Erica Francesca Poli

ANATOMIA DELLA COSCIENZA QUANTICA

La fisica dell'auto-guarigione

Anima Edizioni

COLLANA

MEDICINA PER L'ANIMA

Erica Francesca Poli

ANATOMIA DELLA COSCIENZA QUANTICA

La fisica dell'auto-guarigione

Anima Edizioni

© Anima Edizioni. Milano, 2016
© Erica Francesca Poli, 2016

Immagini: Fig. 6
© akiradesigns - Fotolia.com
© Amelie - Fotolia.com

I diritti di traduzione, di memorizzazione elettronica, di riproduzione e di adattamento totale o parziale con qualsiasi mezzo (compresi i microfilm e le copie fotostatiche), sono riservati per tutti i paesi. Per i diritti di utilizzo contattare l'editore.

Per motivi di privacy, salvo ove diversamente indicato, i casi sono stati modificati in alcuni dettagli e i nomi delle persone nelle testimonianze sono stati sostituiti con pseudonimi.

Progetto editoriale: Jonathan Falcone
Direzione: Timoteo Falcone

Redazione: Sabrina Lescio
Editing: Carlo Animato

ANIMA s.r.l.
Gall. Unione, 1 – 20122 Milano
Tel. 02 72080619
e-mail: info@animaedizioni.it
www.animaedizioni.it

Tipografia Italgrafica
Via Verbano, 146
28100 Novara

Edizione digitale: giugno 2016

ISBN: 9788863653588

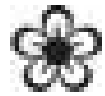
Edizione digitale realizzata da **Simplicissimus Book Farm srl**

A mia mamma Cristina.
Solo un libro che osasse l'oltre
poteva esserle dedicato.
A lei che è
ardua regina del no,
a lei che è
àncora dell'impossibile,
danzatrice e filosofa segreta.
A lei, l'unica a cui chiedere aiuto
per dipanare i misteri…
con amore, tenerezza e riconoscenza.

A tutti i viaggiatori del tempo
sulla via del senzatempo.

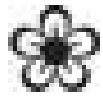
“Sono un medico organicista che ha attraversato 50 anni di medicina scientifica: in realtà, solo da pochi anni , attraverso la biologia e la fisica quantistica, la definizione di scienza può essere finalmente applicata alla medicina. Invito pertanto i miei colleghi e il lettore in generale, ad affrontare la lettura di questo libro con la mente aperta a una innovativa medicina sia in senso terapeutico sia in senso preventivo”.

Prof. Enzo Soresi, medico chirurgo, specialista in Pneumologia e Oncologia clinica,
autore de *Il Cervello anarchico,* UTET.



“Se atomi, molecole, cellule e secoli di riduzionismo ti hanno fatto smarrire la strada, in un vicolo cieco di risposte confuse che non ti convincono più, *Anatomia della Coscienza Quantica*, accenderà per te un riappacificante filo conduttore tra mente, scienza, spirito e materia”.

Prof. Giovanni Bartoloni, medico chirurgo, Ordinario di Anatomia Patologica presso l’Università degli Studi di Catania, Dirigente medico.



“Condividere le esperienze descritte in questo libro con Erica F. Poli è come prendere contatto con un immenso data-base universale dove tutti possono avere accesso all’Uno e al Sé”.

John Hawk, ricercatore indipendente.

PREFAZIONE

"Nulla esiste nell'universo che non sia nel corpo umano, nulla esiste nel corpo umano che non sia nell'universo."
(cit. in *Medicina Quantistica*, pref. di Franco Fraschini)

Coscienza quantica: due parole apparentemente difficili, quantomeno di complessa definizione, per esprimere qualcosa che in realtà è probabilmente molto più intuitivo che razionale e sottende la nostra più intima essenza.

Domande come “chi siamo?”, “da dove veniamo?”, “dove andiamo?”, “cosa c’era prima del Big Bang?”, “se l’universo contiene tutto, cosa contiene l’universo?” e via così, fino a “c’è qualcosa dopo la morte? E prima della nascita?”... domande come queste forse le riteniamo buone per i filosofi, gli adolescenti e i matti, categorie talora anche sovrapponibili.

Eppure chi di noi non se le è mai poste?

Poi, la routine della vita, con le sue concrete illusioni – illusioni per gli uomini dei Veda, concrete per noi che abbiamo le bollette da pagare a fine mese – dilava la nostra iniziale e universale inclinazione metafisica e ci

porta giù, molto più giù, fino al sonno profondo di chi non si pone più domande di questo genere.

È spesso allora che giunge una malattia, un dramma, un fallimento, un lutto.

E chi lo vive ecco che torna a porsele, queste domande.

Se le pone... oppure muore, nei vari sensi che si possono dare alla morte.

Si muore anche per assenza di coscienza o di passione, come sapeva bene Pablo Neruda.

Si vive grazie a essa, quella facoltà misteriosa che nella sua più basica manifestazione è collegata alla veglia, all'attenzione, alla concentrazione e nelle sue pieghe più profonde attiene ai

confessionali, ai misteri degli alchimisti e in qualche caso anche allo studio dello psichiatra, soprattutto se lo psichiatra è uno di quelli che questo genere di domande non hanno smesso di porsele.

Appartengono alla stessa categoria di quesiti anche quelli del genere: “perché alcuni si ammalano e altri no?”, “perché proprio in quell’organo e non in un altro?”, “perché alcuni guariscono e altri no?”, “perché se dico ai miei capelli di crescere o al mio grasso di scomparire non accade e invece senza dire nulla una ferita guarisce?”, e così via...

Lo ammetto, credo di avere scelto, tantissimo tempo fa, posto che il tempo esista, di fare la psichiatra per essere certa che non avrei mai smesso di pormi

domande.

La mia professione è stata fin dall'inizio il migliore dei pretesti per continuare a stare a contatto con i misteri.

E sono stata molto fortunata o molto lungimirante, a seconda che crediate nel caso, nella sincronicità o nella co-creazione della realtà, concetto di cui non potremo fare a meno di parlare anche in questo libro.

Mi è andata bene: perché oggi è la scienza stessa, con le più recenti acquisizioni di neuroscienze e fisica quantistica, a condurci al principio, in realtà antico, per il quale noi siamo un campo energetico emotivo, che si manifesta per mezzo di un corpo.

La medicina ufficiale ha già riconosciuto, meglio tardi che mai, il ruolo che la psiche ha nell'insorgenza di molte patologie.

I cardiologi hanno evidenziato ad esempio come la personalità di tipo A (competitiva, aggressiva) correli con l'infarto, come la depressione correli con l'ipercortisolemia e lo stato infiammatorio cronico alla base di molte patologie neurodegenerative e oncologiche, e così via.

Anche il ruolo che la psiche potrebbe avere nel migliorare lo stato di salute di una persona e nel favorirne l'autoguarigione è salito all'attenzione della medicina istituzionale, tanto da far parlare Umberto Veronesi, durante un

discorso ufficiale tenuto al Parlamento, dell'importanza dell'Anima nella medicina e da fargli scrivere testualmente, nel sito dell'Istituto Europeo Oncologico di Milano (a proposito di un progetto che vede l'applicazione della psicoterapia di gruppo con i pazienti oncologici), che "la mente gioca quindi un ruolo da 'antitumorale' non poco efficace" e che "la depressione clinica non è un disturbo solo psicologico, ma una malattia che può indebolire l'organismo anche sul piano biologico".

Ma, nonostante questo, ancora oggi, la scienza, l'amata scienza del nostro secolo, avanza inesorabile fino alle domande che la mettono in scacco, come

il cavaliere che corre veloce per sfuggire la morte fino a Samarcanda, dove la morte lo aspetta.

È la scienza a dirci che, se teniamo presente come una verità scientifica non sia altro che la migliore spiegazione che possiamo produrre attualmente per interpretare e predire degli eventi, allora dobbiamo ammettere che la visione materialistica della realtà non permette di comprendere, spiegare e tantomeno predire una svariata serie di fenomeni che vanno dal perché una persona si ammala, e proprio in quell'organo, al perché il corpo invecchia, visto che le cellule continuano a rinnovarsi e replicarsi; dal perché alcune cellule improvvisamente

diventano “tumorali” al perché accadono guarigioni stra-ordinarie; da come funziona davvero il placebo, e in che modo attivarlo in tutti gli individui al massimo del suo potere, fino a domande cosmologiche come quelle che si pone il biologo Robert Lanza, insieme al fisico Bob Berman, nel libro *Biocentrismo*, del tipo: “cosa c’era prima del Big Bang?”, oppure “dove si trova l’universo?”; e ancora: “come mai tutte le costanti calcolate nell’universo indicano che esso è finemente accordato per favorire la vita esattamente così come è?”.

È la scienza a dirci che, continuando a partire dal presupposto che la vita e la coscienza siano sottoprodotti casuali di

leggi fisiche, ha finito per arenarsi in teorie non verificabili o sparire in quel 96% di universo formato da materia oscura ed energia oscura, le quali praticamente non sappiamo cosa siano, ma a quanto pare la fanno da padrone in quella che chiamiamo realtà.

E se fosse tutto il contrario? Se la vita e la coscienza fossero alla base di tutto? Se non fossero saltate fuori da una giocata fortunata ai dadi del cosmo, o per l'urto un po' più forte di qualche "pallina" atomica, così come ci hanno insegnato a scuola?

Se la vita e la coscienza fossero l'informazione del campo stesso in cui si manifestano?

"Cabalisti e alchimisti di tutto il

mondo unitevi!”: mai come oggi le scienze di frontiera, fisica quantistica, neuroscienze, giungono proprio a sfiorare concetti che abitano da sempre la mistica, l’alchimia, lo sciamanesimo, l’insegnamento vedico, buddista, zen, taoista.

Sappiamo, infatti, che ciò che noi percepiamo come reale è l’espressione della percezione della nostra coscienza: il comportamento delle particelle subatomiche che costituiscono la materia è irriducibilmente connesso con la coscienza che lo osserva, senza la quale la materia non sarebbe che un’onda di probabilità tra infinite onde.

Tempo e spazio non sono dimensioni esterne a noi e indipendenti, non sono

qualcosa di fisico e reale, ma sono schemi interpretativi della nostra mente cognitiva che modella le percezioni in chiave tridimensionale.

Sappiamo che il nostro cervello può funzionare su differenti piani di coscienza, fino a quegli stati di improvvisa lucidità e connessione nei quali il tempo svanisce, gli oggetti perdono la loro individualità e nulla nell'essere è più separato dal resto, in una percezione finalmente omnicomprensiva.

Alle frontiere della scienza d'avanguardia più rigorosa, apparecchi ed esperimenti sempre più raffinati permettono di studiare le emissioni elettromagnetiche anche nei sistemi

biologici, aprendo la strada a una nuova medicina che si evolve attraverso la fisica dei quanti e la neuro-quantistica.

Le ricerche degli ultimi decenni ci conducono in un'unica direzione: vedere l'essere umano prima di tutto come sede di fenomeni energetici.

La natura biologica vive di segnali che agiscono a distanza e istantaneamente da cellula a cellula, da molecola a molecola, nel DNA, nell'acqua informata del nostro corpo: è così che una sostanza riconosce il suo recettore da qualche parte nell'organismo e agisce proprio dove deve agire.

L'esistenza di codici di riconoscimento è stata messa in

evidenza in primis nel DNA ma ormai è ben nota la sua presenza in tutte le biomolecole, che dunque non interagiscono a caso, ma secondo pattern di comunicazione ben precisi.

Immaginate una molecola, che a partire da distanze infinitesime dell'ordine di pochi Angstrom (1 Å equivale a 1 centomilionesimo di centimetro), viaggia in tutto il corpo, magari dall'ipofisi fino al suo recettore nei surreni e non sbaglia, mai.

L'unica forza in grado di interagire sia nell'infinitamente piccolo, con le molecole, sia coprendo lunghe distanze, è la forza del campo elettromagnetico che, infatti, è stato dimostrato giocare un ruolo fondamentale per la coesione della

sostanza liquida e solida.

Esiste allora un livello elettromagnetico della materia, una dimensione sottile della materia stessa che dialoga con le dimensioni dense, biochimiche e le regola.

Ma questo non riecheggia potentemente l'idea insita nel biblico: "*E in principio fu il Verbo*"?

