradiscano nuovamente, mentre la maschera del controllore provoca la ferita da tradimento, di chi troppo controlla se stesso e il mondo, che viene costantemente tradito sia dalle aspettative sia che tradisce il proprio destino.

La ferita da Ingiustizia, infine, crea la maschera del rigido, cioè colui che avendo ricevuto dalla vita uno schiaffo inaspettato, diventa cinico e compassato, mentre la maschera del rigido provoca l'ingiustizia, chi ha assunto una mente rigida e vede il mondo e ogni cosa ingiusta.

RIASSUMENDO

Le ferite prima ancora di essere subite o provocate dall'essere nel suo aspetto umano, quindi nate e sviluppatasi in relazione al suo rapporto con se stesso, il mondo, le persone e gli accadimenti che la vita gli pone innanzi, appartengono all'essere in quanto anima, perciò scaturiscono dalla sua incapacità di rimanere in comunione e comunicazione con Dio, pur vivendo in una dimensione più densa rispetto alla madre-patria celeste da cui proviene.

Quindi l'anima diventata umana, nel momento in cui si dissocia da Dio a causa del dolore, sente e vede la vita con gli occhi umani, quelli cioè uniti al cervello, piuttosto che continuare a dare un senso all'esperienza, sentendo e osservando tutto alla luce della verità, percepita dal cuore innocente.

Ecco allora che l'anima divenuta umana, in questa condizione di dissociazione da Dio, si sente abbandonata, rifiutata, umiliata, tradita e vittima di ingiustizie da parte di Dio, al punto da decidere deliberatamente di abbandonarlo, di rifiutarlo, di farsi del male, di tradirlo e di giudicarlo.