In principio segnali impalpabili immateriali, onde, vibrazioni (e la voce non è forse vibrazione? la parola non è forse suono?) e da essi il risultato materico: parafrasando Niels Bohr, che soleva dire "*se la meccanica quantistica non ti ha provocato un forte shock significa che non l'hai capita bene*", se avete capito bene ciò

di cui stiamo parlando, non potete non provare una vertigine. Ma, per quanto mi riguarda, una vertigine piacevole ed elettrizzante, appunto.

Per comprendere la biologia davvero a fondo, la biochimica non può bastare, è necessario penetrare i meccanismi e i processi biofisici che abitano al di sotto di essa.

I "meccanismi che sottendono i meccanismi" sono le leggi dell'energia, che governano la materia: la vita appare così dominata non già da fenomeni chimici, che si susseguono nel tempo e nello spazio, ma da una rete fittissima di segnali biofisici istantanei e non locali che regola gli effettori biochimici.

Per chi studia e applica con

atteggiamento scientifico (nel senso di sperimentale, empirico, basato sull'efficacia dei risultati) le medicine cosiddette complementari, o tradizionali – medicina cinese, agopuntura, medicina ayurvedica – ma anche approcci a mediazione corporea, fitoterapia, omeopatia, e tutti gli approcci in passato definiti complementari (peraltro anche oggetto del piano di sviluppo WHO Traditional Medicine 2014-2023, che vede come obiettivo per tutti gli Stati membri l'introduzione di questi approcci, testualmente definiti come "*una parte sottostimata delle cure mediche*") nella sanità pubblica, risulta evidente il ricollegarsi profondo di queste antichissime discipline alle più

recenti scoperte della fisica dei quanti.

Oggi, infatti, la scienza ha dovuto ricredersi e accettare queste discipline con radici popolari, considerate superstizione in passato e oggi viste invece come saggezza, tanto da avere medici che le studiano: come il dott. Alberto Laffranchi, radiologo ma anche omeopata, che da anni all'Istituto dei Tumori di Milano cura e fa ricerca clinica sulla integrazione delle cure omeopatiche e fitoterapiche nella patologie tumorali, con risultati in alcuni casi stupefacenti e pubblicati su riviste scientifiche; o come il prof. Maurizio Grandi, oncologo di Torino che, nel suo centro La Torre, da anni opera in maniera integrata con terapie

convenzionali, fitoterapiche, omeopatiche; o ancora il prof. Franco Berrino, che ha creato un centro di alimentazione macrobiotica a Milano e introdotto i concetti orientali dell'alimentazione come energia e della meditazione all'Istituto dei Tumori di Milano.

Ma ormai anche nel sito dell'Anderson Cancer Center, considerato dagli oncologi uno dei centri di riferimento mondiale, si trova una sezione dedicata all'integrazione della chemioterapia con fitoterapia e omeopatia.

È chiaro che queste medicine concepiscono l'uomo come abitato non solo da processi biochimici e

molecolari, ma prima ancora da fenomeni biofisici e vibrazionali, nei quali rientrano l'elettromagnetismo, i concetti di frequenza, di risonanza, di interferenza costruttiva e distruttiva, e così via.

Del resto, anche nel cuore della medicina convenzionale occidentale queste energie nascoste, in realtà centrali nell'atomo e nella vita stessa, vengono già utilizzate da tempo: la risonanza magnetica nucleare, come dice il nome stesso, sfrutta il principio di risonanza degli atomi di idrogeno che compongono i tessuti per indagarne forma e struttura; l'elettrocardiogramma e l'elettroencefalogramma misurano appunto segnali elettrici provenienti

dall'attività del cuore e del cervello; e ancora pensiamo alla radioterapia e alla adroterapia, ai trattamenti con ultrasuoni, e così via...

Nulla di nuovo sotto il sole, dunque: qual è allora la novità?

La novità sta semplicemente nel fatto di considerare le implicazioni di tutto questo: noi utilizziamo energie fisiche, e non solo sostanze chimiche, per interagire con i sistemi biologici e anche per quanto riguarda le sostanze farmacologiche parliamo di farmacodinamica, cioè dell'insieme delle interazioni tra farmaci e recettori, oltre che di farmacocinetica.

Tutto questo, se capiamo bene di cosa stiamo parlando, non ci può che

condurre a considerare, proprio da un punto di vista scientifico, la rilevanza dell'energia nella nostra vita biologica.

Possiamo e dobbiamo a questo punto vedere l'organismo anche come un complesso di frequenze elettromagnetiche, di fenomeni di risonanza, fino a giungere a quelle che vengono chiamate energie deboli, ma che in realtà sono fondamentali nel mondo dell'infinitamente piccolo e fanno parte delle forze che regolano l'universo: forza gravitazionale, comune a tutta la materia, secondo la quale tutti i corpi materiali si attirano reciprocamente; forza nucleare forte, che agisce all'interno dei nuclei atomici tenendo assieme protoni e neutroni; e le

due forze deboli: forza elettromagnetica, prodotta dalle cariche elettriche, sia attrattiva che repulsiva; forza nucleare debole, che agisce all'interno dei nuclei atomici ed è responsabile della radioattività.

L'interrelazione e la sintesi tra fisica e medicina ci conducono a integrare potentemente il dato fisico nel sistema biologico: a partire dalle reminiscenze della fisica scolastica per giungere alla relatività di Einstein, alla ricerca sui biofotoni di Popp, fino al rapporto nucleoni/fotoni nell'atomo scoperto dal premio Nobel Rubbia e che ci conduce a vedere l'atomo come sostanzialmente fatto di vuoto per il 99%.

È così che si aprono orizzonti nuovi e

potenti per l'indagine profonda degli stati di salute e malattia e per altrettanto profondi interventi terapeutici alla radice più intima della nostra biologia e della nostra coscienza, così strettamente intrecciate, come gli studi che Ventura svolge a Bologna sui campi elettromagnetici.

La medicina potrebbe ambire realmente alla possibilità di agire prima che una malattia si manifesti, di predire la comparsa di sintomi ed evitarli, di evitare recidive penetrando i meccanismi energetici sottesi al sintomo, con un approccio anche meno cruento e meno colmo di collateralità, come accade a tutt'oggi con molte terapie mediche chirurgiche e

farmacologiche.

In questa logica, la patologia che appare nel manifesto come alterazione della struttura molecolare di un corpo, rimanda necessariamente a un'alterazione della rete elettromagnetica.

Il salto misterioso dalla mente al corpo sembra trovare nel campo elettromagnetico un orizzonte di nuova comprensione: in fondo il pensiero corrisponde a un'attività cerebrale, elettromagnetica, misurabile... perché dunque non considerare persino quasi ovvio che il pensiero sia in grado, in quanto segnale elettromagnetico, di interagire con la materia?

Possiamo dunque intervenire sul

piano dell'alterazione biochimica e molecolare, e questo è ciò che già sappiamo fare, con l'uso di sostanze chimiche da assumere, o possiamo agire sul piano elettromagnetico, sia con frequenze elettromagnetiche sia con una sorgente psichica di frequenze, o fare entrambe le cose.

Pensate all'uso dei mantra nelle medicine orientali: vibrazioni sonore che si trasmettono alla rete elettromagnetica dell'organismo...

Ecco il senso e l'importanza del sottoporre alla ricerca e allo studio rigoroso tutte quelle medicine cosiddette in passato complementari, diffusissime in tutto l'oriente del mondo e praticate da un numero sempre maggiore di

persone e di medici, così come del procedere nella ricerca sulla medicina quantistica: oggi disponiamo della comprensione scientifica dei meccanismi attraverso i quali esse agiscono, comprensione fino a pochi anni fa carente.

Dunque oggi possiamo intervenire sul piano energetico, applicando direttamente dall'esterno campi elettromagnetici, come nelle magnetoterapie, nell'elettroagopuntura, nelle terapie Bicom, Seqez, Diacom, Metatron, Ak-Tom, Papimi, e così via; oppure intervenire in modo indiretto sui segnali elettromagnetici attraverso quel generatore di elettromagnetismo che è il nostro cervello e forse, ancora più

potentemente, il cervello del nostro cuore, il cervello del nostro intestino e il cervello alla membrana di ogni cellula.

Tutto questo si ritrova nelle intuizioni dell'alchimia, dello sciamanesimo, del buddismo, della medicina cinese, ayurvedica, vietnamita, tibetana, nella cabala, e così via; ma oggi diviene, come ha scritto nel libro *Medicina quantistica* il prof. Franco Fraschini (Ordinario di Farmacologia presso la facoltà di Medicina dell'Università di Milano), "*materia con solide basi scientifiche che può, secondo noi, a pieno titolo transitare con tutto rispetto nella medicina ufficiale e nella scienza*".

Oggi i segnali elettromagnetici di cui vive la natura possono essere infatti misurati, persino memorizzati e riprodotti per essere restituiti a un tessuto, a un organo, alle cellule di cui è composto: questa è scienza, d'avanguardia, ma scienza.

Nella prefazione al già citato testo *Medicina quantistica*, testo prezioso e rigoroso di Piergiorgio Spaggiari e Caterina Tribbia (entrambi laureati sia in fisica che in medicina e rispettivamente direttore nel tempo di diverse aziende ospedaliere, docente alla facoltà di Farmacia e ricercatore al CNR l'uno; e medico oculista, docente di biofisica in molte facoltà, l'altra), l'allora Presidente Vicario

dell'Associazione Stampa Medica Italiana, Sergio Angeletti, citava un esempio fascinoso per comprendere al volo come i segnali biochimici siano sottesi da una rete biofisica.

Un maschio di falena agita le sue antenne piumose, sbatte le ali e vola fino a una femmina distante anche undici chilometri: è bastato che una semplice molecola, un feromone – un aroma d'amore, come lo definisce Angeletti – giungesse proprio lì, ai recettori delle sue antenne a farlo volare guidato dall'accrescersi dell'aroma...

Nel nostro corpo accade così, ogni istante, ogni millesimo di istante, in migliaia di cellule, tra decine di migliaia di molecole: un costante,

infinitesimo e infinito dialogo di aromi, segnali, vibrazioni, informazioni.

Una vita che vive sotto la nostra vita razionale e conscia, una vita e un'intelligenza interconnessa costantemente molto più che il nostro Web, che le nostre radio e telecomunicazioni, una rete intelligente dove abitano i segreti del cambiamento, della nascita, della morte e della guarigione.

Una coscienza in grado di orchestrare qualcosa che la mente razionale non può concepire.

L'alchimista lo sa, come lo sa oggi il medico che sia davvero attento ai progressi scientifici: esistono leggi di natura che sanno perfettamente cosa fare,

come e quando.

Lo sa Loreta, mia paziente, che mi dice durante una seduta: «S*ono andata nel mio orto, amo l'orto, amo lavorarci, ci vuole pazienza, ma lì accadono i miracoli. È un miracolo che da un seme si sviluppi una pianta. Lì tutto accade senza interferenze, c'è una verità lì, una forza, c'è una sapienza che non ha niente a che vedere con quella dei nostri pensieri. Quella sapienza mi serve per guarire, a quella mi voglio collegare, mi aiuti a farlo*».

Ha ragione: abbiamo oggi l'opportunità di essere i medici del seme, quelli che studiano e indagano con i codici dell'energia e dell'anima la coscienza che abita nel seme e "fa" la

realtà, con una mentalità analoga a quella del contadino che impara i segreti della natura e agisce in accordo alle forze invisibili che la animano, semina e attende, sa che tutto è unità e che materia e coscienza appartengono alla stessa legge.

Non c'è dominio sulla natura, né sul corpo che è natura, ma c'è rispetto e cura di chi custodisce segreti, di chi conosce leggi misteriose e permette il loro compimento.

Così è possibile vedere nel corpo le leggi dell'anima, nella materia le leggi dello spirito; così ogni organo, come insegna Paracelso, è una funzione; ogni organo, come direbbe Jung, è un archetipo; ogni organo, come direbbe il

medico cinese, è un'emozione, e un senso abita coscientemente ciò che nella materia accade.

La coscienza appare essere sempre più il fattore unificante sotteso a biologia, biochimica, biofisica e codici dell'anima.

Quando iniziamo a integrare questi piani, comprendiamo che guarire significa in ultima analisi poterci allineare con un campo di coscienza intelligente, universale e atemporale, come i saggi della cabala, dei Veda e delle filosofie antiche già sapevano.

Ora possiamo dire che guarire significa imparare a navigare in questo campo, realizzando così la possibilità di interagire con l'intelligenza cellulare e

la rete neurale, in accordo con le scoperte scientifiche che avvalorano oggi l'eterno primato della coscienza e della mente nel plasmare il corpo fisico.

Noi medici abbiamo dedicato finora il nostro impegno a studiare sistematicamente la materia di cui siamo fatti; ora giunge il tempo di studiare sistematicamente l'energia di cui siamo fatti e le vie di integrazione della nostra parte materiale con la nostra parte energetica.

Questo libro rappresenta un viaggio affascinante e avvincente attraverso la nostra essenza: una conoscenza che affonda le sue radici nelle più antiche religioni, nelle intuizioni dei grandi saggi, e oggi, finalmente, anche nelle più

recenti ricerche scientifiche.

Questo libro potrebbe essere lo strumento per attivare le risorse di autoguarigione insite in noi, questo libro potrebbe essere lo strumento per un salto quantico di coscienza.

Prima parte

La soglia del campo quantico

1. Il salto quantico

Immaginate, per quanto vi è possibile, un atomo, con il suo nucleo e i suoi elettroni.

Una struttura per il 99,9% vuota.

Già: a quanto pare, se togliessimo tutto lo spazio vuoto tra nucleo ed elettroni tutti i sei miliardi di abitanti della Terra ci starebbero nello spazio di una mela.

Carlo Rubbia ha ricevuto il Nobel per aver dimostrato che, in una massa, il

rapporto tra materia (nucleone) ed energia (fotone) è di circa uno a un miliardo, ovvero la materia visibile è soltanto la miliardesima parte della realtà.

Ora immaginate un grano di sale al centro della cupola di San Pietro a Roma e dei granelli di polvere che gli turbinano attorno nell'enorme vastità della cupola: ecco il nostro atomo.

Ora immaginiamo che un raggio di sole filtri da una vetrata e incida su uno di quei granelli, lo irradi e lo ecciti.

Il granello diviene un piccolo diamante sospeso e voi lo vedete fluttuare sospinto ancora più in alto da un alito d'aria: più in alto, eccolo brillare più su... ha compiuto il suo salto

quantico.

Anche l'elettrone fa così: per irradiazione o autoirradiazione, ci insegna la fisica, può "saltare" da un livello energetico a un altro nella struttura vibrante dell'atomo, fatto più di vuoto che di materia.

Il salto quantico, *quantum leap* o *quantum jump* è un passaggio repentino e discontinuo nel senso che non prevede che si attraversino stati intermedi e graduali; in fisica atomica esso accade per assorbimento o emissione di energia, per la precisione di una radiazione elettromagnetica sotto forma di un fotone, di energia pari alla differenza tra l'energia iniziale e finale dell'elettrone.

Si tratta sostanzialmente di un passaggio tra diversi stati di eccitazione, o meglio tra diversi stati dell'onda di probabilità degli elettroni.

Questi salti di energia possono essere calcolati in modo molto preciso attraverso l'equazione di Schrodinger e possono essere verificati misurando la luce emessa dall'atomo.

Il salto quantico è un fenomeno spontaneo e in fondo piccolissimo.

Eppure ci offre un modo per rappresentare un salto forse assai più grande, quello della coscienza.

Avevo sei anni ed è probabile che come tutti i bambini giocassi con i salti quantici della coscienza senza saperlo, mentre Fred Alan Wolf pubblicava il

libro *Taking the quantum leap*, nel quale parlava di salto quantico come salto o spostamento di consapevolezza.

Uno *shift*, per parafrasare Wayne Dyer.

Il principio di complementarità della fisica dei quanti di Bohr ci offre un altro spunto illuminante.

Secondo questo principio, due grandezze sono complementari se si escludono reciprocamente, come ad esempio velocità e massa di una particella secondo il principio di indeterminazione di Heisenberg: se intendo misurare la velocità dell'elettrone non ne potrò misurare la massa e viceversa.

Idem le figure di interferenza

nell'esperimento della doppia fenditura, secondo il quale se vogliamo misurare da quale delle due fenditure è passato il fotone questi si comporterà come una particella e decadrà, mentre quando ci asteniamo dalla misurazione questi si comporterà come un'onda.

In altri termini l'osservatore influenza la realtà: ciò che puoi misurare dipende da ciò che scegli di misurare.

Allora il salto quantico come salto di consapevolezza starebbe in questo: una nuova consapevolezza modifica ciò che puoi osservare e, in una situazione come questa, un ipotetico osservatore perde un certo tipo di conoscenza per guadagnarne un'altra, di tipo diverso, e quando ciò accade, ha mutato la sua

conoscenza.

Come a dire che ciò che prima vedevi in una certa forma e prospettiva, muta e ne assume un'altra.

E poiché la realtà dipende dall'osservatore, va da sé che, se l'osservatore muta la sua conoscenza, allora muta la realtà.

Come a dire che se osservi una ferita sanguinante, edematosa e rossa sulla tua mano e la vedi come una orrenda lesione della integrità della cute, essa è effettivamente quella lesione terribile, e la paura e il ribrezzo che provi si traducono in una fisica e in una chimica della paura e del disgusto e il dolore aumenta sempre più.

Se qualcuno tuttavia ti dice o tu stesso

leggi, magari su Wikipedia, che l'edema e il rossore sono segni di un processo che si chiama flogosi, che serve per guarire la ferita, che in quell'edema e in quel rossore stanno arrivando cellule del sistema immunitario, piastrine e così via, tutte utili per arrestare il sangue, sopprimere batteri dannosi, favorire la cicatrizzazione, potresti cominciare a guardare il processo con molto interesse, persino con gratitudine, essere contento di questa valida risposta edematosa e rossa del tuo corpo e potresti accorgerti che il dolore è diminuito, anzi te ne sei persino dimenticato, mentre eri intento a osservare la tua mano e immaginare quei bravi soldatini delle tue cellule del

sistema immunitario accorse per salvare la situazione, mentre la chimica e la fisica di una nuova consapevolezza stanno già agendo dentro di te e anche se tu non lo sai questo accelererà il processo di guarigione.

Puoi chiamarla ipnosi, puoi chiamarla effetto placebo, è di fatto un salto quantico di coscienza.

E funziona.

È la guarigione.

Ti sei allineato con l'intelligenza del corpo, con la sua danza alchemica di trasmutazione e hai lasciato che accadesse.

Mi ha sempre colpito il misterioso salto che si compie ogni giorno, ogni istante tra la mente e il corpo.

Se ti guardi allo specchio e dici ai tuoi capelli di crescere essi lo fanno? No. E i tuoi chili di troppo diminuiscono se dici loro di sparire? No.

Ci sono ad esempio mudra e mantra o visualizzazioni che potresti fare e potrebbero funzionare, ma di norma con la mente e con i pensieri ordinari non abbiamo facoltà sul corpo.

Non dici alla ferita sulla tua mano di cui parlavamo poco fa: “guarisci”. Piuttosto attendi, senza più curartene. Apponi un cerotto e vai a dormire.

Dormirci sopra, quale prodigio... perché nel sonno moriamo a noi stessi per rinascere a un’altra dimensione di vita, fuori dallo spazio e dal tempo come li conosciamo...

La mattina dopo una crosta ha preso il posto della ferita e tu non sai nemmeno perché e come.

Eppure accade, lo dai per scontato.

Chi fa tutto questo? Chi è capace di filtrare l'urina, di produrre le feci, e ogni giorno rinnovare eppure mantenere costante la sostanza di cui siamo fatti.

Come è diversa la coscienza di chi fa tutto questo dalla nostra mente ordinaria.

Provate un mattino a guardare scendere la vostra urina, senza i poveri pudori dell'ordinario pensare, senza perverse paure, come un miracolo della natura.

Lo sa bene il malato in ospedale che quando vede schiarirsi la sua urina raccolta dal catetere nella sacca gioisce,

e mai come allora gode del prodigio di cui il corpo è capace.

L'ho visto tante volte nei miei anni di lavoro ospedaliero e intuivo la potenza di quel processo e come la malattia alle volte risvegliasse una coscienza e una devozione al miracolo della nostra esistenza che nessuna scuola spirituale avrebbe potuto risvegliare così potentemente.

Ricordo il sorriso di mio nonno Ginetto dopo un edema polmonare da infarto massivo del miocardio, quando l'urina riprese a scendere lungo il tubo del catetere. Mi ero appena laureata in medicina e stavo frequentando il tirocinio in medicina interna per l'esame di Stato e rimasi al suo capezzale; mi

dicevano che lottava tra la vita e la morte, lui era lucido, ma se i reni non avessero ripreso a filtrare non ci sarebbe stato nulla da fare.

Naturalmente lui non sapeva nulla ma mi disse: "*Devo riuscire a fare la pipì*", e chiuse gli occhi, concentrato come un yogi. Io gli tenevo la mano, gelida, e avevo la strana sensazione di qualcosa di magico. E dopo un poco cominciò a scendere e io e lui la guardavamo scivolare lungo il tubo, gialla, e lui ringraziò, non saprò mai chi, forse neanche lui.

Domattina provate a guardare la vostra urina come il messaggero di una coscienza interna a voi che sa e fa ogni istante.

Avrete un'esperienza di connessione che può valere mille corsi di riallineamento energetico.

Sarete uno con la coscienza di chi sapientemente ha nella notte filtrato e diluito, diluito e filtrato, un alchimista interno sapiente e capace.

Forse lo stesso che dorme e sogna, forse lo stesso che può fare il salto quantico.

Non tu, non la tua mente, non i tuoi pensieri.

Piuttosto "Colui che sarà quel che sarà", come si dovrebbe leggere la locuzione ebraica "*Ehyeh Asher Ehyeh*" (in Esodo 3:14) se fosse tradotta correttamente invece che con "Io sono colui che è": il corpo si fa, l'anima si fa

attraverso misteriosi salti che non penetriamo con la mente.

La natura tutta, anche la natura in noi, in ogni attimo cangia, si muta, sarà quella che sarà.

Questo è il divino, non a caso "Colui che sarà quel che sarà" è la risposta che Dio dà a Mosè quando gli chiede cosa dovrà dire al suo popolo.

C'è qualcosa di divino nel corpo, una coscienza, un'intelligenza, che è ben al di là dei nostri ragionamenti.

Ascoltarlo, sentirlo, percepirlo, senza giudizio né aspettativa, senza più commenti, questo potrebbe condurre al salto.

Con l'alchimia, intesa come silenzioso ascoltare e scrutare le leggi

dell'anima nel corpo che la manifesta, come esperienza dei sensi del corpo che sono vicinissimi alle energie dell'anima e dei quanti.

Con le fughe di notizie delle presunte scienze fisiche, quelle domande e quelle intuizioni che scaturiscono dalla mole senza vita dei dati statistici ad animare un insoluto che sospinge e ha sospinto scienziati dotati di anima in tutti i tempi alla metafisica.

Molti fisici oggi fanno riferimento a quel potenziale quantico che per David Bohm esiste come un "quid", un "ente" dotato di infinita coscienza e che "guida" tutto il cosmo (con meccanismi precisi, cioè con una sua "tecnica"). In questa visione vi è la (ri)unificazione di

mente e materia in un ente unico che le comprende entrambi. Naturalmente, questa visione unificante e unificata è molto attraente per gli scienziati che, in genere, ritengono che la natura segua una via "estetica" o di "semplicità".

Non si può fare a meno di fare dei paragoni tra la moderna fisica quantistica e le filosofie orientali (le più vicine indubbiamente a questo modo di pensare la Realtà).

Nell'induismo, come già ci dice Fritjof Capra nel *Tao della fisica*, esiste solo una "Realtà ultima" che è identificata con il principio filosofico del Brahman, cioè l'Assoluto (che poi trova una corrispondenza nel dio Brahma nel pantheon induista); il

“relativo”, cioè l’“Uomo”, o meglio la sua “essenza”, cioè l’Atman, non è altro che una “illusione” (“Maya”) come del resto l’intero mondo fenomenico.

La visione di Bohm, come spiegato da Massimo Teodorani nei suoi molti libri, individua nel “potenziale quantico” quell’invisibile parametro della fisica, così vicino alla coscienza, in grado di guidare tutta l’esistenza, dalle particelle elementari agli organismi complessi.

Il potenziale quantico, inteso sia come concetto della fisica teorica che come concetto filosofico, porta Bohm fino al cosiddetto “ordine implicato”, secondo il quale tutto ciò che esiste materialmente, ed è per questo “esplicato”, ha un suo corrispettivo in

ciò che esiste spiritualmente, essendo per questo implicato.

Esattamente ciò che ci dicono i Veda e ciò che l'alchimista sa.

Due realtà – quella della materia e quella della coscienza – che convivono dunque in armonia e si esprimono attraverso quella sincronicità che il superconscio junghiano sa essere il vero tempo dell'anima, quello che emerge dal "campo di informazione", cioè il detto "potenziale quantico".

Bohm giunge così al concetto che l'universo abbia la stessa proprietà di un ologramma e che cioè contenga in ogni suo frammento, il "tutto", cioè l'ordine "implicato".

Il modello olografico di Bohm è stato

poi assunto come riferimento per i suoi studi dal neurofisiologo statunitense Karl Pribram, dell'Università di Stanford, per dare ragione dei fenomeni sincronici.

Come in alto, così in basso; nell'infinitamente piccolo, l'infinitamente grande; nell'ontogenesi la filogenesi: nasciamo nell'acqua come le prime forme di vita, poi ne usciamo, compiendo la stessa evoluzione dei primi esseri che popolarono la terraferma, in ogni alveolo polmonare la stessa forma del polmone tutto come nel piccolo pezzo di broccolo la stessa struttura di tutto il vegetale.

Se ti fermassi adesso a contemplare questo e te ne facessi penetrare

completamente fino a smettere di essere chi credi di essere, fino a aderire a ciò che la tua biologia materializza della tua anima... allora saresti in contatto con il potenziale che abita in te, allora diventeresti un nessuno che si manifesta secondo chi deve essere, secondo un programma che è fin dall'inizio tradotto nella sua biologia, che si vede nelle posture, in come dà la mano, in come sorride... allora saresti chi sei senza alcun distacco dalla tua unicità e il ben-essere sarebbe pieno e completo.

Il libro potrebbe finire qui e, caro Lettore o Lettrice, se hai compreso profondamente ciò di cui parlo, e la tua consapevolezza è mutata, forse davvero

non hai bisogno di leggere altro.

Chiudi il libro, donalo a qualcun altro e vai in giro per il mondo guardando la realtà per la danza cosmica di perfetta e incessante vibrazione cosciente che in ultima analisi è.

È tutto qui: conoscere, allinearsi con l'intelligenza profonda in noi, guardare con altri occhi, provare compassione, lasciar fare.

Medicus curat, natura sanat. Quale che sia il problema, la guarigione arriva sempre da un livello di organizzazione più alto che qualsiasi terapeuta, farmaco, tecnica può solo facilitare.

Come vedremo la guarigione deriva dalla integrazione, dal riallineamento con la danza armonica del tutto nell'uno.

E oggi la stessa fisica dei quanti conferma ciò che la saggezza millenaria sa da sempre.

Basterebbe abbandonarsi a questo, basterebbe saper vedere come tutto ciò che sembra diviso è unito e integrato e arrendersi a questa consapevolezza anche quando tutto ciò che è materiale sembra dire il contrario.

In alcuni casi lo facciamo, senza rendercene conto: torniamo alla nostra ferita.

Chi di noi dubiterebbe che quella ferita cicatrizzerà? Nessuno.

Tutti noi sappiamo e siamo convinti che andrà così.

Sanguinerà per un po', poi smetterà, si formerà una crosta e poi salterà via ed

ecco al di sotto la pelle di nuovo integra, rosea, perfetta.

E chi ha fatto tutto questo? Di certo non la nostra mente razionale. Di certo non il nostro pensiero o il nostro chiederci quando guarirà.

Qualcun altro ha fatto tutto questo, qualcuno che sa orchestrare centinaia, migliaia di suonatori, tra cellule e molecole, enzimi e citochine.

La stessa intelligenza che nell'embrione sa quando arrestare la crescita cellulare vertiginosa e iniziare la differenziazione in diversi tessuti e organi cosicché alla fine abbiamo un feto sano e formato invece di un tumore indifferenziato che cresce a dismisura.

La stessa intelligenza che sa tradurre

la paura in adrenalina, l'amore in ossitocina, come quando la tenerezza dello sguardo di una madre si traduce nel corpo nell'alchimia di quel liquido tiepido e dolce che placa il pianto di fame del lattante.

Per questi e tanti altri fenomeni in realtà prodigiosi che avvengono ogni giorno dentro di noi, non vi è alcun dubbio, per il semplice fatto che sappiamo che è così.

Lo sappiamo da sempre, i nostri genitori e nonni lo sapevano e gli antenati prima di loro, è nella nostra memoria.

Ne siamo certi e accade.

Un po' come oggi siamo certi di poter parlare al telefono con qualcuno, e

sentire proprio la sua voce a migliaia di chilometri di distanza, ma già su questo i nostri trisavoli avrebbero avuto molti dubbi.

Ciò di cui siamo o diventiamo convinti accade.

E allora se esiste un'intelligenza del corpo capace di prodigi come quelli che abbiamo descritto prima perché questa stessa intelligenza in altre situazioni non funziona?

E se dipendesse tutto dal tipo di consapevolezza che abbiamo?

Se dipendesse dal fatto che vediamo le cose in un certo modo piuttosto che in un altro?

Se ci fosse qui il vostro antenato del 1600 e vi vedesse navigare in Internet

cosa accadrebbe alle sue convinzioni?

Non muterebbero forse all'istante dopo un momento di iniziale smarrimento?

La sua coscienza e il suo modo di vedere le cose e la realtà avrebbero fatto un salto quantico. Secondo questa logica allora la guarigione, così come ogni altro fenomeno che ci riguarda, può essere solo limitata dalla prospettiva che assumiamo.

Come medico, di salti quantici in tema di salute ne ho visti e sono stati proprio questi salti a cambiare la mia prospettiva.

Cominciamo con gli effetti della visualizzazione sull'accelerazione strepitosa della guarigione di un arto che

aveva subito una grave resezione di un muscolo dopo un incidente su una mia paziente: il recupero del cammino era previsto in diversi mesi e dopo un mese la signora camminava.

Del resto Milton Erickson in questo *docet* e la sua storia l'ho già raccontata nel mio libro *Anatomia della guarigione*.

Ma veniamo ad Anna C., che mi ha dato il consenso a pubblicare quanto mi ha scritto sulla sua esperienza di guarigione dopo una diagnosi oncologica.

Lei lo ha chiamato lo spostamento.

Nel resoconto della sua storia, confermata a sei anni ormai dalla diagnosi, compare questo termine.

Anna scrive:

«*Spostamento: obiettivo tanto oscuro e perciò difficile. Mi... alleno sul campo. Giorno dopo giorno, caduta dopo caduta. Sorge un pen-sieroguida ed è molto forte: qui si tratta della MIA VITA! E di fronte a questa sorta di nuova consapevolezza (...) Spostarsi non è andare "contro", ma essere flessibili, prendere le debite distanze, distinguendo. Distinguendomi. (...) Per me una cosa è certa: questo "nodulo" è stato davvero un dono prezioso perché mi ha spalancato la porta per nuove conoscenze ed esperienze, assolutamente entusiasmanti*».

Cosa intende con spostamento? Ovviamente uno spostamento di

consapevolezza, una sorta di cambiamento di coscienza, che prevede anche diventare flessibili, raggiungere nuove conoscenze. E distinguersi. Distinguersi da cosa? Neppure lei lo sa consciamente, ma sa che ha percepito di esserci e di essere unica, cioè nell'uno, cosciente di sé e libera.

Un salto quantico.

Come Anna, tanti altri casi di "guariti" mi hanno mostrato tutti la stessa cosa: si guarisce perché ci si autoguarisce, anche quando si assume un farmaco, in realtà, e si guarisce per così dire tramite salti quantici.

Soltanto che, come medico, so che spesso il salto quantico è bloccato da mille ostacoli e l'energia che necessita

per farlo accadere, soprattutto quando l'onda di probabilità che chiamiamo malattia viene osservata da molti o con profonda pervicacia, non sempre è facilmente catalizzabile.

Inoltre non ci è ancora chiaro come tradurre questo processo sul piano cellulare e coscienziale.

Così eccomi a scrivere questo libro, con l'intenzione che io stessa, come osservatore che co-crea insieme agli altri la realtà, possa cocreare, piuttosto che pazienti ammalati, sempre più lettori pronti a fare un salto quantico verso la salute.

GLI INGREDIENTI DEL SALTO QUANTICO

Leggendo in molti testi il concetto di guarigione come salto quantico di coscienza e rendendomi sempre più conto di quanto questa locuzione fosse utilizzata ma spesso non spiegata, ho pensato di riprendere in mano qualche nozione di fisica quantistica.

Naturalmente sono un medico e non ho alcuna pretesa di parlare di temi che non mi competono, ma desidero soltanto fare chiarezza quanto basta per

procedere insieme sul tema della guarigione.

Il salto quantico necessita di alcuni ingredienti.

Oltre l'atomo e i suoi elettroni, l'ingrediente fondamentale è l'energia.

Serve energia, un plus di energia perché l'elettrone possa balzare su un altro livello energetico più alto.

Va da sé che se l'energia viene sottratta il balzo sarà al contrario su un livello energetico più basso e ne parleremo.

L'energia, dice la fisica, può derivare da una irradiazione o da una autoirradiazione.

Dunque perché avvenga un salto quantico di consapevolezza, in primis,

abbiamo bisogno di energia in più.

Come a dire, e questo le antiche medicine orientali lo sanno perfettamente, che la malattia e la salute sono frutto dello stato energetico.

Per guarire serve un plus di energia.

Ora, l'energia può venire dall'esterno, ed ecco il caso delle guarigioni da shock carismatico, come le definisce Enzo Soresi, che sono ben documentate.

Si tratta di quelle persone che raccontano di essersi trovate alla presenza di qualcuno dotato di una emanazione energetica particolare, o in un luogo con una energia particolare.

Il credente che si reca al santuario del Santo a cui è devoto, l'adepto con il

guru e così via.

Mi viene da pensare che in questi casi l'irradiazione sfoci comunque in una autoirradiazione, tuttavia è vero che vi sono persone dotate di uno stato energetico e vibratorio tale da influenzare anche quello degli altri.

Del resto, questo è ciò che fa anche l'attore sul palcoscenico o l'oratore di fronte alla platea: entrambi devono saper catalizzare una tale energia psichica da far sì che l'attenzione di tutti sia diretta su di loro. Così accade anche per i musicisti e i cantanti.

Questa è la ragione per cui alcuni divengono famosi e altri no: si chiama talento, ma di fatto è energia psichica.

Vale lo stesso per i leader politici, lo

chiamiamo carisma e così via.

Naturalmente l'irradiazione potrebbe derivare anche da una fonte fisica: tutti i trattamenti energetici si basano su questo e anche le nuove tecniche strumentali di medicina quantistica che sfruttano le radiofrequenze e il fenomeno della biorisonanza fanno questo.

Le cellule emettono naturalmente radiofrequenze e queste mutano quando si tratta di cellule sane o malate.

Oggi disponiamo di moltissimi strumenti in grado di riprodurre un numero altissimo di frequenze corrispondenti ai diversi tessuti e cellule e di trattare di fatto per irradiazione energetica tessuti e cellule malati, che hanno cioè perso energia e

dunque si trovano su un livello energetico più basso del normale.

Lo stesso principio vale per l'agopuntura, le tecniche orgoniche e così via. E questa medicina quantistica funziona.

Ormai ne abbiamo avuto le evidenze. Io stessa ho avviato una collaborazione con un esperto di medicina di biorisonanza e propongo alle persone che mi si rivolgono in studio sempre più trattamenti integrati anche con queste tecniche.

Dov'è il problema? Le sedute di biorisonanza funzionano solo se ripetute nel tempo.

Come a dire che le cellule che ricevono questa energia, si sintonizzano

per un po' alla frequenza sana, ma poi, in molti casi, tornano a emettere la frequenza inferiore, come se l'irradiazione esterna mantenesse l'effetto per un po' per poi incorrere in un decadimento.

Indubbiamente è meglio dipendere da una seduta di biorisonanza o terapia a radiofrequenze, che è indolore e priva di effetti collaterali, ma il concetto non è molto diverso dal dover assumere una terapia farmacologica.

La qualità di vita durante il trattamento e l'assenza di effetti collaterali ne fanno senza dubbio una terapia da integrare sempre più agli altri trattamenti, ma si tratta sempre di un modello di cura dall'esterno.

Non è escluso che la biorisonanza, che in fondo funziona come una omeopatia energetica, possa anche agire sullo stato energetico di base, ma non ne abbiamo la certezza.

Cosa fa la differenza? L'autoirradiazione.

Se il salto quantico avviene per autoirradiazione, cioè per un incremento di energia da dentro, allora tutto cambia.

La persona comincia a esprimere un altro livello di coscienza, e questo riallinea tutti i sistemi fisici e chimici del corpo.

Una persona malata, debole, spaventata, dove può trovare questa energia in più?

Il libro parla di questo, che è il frutto

della mia indagine sul campo di questi ultimi anni di lavoro.

Esistono centri energetici che possono essere liberati e attivati?

Esiste la possibilità di attivare uno stato di supercoscienza che possa compiere quel salto?

E se la malattia si potesse intendere esattamente così, come una chance per compiere il salto quantico?

La ricezione del messaggio che la malattia porta come un messaggero potrebbe aprire la strada al salto della coscienza.

Come far dunque accadere l'autoirradiazione in un essere umano?

In questo libro ho cercato di riassumere tutte le conoscenze

scientifiche più avanzate sul processo del salto quantico e sui rapporti tra coscienza, DNA e campo quantico utili per attivare il processo.

IL SALTO QUANTICO DI COSCIENZA COME ALLINEAMENTO AL CAMPO QUANTICO

La meccanica quantistica ci ha condotto

a vedere l'universo non più come una collezione di oggetti fisici separati tra loro, bensì come una complessa rete di relazioni tra le varie parti di un tutto unificato nel concetto ormai noto di "campo".

Come ebbe a dire Niels Bohr:

«Tutto ciò che chiamiamo reale è fatto di cose che non possiamo considerare reali. Se la meccanica quantistica non ti ha provocato un forte shock significa che non l'hai capita bene».

Nel mondo dei quanti, infatti, gli oggetti materiali solidi della fisica classica si dissolvono in distribuzioni di probabilità, che, oltretutto, non rappresentano probabilità di cose, ma piuttosto probabilità di interrelazioni.

In questo senso, il concetto orientale di *maya* non sarebbe da intendersi, come spesso mi è capitato di sentire, nel senso che il mondo sia una illusione: l'illusione si trova semplicemente nel nostro modo di vederlo.

Se davvero pensiamo che le forme, le strutture, le cose, gli eventi intorno a noi siano realtà indipendenti ed esterne a noi allora siamo nell'illusione.

Forme, strutture, cose, eventi sono concetti della nostra mente, e, parafrasando W. Heisenberg, quello che noi osserviamo della natura è la natura esposta al nostro metodo di indagine.

Il salto quantico di consapevolezza può intendersi anche così.

Comprendere questa realtà come

prodotto costante della nostra osservazione significa penetrare i segreti della co-creazione della realtà stessa.

Lo sapeva bene Einstein quando affermava:

«Tutto è energia e questo è tutto quello che esiste. Sintonizzati alla frequenza della realtà che desideri e non potrai fare a meno di ottenere quella realtà. Non c'è altra via. Questa non è filosofia, questa è fisica».

Lo sapevano bene i mistici orientali, che si esprimevano con parole molto simili a quelle dei fisici moderni.

Il salto quantico significa "vedere" davvero un mondo in cui le particelle sono contemporaneamente distruttibili e

indistruttibili, sono qui e là, prima e dopo, sono onde di probabilità che viaggiano in un campo e la nostra osservazione, il nostro puntare la coscienza su uno scenario o un altro degli infiniti scenari possibili, fa collassare quell'onda di probabilità nella realtà che viviamo.

Possiamo immaginarlo come una rete, un tessuto in continua vibrazione, in costante e incessante danza, nel quale, come ci dimostra l'esperimento della doppia fenditura, tanto per fare un esempio, il nostro sguardo cosciente fa rallentare una delle infinite onde, una delle innumerevoli varianti fino a farla materializzare.

La materia della fisica moderna è la

materia dei mistici: danzante, vibrante, cangiante.

Nella camera a bolle si possono ottenere fotografie di particelle in continuo ritmo di creazione e distruzione, come immagini moderne dell'antica danza di Shiva, danza cosmica in cui un principio armonico che dà origine ai mondi crea ciò che esiste in questa dimensione attraverso il ritmo, il movimento, l'attrazione e la repulsione reciproche di infinite particelle.

Chiudete gli occhi per un istante... l'impronta dell'oggetto che stavate guardando rimane ancora sotto le vostre palpebre chiuse per qualche frazione di secondo, con i suoi contorni rosso

violacei... e poi... provate a immaginare questo tessuto che danza, lasciatevi trasportare dal ritmo incessante che giace nascosto sotto la ferma materia... credete di essere seduti sulla sedia toccandola e appoggiandovi sopra il corpo, invece vi state semplicemente librando a meno di un nanometro di distanza dalla seduta, respinti dalle forze elettriche e quantistiche dell'oggetto quantico sedia.

E voi stessi... siete più simili a un tornado di quanto pensaste.

Pensate di essere solidi, invece siete come quel vortice d'aria che nel

passare raccoglie tutto ciò che trova, auto, alberi, tetti di case, polvere, e così via. Lo vedete arrivare e sembra solido

ma è un vortice d'aria.

Se non ci fossero stati oggetti sul suo cammino non lo vedreste arrivare ma trovandovici in mezzo ne sareste travolti.

Noi siamo così, un vortice di energia, un tornado che perturba il campo e fa collassare oggetti, mentre i fotoni responsabili della nostra immagine a colori per i nostri organi di senso, rimbalzano da noi. Prendiamo in considerazione il volo, inteso come la capacità di alzarsi da terra. Se ritenessimo che le piume abbiano la capacità di fare emergere una forza antigravitazionale, saremmo fuori strada. Le piume sono necessarie, ma non sufficienti.

È necessaria la presenza di un mezzo come l'aria che possa essere spostato dall'ala per una quantità il cui peso sia paragonabile a quello dell'animale. Il volo non è spiegabile all'interno dell'animale. Una volta che si è compreso che il volo è frutto delle proprietà dell'aria e di altri fattori esterni al corpo, esso svela i suoi misteri. La coscienza potrebbe non essere analoga alla forza espressa dai muscoli, ma piuttosto al volo.

E il volo necessita anche del campo di aria in cui si dispiega.

Allora l'autoguarigione potrebbe essere intesa come quel salto che permette il riallineamento con questa danza.

In quest'ottica la malattia giunge là dove il flusso è stato bloccato o alterato in modo tale da disallineare la coscienza dal campo di cui necessita per il suo volo.

Questo campo ha assunto nel tempo molti nomi: Ordine Implicito di Bohm, Campo Akashiko di Laszlo, Matrix Divina di Braden, Campo del Punto Zero di Lynn McTaggart, Informazione Implicita di Anna Bacchia e dell'Associazione Vocal Sound.

Tutte le ricerche di questi scienziati comportano che esiste un campo fondamentale, il quale in qualche modo connette tutta la creazione, che sta alla base di tutta la realtà e che la determina.

L'informazione che deriva dal campo

costituisce il livello fondamentale della realtà e, mediante un salto quantistico di consapevolezza, esiste per ciascuno di noi la possibilità di essere raggiunti da questa informazione. In un certo qual modo possiamo dire che esiste una stretta connessione della mente con un livello profondo che sottende la realtà esperita.

Il salto quantico dell'autoguarigione potrebbe rappresentare, di fatto, un allineamento con questo campo fondamentale: allora l'ordine implicito, che tutto informa, tornerebbe a essere percepito e, quando siamo allineati con il campo, immagini, informazioni e consapevolezza giungerebbero a mostrarsi come concrete possibilità di

coscienza lucida immediata e di creazione di una realtà nuova.

Oggi le scienze di frontiera ci conducono a riaffermare il principio antico per il quale noi siamo un campo energetico emotivo, che si manifesta per mezzo di un corpo.

Stiamo prendendo sempre più coscienza che questo stato energetico ed emotivo è oggettivo e interagisce a un livello profondo con la rete in cui siamo immersi, un ecosistema che arriva sino all'Universo e oltre.

Lo stato energetico emotivo sempre più necessita di essere considerato per comprendere realmente chi siamo e come funzioniamo, come ci ammaliamo e come guariamo.

Noi medici abbiamo dedicato finora il nostro impegno a studiare sistematicamente la materia di cui siamo fatti; ora giunge il tempo di studiare sistematicamente l'energia di cui siamo fatti e le vie di integrazione della nostra parte materiale con la nostra parte energetica.

L'analisi emotiva ed energetica di centinaia di miei pazienti con patologie croniche ha mostrato sempre un comune denominatore: ciascuno di loro non aveva potuto accettare e lasciare andare un qualcosa accaduto nel loro passato o nel passato di un loro antenato.

Questo aveva bloccato il flusso energetico, disallineandoli dall'energia del campo zero che guida il principio

biologico per cui esistiamo in questa dimensione, ponendoli in disaccordo con l'informazione del sistema, fuori ritmo nella danza incessante e armonica delle particelle che ci sottendono.

Per coloro che sono guariti, guarire ha significato viaggiare fino ad altri piani di energia e di coscienza.

Come hanno fatto? Seguitemi nella lettura e tutto ciò che finora ho compreso e ha già mutato la mia vita e quella di molte persone intorno a me, lo saprete.

LA

NEURO-QUANTISTIC

Siamo nell'era del prefisso "neuro": neuroscienze, neuro-teologia, e ora anche la neuro-quantistica.

Dove c'è scritto "neuro" c'è pretesa di scientificità e allora la mente razionale si sazia e si acquieta.

Anche quella della sottoscritta! Mi piace la scienza, è una bella attività da coltivare. Esperimenti, ragionamenti, scoperte.

E oggi che la scienza incontra lo Spirito e giunge persino a spiegare lo stato di illuminazione dal punto di vista fisiologico, beh, credetemi, c'è da divertirsi.

Mi domando a volte se non ci siamo divertiti a creare persino le malattie per scoprire come guarirle.

Un gioco rischioso: come diceva la nostra Anna prima... ne va della vita (in questa dimensione)!

Ma noi umani non siamo fatti per cose piccole o tiepide, soprattutto le nostre anime non lo sono. Quando parlo di anima, qui intendo il Sé, altresì detto Superconscio.

Nel gioco illusorio di cui ci parlano i Veda, che l'anima sceglie di vivere per manifestare ancora e ancora la forza vitale in un'originale espressione di sé, la malattia è perfetta per condurci al salto di coscienza di cui parlavamo, naturalmente se sappiamo che esiste tale

possibilità.

Per questa ragione è importante condividere, far sapere alle persone intorno a noi ciò che andiamo scoprendo.

Dalla consapevolezza nasce consapevolezza, dalla sofferenza la trasformazione, dal trauma la forza.

Almeno fino a quando non potremo evolvere in altri piani di coscienza, dove la separazione scompare, ma questo accadrà quando saremo del tutto consapevoli, acutamente e fisicamente consapevoli, del campo quantico in cui la nostra coscienza opera.

Fino ad allora ritengo sia davvero importante, anche per accelerare questo processo, divulgare sempre più queste

conoscenze.

Osate regalare un libro che state leggendo e vi colpisce a chi ritenete che se ne possa giovare, indipendentemente da come pensate che reagisca.

Mi colpì molto ciò che accadde con il mio primo libro *Anatomia della guarigione*: molte persone che lo avevano letto presero a regalarlo ad amici o parenti in una sorta di catena che si allargò man mano a ricomprendere anche persone che inizialmente erano scettiche, e la cosa incredibile furono i risultati a distanza di questa catena bibliofila.

Il condividere infatti ha anche una ricaduta, se così si può dire, egoistica: nel campo siamo tutti interconnessi e

così come la vostra coscienza agisce sulla coscienza collettiva, la crescita della coscienza collettiva favorirà voi stessi in un circolo virtuoso sempre più potente.

Ma torniamo alla neuro-quantistica. In realtà non ci siamo mai allontanati da essa, perché la neuro-quantistica studia proprio le interazioni della mente con il campo quantico e i sistemi quantici.

Si tratta di una ricerca multidisciplinare integrata sul ruolo che la nostra mente ha nel relazionarsi con il campo unificato di informazione o campo fondamentale.

Il campo unificato di informazione non è altro che la novella modalità di definizione dell'inconscio collettivo

junghiano che si sposa perfettamente con la concezione olografica della mente, condivisa oggi da numerosi neuro-scienziati, grazie anche a studi condotti su esperienze di frontiera, quali le esperienze di premorte o gli stati alterati di coscienza, gli stessi peraltro descritti dalla psicologia transpersonale, dallo sciamanesimo, e così via (come ben mostrato nel lavoro a quattro mani del neurologo David Perlmutter con lo psicologo esperto di sciamanesimo Alberto Villoldo).

L'idea della Neuro-Quantistica dello psichiatra Ermanno Paolelli si basa su una nuova idea di ricerca interdisciplinare integrata sul ruolo che la nostra mente ha nel relazionarsi al

campo unificato di informazione.

Il salto quantico di coscienza come riallineamento al campo va nella stessa direzione.

Si tratta di un passaggio nel quale l'ordine implicito che tutto informa torna a essere percepito e giungono così immagini, informazioni e consapevolezza come concrete possibilità di coscienza lucida immediata.

Si potrebbe interpretare come un'espressione del fenomeno della risonanza, su cui si basano peraltro tutte le medicine naturali e molti macchinari impiegati nelle metodiche di medicina quantistica.

Si tratterebbe di risuonare con il

potenziale quantico del campo accordandosi, come si farebbe con uno strumento, alle note dell'ordine implicato.

Questo è esattamente ciò che accade nella meditazione, negli stati di ipnosi profonda, nelle esperienze mistiche, nelle esperienze di premorte, una delle quali avvenuta durante un'esperienza di visualizzazione, senza bisogno di trovarsi in arresto cardiaco e documentata in un articolo da Enrico Facco, professore di anestesiologia e rianimazione, oltre che neurologo, all'Università di Padova.

Sappiamo che in questi stati tutto il funzionamento cerebrale si modifica.

In letteratura gli studi su questo

affascinante aspetto della fisiologia cerebrale sono ormai molti.

Numerose monache di clausura e monaci buddisti furono reclutati come volontari a partire dagli anni '90, all'interno di studi sperimentali neuroscientifici sull'esperienza religiosa e mistica (M. Beauregard, V. Paquette, 2006, 2008; A. Fenton, 2009).

Nel 2006, ad esempio, il dottor Mario Beauregard, pioniere negli studi neuroscientifici riguardanti l'esperienza religiosa e mistica, al Dipartimento di Psicologia dell'Università di Montreal in Canada, pubblicò (sul numero 405 di *Neuroscience Letters*) un articolo sui correlati neuronali dell'esperienza religiosa ottenuti studiando, attraverso

l'elettroencefalografia, monache di clausura durante la loro meditazione quotidiana. Le conclusioni di questi studi sperimentali portarono a concludere che durante l'esperienza religiosa numerose regioni cerebrali vengono attivate e coinvolte, particolarmente a livello della corteccia cerebrale.

Si assiste cioè a un imponente mutamento della fisiologia cerebrale che è ciò che qui ci interessa considerare come possibile ingrediente del salto quantico.

Questo funzionamento che correla con un'esperienza trascendente, mistica che potremmo tradurre in termini quantistici come allineamento al campo quantico

olografico, implica infatti l'attivazione di una rete neuronale complessa, cognitivamente strutturata, che coinvolge l'attivazione rilevante (in confronto con uno standard, cioè con i dati estrapolati da monache che non stavano né vivendo né ricordando le loro esperienze d'unione mistica) della famosa AAA (Attention Association Area), locus cerebrale associato alla concentrazione. Gli scienziati evidenziarono inoltre la riduzione dell'attività della OAA (Orientation Association Area) o zona dell'associazione e dell'orientamento spaziale. Già nel 2004 Olaf Blanke del Dipartimento di Neurologia di Ginevra (Svizzera), aveva pubblicato sulla rivista *Brain*, un interessante lavoro

sull'implicazione di tale locus cerebrale e l'esperienza extracorporea detta anche out-of--body experience (O. Blanke et al., 2004).

Come dati scientifici, questi e altri lavori, ci rivelano che durante un'esperienza spirituale diverse e numerose aree del nostro cervello vengono modulate (si attivano o vengono inibite in rapporto a un parametro standard) e che accadono marcati mutamenti nella potenza delle onde cerebrali e nella coerenza dell'attività elettrica del cervello all'EEG, con il coinvolgimento contemporaneo di numerosissime aree corticali in entrambi gli emisferi (M. Beauregard, V. Paquette, 2008): è chiaro che questo

significa avere accesso a un altro tipo di funzionamento, a un'altra coscienza, il che avrà una ricaduta su tutta la fisiologia del corpo stesso.

È altamente probabile che questo sia un ingrediente del salto quantico, come infatti suggerito da tutte quelle guarigioni straordinarie o miracolose che sono avvenute dopo NDE, near-death experiences, o per cosiddetto shock carismatico o dopo catarsi o tramite l'introduzione di pratiche spirituali.

Le evidenze del gruppo di ricerca dell'UCLA-Reed Neurologic Research Center (USA), ad esempio, riportarono, già sin dal 1997, un dato importante: dagli studi addotti, pare che le regioni

temporo-limbiche costituiscano probabili sostrati neurali (neural substrates) dell'esperienza religiosa-numinosa, quella che Rudolf Otto definisce l'esperienza del numinoso, del "tremendum et fascinans"; il sistema temporo-limbico è coinvolto nell'integrazione di stimoli tanto esterni, come interni, oltre che essere coinvolto nei cambiamenti dell'umore e, in sostanza, nell'attività emozionale (emotiva) umana (L. Saver, J. Rabin, 1997) il che ha una ricaduta su tutta la funzionalità ormonale e cellulare del corpo come ci insegna la PNEI.

Lo studio dei meccanismi cerebrali che stanno alla base della coscienza, negli ultimi anni, si è arricchito di un

modello sperimentale originale: il cervello di chi pratica la meditazione, indagato in corso d'opera, quando svolge esercizi di rilassamento, concentrazione e visualizzazione.

La meditazione come sguardo nel dentro senza pensieri o al di là dei pensieri, sembra avere il potere di resettare letteralmente tutta l'attività cerebrale.

Per esempio, Dietrich Lehmann e collaboratori, del Key Institute per la ricerca su mente e cervello dell'Università di Zurigo, hanno descritto, su *Psychiatry Research Neuroimaging*, i risultati ottenuti studiando il cervello di un meditante esperto, il Lama buddista Ole Nydahl,

della scuola del Karma Kagyu, una delle scuole buddiste di maggior diffusione in Occidente.

Le armonie del cervello del lama sono stupefacenti: mentre scorre dall'esercizio di visualizzazione e si attivano le aree occipitali destre, tipiche aree visive all'esercizio del mantra, in cui si attiva l'area temporoa-nteriore sinistra, tipica area del linguaggio, il cervello comincia a mutare l'emissione delle sue onde che passano dalle beta (onde del pensiero conscio, focalizzate alla realtà esterna) alle alpha (onde della ricettività, dell'ascolto, degli stati oniroidi), fino alle theta (onde della creatività subconscia, dell'immaginazione, del rilassamento

profondo e della guarigione).

Quando il lama giunge alla autodissoluzione si attivano le aree prefrontale destra e il giro del frontale superiore, le stesse che si attivano anche in esperienze di depersonalizzazione che accadono nei traumi o possono essere vissute da persone affette da psicosi.

Ecco un indizio affascinante, che risuona potentemente con tutte le medicine metaforiche e la filosofia: e se le stesse vie che hanno creato il trauma fossero quelle della guarigione?

Quando il trauma si crea, esso crea a livello cerebrale un'alterazione del funzionamento neuronale, la stessa in un certo senso che si ritrova in un'attività di ben-essere come la meditazione.

Il trauma si è creato nel senza-tempo, e dal senzatempo andrà riparato.

Del resto, lo diceva Osho che tra l'uomo normale e l'uomo illuminato c'è in mezzo l'uomo folle.

Quando il lama poi giunge alla autoricostruzione, dopo essersi dissolto nel tutto, ecco la meraviglia del cervello: dall'area tempo-roposteriore destra, sede della mappa dello schema corporeo, una corrente di onde gamma attraversa tutto il cervello finendo sull'emisfero sinistro a livello della corteccia prefrontale, area regina dell'integrazione delle funzioni mentali, associata al senso che possiamo dare alla vita, all'attaccamento, alla connessione ma anche alla regolazione

del sistema limbico, delle emozioni e del neurovegetativo.

Le onde gamma sono onde molto particolari, e ancora poco note, che viaggiano ad altissima frequenza (30-100 Hz): sono onde di coscienza, onde della forte concentrazione e dell'allerta, le stesse che si ritroverebbero in una persona che riesce a salvarsi durante una sciagura e mette in atto quella forza che chi è sopravvissuto a un trauma poi vi racconta come qualcosa che non sapeva di avere, qualcosa che lo ha guidato a fare la cosa giusta, l'intuizione...

Le onde gamma sono quelle della risoluzione intuitiva del problema.

Sono generate dall'ippocampo, la

sede della nostra memoria biografica, e sono in grado di unificare e sincronizzare intere popolazioni di neuroni.

L'intuizione modifica il cervello tutto: le onde gamma, che si verificano come improvvise oscillazioni di frequenza a 40 Hz subito prima che si verifichi un'intuizione, sono in grado di favorire la creazione di legami tra diverse parti del cervello, creando così nuove architetture di integrazione (David Rock e Jeffrey Schwartz, *The neuroscience of leadership*).

Ecco allora cosa possiamo immaginare che accada nel salto quantico: ci lasciamo andare, ci dissolviamo nell'uno, cioè attraverso il

rilassamento sempre più profondo ci riconnettiamo con il campo e quando ci ricostruiamo non siamo più gli stessi; una corrente gamma parte dalle aree del nostro cervello legate allo schema del nostro corpo, a come percepiamo da dentro il nostro corpo e giunge attraversando gli emisferi sino alla sede del nostro senso spirituale: dal corpo allo spirito nella massima concentrazione e sincronizzazione.

L'essenza ancora una volta nelle onde.

A questo punto ciò che accade nel film "Lucy" di Luc Besson sembra persino credibile.

Gli studi con il brain olotester, un elettroencefalografo computerizzato,

capace di scomporre le onde cerebrali in 64 bande e di visualizzarle a colori sullo schermo di un computer, consentono la misurazione automatica del grado di sincronizzazione tra i due emisferi.

Queste esperienze scientifiche sono state sintetizzate da N.F. Montecucco, che, nel suo libro *Cyber*, riporta l'osservazione su oltre un migliaio di persone che sembrerebbe dimostrare una relazione diretta tra coerenza cerebrale e salute e cioè: più la persona sta bene, maggiore è il grado di coerenza e armonia delle onde cerebrali.

D'altra parte, gli stati armonici ad alta coerenza vengono normalmente realizzati durante la meditazione: sullo

schermo del brain olotester, suggestivamente, può apparire un'unica onda armonica a forma sinusoidale, come quella di uno strumento musicale che suona armoniosamente. Allora possiamo immaginare che gli "stati alterati di coscienza" altro non siano che l'espressione di fenomeni di percezione diversa dall'ordinario.

I più arditi tra i pensatori si spingono a interpretare fenomeni come telepatia, chiaroveggenza, precognizione come dimostrazione del funzionamento quantistico della mente, che sarebbe appunto non-locale e dominato dall'entanglement e dalla sincronicità.

Si tratterebbe semplicemente di stati alternativi, nei quali è presente la

capacità di vedere la quarta dimensione. Forse non è un caso il reperto più volte riscontrato che i pazienti schizofrenici si ammalino molto meno frequentemente di patologie fisiche, compresi i tumori, rispetto alla media della popolazione.

Forse che esista una profonda correlazione tra salute del corpo fisico e attivazione della coscienza che possiamo chiamare quantica?

Dall'altra parte l'attivazione della coscienza quantica sembra necessitare di una base fisiologica in grado di sostenerla, onde evitare che accada un pericoloso e dannoso scivolamento in stati discontrollati di psichismo che appunto sono rappresentati dalla psicosi.

L’equilibrio come sempre sembra essere la chiave di tutto.

Come attivarlo e raggiungerlo potrebbe essere la più affascinante sfida della nostra epoca ed è anche il tema del libro.

Cominciò tutto a metà degli anni Sessanta, con ricerche di neurobiologia sul funzionamento del cervello. Le percezioni sensoriali della coscienza umana non erano altro che le manifestazioni di alcuni trilioni di neuroni della corteccia cerebrale, attraversati da impulsi elettrici. La prima scoperta importante fu che gli impulsi del cervello si trasmettono a pacchetti discreti d’energia, esattamente come le particelle subatomiche.

Il cervello elabora la realtà a pacchetti, uno alla volta, per poi darci l'immagine sensoriale completa. La prima conclusione fu che il cervello è un perfetto sistema quantico.

Oltretutto come nuovamente evidenziato da Robert Lanza, nel già citato libro, tutta la realtà sensibile, cioè quella che percepiamo con i cinque sensi, è di fatto il prodotto di ciò che la nostra mente può processare.

Noi non vediamo con gli occhi, ad esempio, vediamo con il cervello nel senso che gli occhi rilevano uno stimolo ondulatorio, una frequenza, che si traduce in un impulso elettrico attraverso le sinapsi dei neuroni ottici e solo quando giunge alla corteccia

occipitale può essere tradotto in un'immagine, secondo le forme, gli archetipi che la mente già possiede o può concepire, secondo ciò che ha imparato o può apprendere.

Vediamo quello che siamo pronti a vedere.

Allora è vero, anche quantisticamente, ciò che diceva Proust: non servono nuovi paesaggi da vedere, ma nuovi occhi con cui vederli.

La quantistica ci spinge ancora oltre: le singole particelle oscillanti nel campo, se non vengono osservate, non possono essere pensate come aventi un'esistenza reale, un tempo di vita, una posizione nello spazio.

Finché una mente pensante non innalza

le impalcature di un oggetto, gettandone le fondamenta nella nebbia dei valori probabili che potrebbe assumere l'oggetto, non si può dire che esso esista.

La mente crea letteralmente la realtà come percezione e archetipo che la organizza.

Quando uno scienziato osserva una particella, non sta osservando un fenomeno in sé, ma una descrizione della verosimiglianza della sua possibile attuazione.

L'oggetto, l'evento non accade se non viene osservato.

Solo quando viene osservato accade, si dice che collassa, ma collassa come probabilità percepita dalla mente.

A questo punto allora viene da chiedersi cosa fa collassare la funzione d'onda dei fotoni in uno stato determinato, facendoci percepire il mondo in una data maniera, tra tutte quelle possibili? E in una maniera tale che lo percepiamo tutti allo stesso modo?

L'interazione tra due sistemi quantici, sembra essere la risposta. Il primo dei due è la luce, coi suoi fotoni. E il secondo è la mente umana.

Come affermato da Bohr, l'osservatore influenza la realtà osservata, ma chi è il suo effettore?

Il cervello evidentemente, come grande antenna e ricetrasmittente: come scriveva su *Nature Reviews*

Neuroscience un grande neurobiologo, il cileno Francisco Varela (ai tempi direttore del Laboratorio di Neuroscienze a l'Hòpital de la Salpétrière a Parigi), il nostro cervello funziona come il Web, come la rete di Internet.

Non ci sono assetti rigidi, ma un continuo cambiamento segnato dalla transitoria sincronizzazione di moltitudini di neuroni, armonicamente messi in fase.

Conoscere e coltivare questa armonia è la nuova frontiera delle scienze del cervello.

Possiamo allora comprendere come le cose in questo mondo si vedrebbero non perché esistono, ma grazie a

un'interazione tra la luce e il nostro cervello. Sarebbe come dire che senza la luce non esiste niente, noi inclusi, e che senza di noi la luce non esiste. Ma allora come farebbe il cervello a interagire con i fotoni della luce? Usando cosa?

Il come lo spiegò David Bohm, lavorando sui plasma dei gas surriscaldati ad altissima densità di elettroni.

Durante le sue ricerche al Berkeley Radiation Laboratory, negli anni 1939-43, Bohm mise un plasma in due contenitori diversi e li allontanò l'uno dall'altro. Quindi sollecitò gli elettroni di uno dei due contenitori in vari modi, dal calore alle radiazioni ad alta

frequenza.

Bohm fece una scoperta sbalorditiva: gli stessi effetti si producevano anche sugli elettroni del secondo contenitore. Gli elettroni eccitati del primo contenitore, anche aumentando la distanza dei due, sembravano comunicare con quelli del secondo.

Bohm concluse che gli elettroni dei plasma non si muovevano affatto in modo caotico, bensì "intelligente", come se facessero parte di un sistema interconnesso e teleguidato. Le particelle subatomiche, disse, erano entità ben più complesse di quanto ipotizzato fino a quel momento, e il loro movimento era influenzato da una forza sconosciuta.

Non solo, continuando gli esperimenti coi due contenitori, Bohm verificò che l'intensità di quella forza non diminuiva affatto con l'aumentare della distanza dei due recipienti. Per giunta, la forza viaggiava da un recipiente all'altro a velocità istantanea.

Un fisico francese, Alain Aspect, dell'Institut d'Optique Atomique d'Orsay di Parigi, è riuscito a riprodurre nel 1982 gli esperimenti di Bohm. Ma Aspect non si limitò a quello.

Attraverso un esperimento di "connettività quantistica" divenuto famoso, Aspect dimostrò non solo che le particelle subatomiche trasmettevano le informazioni a velocità superluminosa, ma che lo facevano anche su grandi

distanze, e che quindi il "principio della località", cioè il raggio d'azione limitato di una particella, era falso.

Un segnale, qualunque esso sia, ha bisogno di un mezzo per viaggiare. Bohm e Aspect hanno dimostrato che in natura esiste qualcosa in grado di superare i limiti del tempo e dello spazio. E quel qualcosa non è la luce, né nessuna forma di radiazione elettromagnetica.

Cos'è che trasmette il segnale? A oggi, l'unica spiegazione possibile sembra rimanere ancora quella di Bohm.

Bohm postulò l'esistenza di un campo quantico universale, il campo quantico del punto zero, e di un'energia responsabile del movimento intelligente

degli elettroni, il potenziale quantico, ricorrendo all'analogia di un radar che guida una nave.

Bohm concluse che esiste un "ordine implicito" in tutti i sistemi quantici, e che le particelle elementari sono dotate di "memoria". In altre parole, è come se la materia avesse una mente.

Un postulato di per sé non dimostrerebbe nulla, ma esiste una legge, scoperta nel 1964 da John Bell, un ricercatore del CERN di Ginevra, partendo dai risultati sperimentali di Bohm. Con quella legge – niente esperimenti, solo una dimostrazione matematica, ma inattaccabile – Bell trovò una soluzione al famoso paradosso EPR (Einstein, Podolski, Rosen). L'EPR

era un paradosso sull'impossibilità della trasmissione del pensiero a distanza, con cui Einstein, nel 1935, aveva sfidato l'interpretazione di Copenhagen di Bohr: "*no spooky actions at a distance*", niente interventi remoti di fantasmi, disse Einstein a Bohr, aggiungendo che lui non intendeva correr dietro a fotoni che se ne andavano a spasso in altre galassie, violando il principio della località.

Ma la legge di Bell dice che se due sistemi quantici interagiscono e poi si separano, non si può intervenire su uno dei due senza influenzare anche l'altro: questo dovunque i due sistemi si trovino, e per sempre. Tutto è indivisibile.

Non servono forse neppure i corridoi

del tempo per viaggiare negli altri mondi, di cui comunque parleremo. Con il cervello che si fa strumento plastico della coscienza arriviamo dappertutto.

Tutto è indivisibile. La stessa conclusione di Buddha, ventisei secoli prima. I mistici orientali – induisti, buddisti e taoisti – dicevano tutti la stessa cosa: la realtà era indivisibile e tutto era parte di tutto il resto, a cominciare dalla mente umana, che era intrecciata con la materia.

Il potenziale quantico del punto zero... Poter vedere il mondo a quattro dimensioni, più veloci della luce... Qualcosa che ti proietta nello ieri, nell'oggi e nel domani, annullando i confini dello spazio e del tempo.

Se Bell ha ragione, e tutto è "non locale", noi dovremmo "vedere" in tempo reale cosa successe su Saturno un giorno di sei milioni di anni fa, o quello che fece Gesù la notte della sua Passione, o i bambini che giocano a Manhattan in un pomeriggio del 19 maggio dell'anno 3840. È come dire che ogni cellula del nostro cervello contiene l'intero Universo, dal primo giorno alla fine dei tempi, senza più limiti di tempo e spazio. Un fatto davvero assurdo...

Bohm fece l'esempio di un ologramma, e di come ogni punto della lastra fotografica contenesse l'intera immagine tridimensionale. Il mondo dei quanti era analogo, disse, ma dinamico, una realtà in costante movimento tra i

due. Ve lo ricordate lo spin degli elettroni, sui libri di scuola, con le freccine che si spostavano a destra e a sinistra?

Allora, se il cervello è davvero un sistema quantico, questo vuol dire che... Tutto interagisce con tutto il resto – spazio, tempo, la mente dell'uomo – nel passato, nel presente e nel futuro, in una danza cosmica di fotoni che si rincorrono come impazziti, rimbalzando attraverso le galassie di mille mondi, uniti da un flusso d'energia invisibile che viaggia a velocità istantanea.

Se una probabilità d'esistenza diventa realtà grazie ai quanti del nostro pensiero cosciente, la nostra mente è intrecciata con tutto il resto, come aveva

detto Buddha. Noi siamo reali, o siamo solo un'interferenza d'onde probabilistiche, sperduti in un universo olografico, o ambedue le cose? La mente appartiene davvero a questo Universo? O a tutti i mondi del multiverso? Cos'era quell'energia che collegava tutto con tutto il resto? Se i quanti diventavano materia solo sotto gli occhi di un osservatore, chi aveva fatto "collassare" la funzione d'onda dello stato quantico primordiale, al tempo zero, scatenando il Big Bang?

Un fisico ha detto che siamo tutti figli delle stelle. Sapete cosa scrisse un tale William Blake, due secoli fa? "Vedere il mondo in un granello di sabbia e il cielo in un fiore di campo. Tenere

l'infinito nel palmo della mano e l'eternità in un'ora." Blake era molto di più di un poeta, era un illuminato. Capì tutto, allora, senza bisogno di ciclotroni.

Ma forse è assurdo solo per noi che non siamo monaci tibetani e non vediamo il mondo a quattro dimensioni.

Sapete come la spiegò, Bohm, l'illuminazione dei mistici? Con la visione dell'ordine implicito, un ribollimento di quanti del multiverso, non toccati dall'occhio di alcun essere vivente, che comunicano a velocità istantanea.

Il cervello del salto quantico probabilmente è questo e la nostra coscienza è ciò che continuamente emerge tra due fasi quantiche del

funzionamento mentale: una fase che chiamiamo inconscio, in cui siamo nel potenziale quantico, nella sovrapposizione di tutti gli stati quantici, nell'inviolato del non visto e del non detto e una fase di collasso della funzione d'onda che sfocia nell'atto mentale consapevole.

Secondo gli studi di quantistica applicati alle neuroscienze, questo collasso si verificherebbe ogni quarantesimo di secondo nel nostro cervello: la nostra coscienza allora si troverebbe sospesa tra uno stato di risonanza con il campo quantico e uno stato di attività mentale che si ripete ogni quarantesimo di secondo.

È in quelle intercapedini tra gli atti

consapevoli che corrispondono alla funzione d'onda che abita la coscienza quantica ed è lì che può avvenire il salto quantico.

È in quelle fessure di senza-tempo e senza-spazio che dobbiamo andare.

La via da percorrere? È unica per ogni persona e al tempo stesso è regolata da alcuni codici.

Quali siano questi codici e come attivarli è il tema dei prossimi capitoli di questo libro.

2. VIAGGIO NEI QUATTRO LIVELLI DI REALTÀ

Nel corso della mia strada professionale che ormai si avvicina a essere ventennale, mi sono aperta a molti approcci differenti, sempre più ho integrato tecniche e teorie di diversa provenienza e spesso mi sono chiesta per quale ragione una stessa terapia che si era rivelata efficace per una persona

non lo fosse per un'altra.

La spiegazione definitiva l'ho trovata quando ho compreso quanto la salute fosse influenzata dalla visione del mondo che la persona aveva.

Se già nel mio precedente libro ho affermato che un medico degno di questo nome non può non occuparsi delle emozioni di chi ha di fronte, fino all'incontro con l'anima che sta dietro a quella personalità, oggi posso arrivare a dire che un medico non può non occuparsi della visione del mondo della persona che ha di fronte.

Intendo dire, e forse sarà per alcuni sconvolgente, che un medico, se vuole favorire il processo di autoguarigione di un individuo, non può ignorare le

credenze spirituali che lo informano perché queste avranno inevitabilmente un ruolo cruciale nel processo.

Un medico anche filosofo o teologo, dunque? In un certo qual modo sì.

Forse non è un caso che in passato il cerusico fosse anche un religioso, che la medicina è nata spesso nei monasteri, che gli sciamani sono anche stregoni.

Non voglio essere fraintesa, tuttavia.

Intendo dire che tra poco vi spiegherò come la differente coscienza di chi siamo, e le differenti risposte che ciascuno di noi ha dato alle domande fondamentali sulla vita e sulla morte, incide profondamente su come ognuno reagirà alla malattia, su quali approcci terapeutici sceglierà e persino su quante

chance il potere di autoguarigione avrà nello specifico caso.

È per questa ragione che, quando una persona si rivolge a me, se non mi è chiaro da ciò che è già emerso nel primo colloquio, ormai di prassi le chiedo di dirmi qualcosa sulle sue credenze spirituali.

Nel programma PSYCH-K HWP (Health and Wellness Program) di cui sono facilitatrice, Rob Williams ha identificato molto utilmente quattro livelli di realtà che ho trovato perfettamente corrispondenti con le mie ricerche di neuro-quantistica di cui vi ho parlato nel capitolo precedente.

Comincerò con il descriverli e proseguirò tracciandone i parallelismi

con i livelli della mente quantica e della coscienza in relazione alla salute, ai metodi di cura e alla guarigione.

Ciò che vi chiedo di fare è di seguirmi e lasciar risuonare dentro di voi le parole che leggerete in modo che naturalmente possiate riconoscere con quale livello risuonate maggiormente e possiate cominciare delicatamente a muovervi attraverso queste diverse realtà, dando inizio al vostro salto quantico.

Siete dunque pronti per un viaggio attraverso i livelli della realtà?

Bene, focalizzatevi sull'essere pronti a compierlo e accadrà. Non siamo appunto nel mondo quantico dove l'osservatore crea la realtà? Dunque

cominciate ora.

1. La realtà oggettiva

Come dice il nome è la realtà degli oggetti. In questa realtà crediamo che la materia sia solida, gli oggetti separati tra loro e, visto che con i nostri organi di senso lo vediamo, crediamo che la realtà sia così e che questo sia vero.

In questa realtà vigono le leggi della fisica classica: la forza di gravità, il tempo lineare, la logica razionale.

La credenza di questo livello di realtà è: “Tutto è separato”.

Da questa credenza derivano due credenze secondarie: “Esiste un inizio e una fine” e “Ogni effetto ha una causa”.

Quando siamo nati e cresciuti in questa dimensione è difficile uscirne perché ci sembra ovvio e incontrovertibile che sia così.

È difficile pensare che sia solo una credenza come tante altre.

Oltretutto questa credenza di realtà oggettiva si è rivelata molto utile per il progresso tecnologico, come anche per la medicina iperspecialistica, sempre più avanzata nello studio e nella cura di parti sempre più piccole.

In questa realtà sarebbe molto

difficile che un dolore a un ginocchio possa essere ricondotto a un problema a un dente o che un problema a un dente possa essere ricondotto al cuore, o tantomeno che tutti questi problemi possano essere ricondotti a emozioni.

Questo sarebbe normale per la medicina cinese, ad esempio, ma quest'ultima non rientra in tale piano di realtà.

La medicina iperspecialistica tuttavia va molto bene per le emergenze, così come tutto ciò che è specialistico e ipertecnologico va bene per affrontare urgenze di tipo materiale.

Il problema sorge quando ci sono incongruenze: quando, nonostante la cura antibiotica, l'infezione non passa;

quando hai disturbi che non hanno un correlato organico; quando, convinto che i traumi dell'infanzia siano alla base della tua infelicità attuale, segui per anni una psicoterapia e non cambia nulla.

L'incongruenza accade anche quando assisti impotente alla malattia di un caro o, ancora peggio, al prolungamento delle sue sofferenze nel tentativo di mantenere il più possibile e inutilmente la vita – se così si può chiamare negli stadi terminali – del corpo fisico.

Allora cominciano le domande che potrebbero condurre al secondo livello di realtà.

Se adesso vi siete riconosciuti in questo livello, significa che, pur avendo la credenza che tutto sia separato, siete

arrivati comunque a leggere il libro fino a questo punto e dunque qualche domanda già si animava dentro di voi.

Cosa fare? Siete fortunati perché la scienza stessa oggi si proietta verso una visione del mondo del tutto nuova rispetto a questa e lo abbiamo già detto. Ciò andrà benissimo per la vostra mente razionale e infatti questo libro è zeppo di rimandi scientifici!

Per cominciare il vostro salto quantico vi consiglio di focalizzarvi soprattutto su ciò che la scienza ci insegna circa la neuroplasticità del cervello, il DNA come antenna e tutte le ricerche sulla nostra natura vibrazionale di cui parlerò nei prossimi capitoli.

Lasciate che la forza di queste

scoperte agisca nelle vostre credenze fino a smantellarle e ristrutturarle o, se preferite, plasmarle.

Oltre alla medicina e alla chirurgia, cominciate ad avvicinarvi all'alimentazione, alla fitoterapia, alle terapie fisiche come osteopatia, chiropratica e così via, allo yoga, al chi qong, a tutte le tecniche di medicina quantistica basate sulle radiofrequenze e sulla biorisonanza: insomma fate riferimento a tutto ciò che può essere tangibile e sensato anche per la vostra mente razionale e a mano a mano il cambiamento accadrà.

Così è accaduto a un mio paziente, papà di un'amica. Lei molto addentro in questi temi, lui del tutto digiuno.

Colpito da un tumore, operabile e circoscritto, eccolo di fronte all'enigma di una chemioterapia, proposta come preventiva, ma non ritenuta indispensabile.

La figlia contraria, lui chiaramente in conflitto sul da farsi, sospeso tra le sue credenze e quelle della figlia.

Mi arriva, desideroso di seguire i consigli della figlia, ma spaventato e confuso. E questo è proprio ciò che non deve accadere: se prendete una decisione che mette in conflitto le vostre credenze, allora è meglio non prenderla.

Piuttosto proseguite secondo il paradigma in cui avete finora creduto e intanto occupatevi delle credenze che vi sono sottese.

È fondamentale ribadire che nella medicina integrata nulla viene rifiutato, ma la terapia si plasma sulla persona, su misura per le sue esigenze, convinzioni, necessità perché solo così avremo il massimo della coerenza e della risonanza di cui abbiamo bisogno per il salto quantico di coscienza.

Abbiamo assistito a casi di guarigioni anche straordinarie sotto chemioterapie addirittura rivelatesi poi inefficaci in quel tipo di tumore, come viene riportato nel libro *Guarigioni straordinarie* (oltre che citato da Enzo Soresi, da Alain Moenaert e da Lyssa Rankin nei loro testi), a riprova del fatto che il primato è sempre della coscienza con cui ti approcci a ciò che stai

vivendo.

Dunque cosa feci con il padre della mia amica? Sondai le sue credenze e mi accorsi che, leggendo i vari testi consigliati dalla figlia, aveva già recepito e integrato la credenza sull'importanza del cambiamento di alimentazione, tanto da aver già autonomamente intrapreso una dieta macrobiotica vegetariana in totale autonomia con l'aiuto della moglie.

Questo fu l'inizio del suo salto quantico.

La strada proseguì con la scelta di sottoporsi alla chemioterapia, ma naturalmente la paura era tanta, anche perché stavano agendo in lui le credenze della figlia per la quale si trattava di un

veleno e il sentito dire di amici e conoscenti che ne avevano avuto esperienza.

Qui si trattò di supportare il tutto con fitoterapici e omeopatici che potessero ridurre le collateralità e soprattutto, paradossalmente, ristrutturare le credenze: utilizzammo l'ipnosi, creando delle suggestioni ad hoc sulla potenza ed efficacia di quell'esercito armato di sostanze che entravano nell'organismo.

La metafora piacque e risultò di grande aiuto.

Ma ciò che accadde dopo fu ancora più stupefacente: a distanza di un anno, il ciclo preventivo di chemio è solo un ricordo, ma la coscienza è cambiata. Non solo la dieta macrobiotica

prosegue, ma la pratica della meditazione è diventata quotidiana.

Le strade del salto quantico sono infinite e possono accadere anche al livello uno di realtà, quella materiale.

Per fortuna, è la coscienza che decide ed è suo il primato.

2. La realtà soggettiva

Questo è il piano del soggetto.

In questo piano crediamo che tutto dipende da come lo vediamo e che

dunque tutto è relativo e interconnesso.

Pensiamo che una terapia funziona non solo perché è efficace di per sé, ma perché la persona è convinta che sia così.

Crediamo nell'effetto placebo, e anche nel nocebo!

Qui la credenza fondamentale è: "Tutto è collegato".

Se è così, le credenze secondarie "Tutto ha un inizio e una fine" e "Ogni effetto ha una causa", valide per il piano di realtà oggettiva, si trasformano in "Tutto è ciclico e transitorio" e "Tutto è sincrono".

Queste credenze potrebbero non essere di immediata comprensione ma provate per un istante a riflettere: se

tutto è connesso, allora nulla finisce mai davvero, non c'è un inizio e una fine. Se tutto è connesso facciamo tutti parte di una grande opera, di una grande dinamica collettiva nella quale un evento che accade in un punto, in quanto collegato a una rete di altri eventi e soggetti, è in relazione di sincronicità con essi.

La vita è vissuta come un grande viaggio di trasformazione.

Ecco che in questo piano cominciate a interessarvi delle relazioni che intercorrono tra i diversi organi, che cominciate a comprendere come organi, energia ed emozioni siano interconnessi, corpo e psiche siano interconnessi e così via.

Potreste essere attratti dalle vite passate, dai fenomeni della telepatia, della chiaroveggenza e così via.

Se nel mondo della realtà oggettiva la morte è la fine, in questo mondo la morte è solo un passaggio in un'altra dimensione, il che potrebbe attrarvi parecchio.

In questo piano potreste essere attratti dalla medianità, dalla sensitività e "divertirvi" anche parecchio tra scoperte di vostre vite passate, sincronicità varie e contatti con altre dimensioni.

Potreste però anche finire con l'utilizzare tutto questo per scappare da ciò che veramente potreste toccare nel qui e ora.

Vi porto l'esempio di un caso di blocco sessuale di un mio paziente.

Si trattava di un azzeramento della libido, nonostante con la moglie avesse un ottimo rapporto, fatto di reciproca stima e complicità.

La sessualità era sempre stata ottima fino a quando non erano diventati genitori.

Naturalmente all'inizio la spiegazione era stata la solita di sempre: con la nascita di un figlio le cose cambiano e così via...

Ma un anno dopo non era cambiato nulla.

Così Aldo si era orientato a comprendere tramite uno psicoterapeuta il suo vissuto di padre, se non vi fossero

dei blocchi a questo livello, ma nulla ancora mutava.

Si era poi imbattuto nella psicogenealogia e nelle costellazioni familiari, che avevano esercitato un fascino enorme su di lui: era emersa una storia familiare, collegata a un segreto di famiglia.

La madre gli aveva raccontato infatti che suo padre era salvo per miracolo, scampato alla follia della nonna, che forse in preda a una crisi di delirio mistico, aveva cercato di battezzarlo nell'acqua bollente per esorcizzare il demonio.

La nonna, che lui non aveva mai conosciuto, aveva dato i primi segni di scompenso proprio dopo il parto.

Così Aldo si convinse di avere perso il desiderio sessuale nei confronti della moglie perché vi aveva inconsciamente proiettato questo tema familiare.

Ma comunque le cose non mutavano.

Fu allora la volta della regressione nella vite precedenti, in cui si ritrovò capo di una tribù costretto a sacrificare il suo primogenito per scongiurare una guerra.

Ma ancora il sintomo era lì, a ricordare il suo messaggio indecifrato.

Quando giunse da me e mi raccontò tutto, mi fu chiaro che l'unica via per me di aiutarlo poteva essere quella di spostarlo dal piano interpretativo soggettivo in cui si trovava.

Era come affascinato da tutto questo,

ma al contempo era come se mantenere il sintomo fosse il sistema per poter continuare a studiare e ricercare se stesso.

Occorreva una prospettiva differente: così gli feci notare quanto gli piacesse il percorso che aveva fatto e come fosse stato fortunato a perdere il desiderio.

Piuttosto colpito e sorpreso mi disse che non l'aveva mai vista in questi termini.

Gli chiesi allora cosa simboleggiasse, ecco il prossimo piano di realtà, per lui il desiderio sessuale.

Nel piano simbolico ogni cosa, atto, evento, rappresenta qualcosa. Fu allora che le cose mutarono, e proseguirò il racconto nel prossimo paragrafo.

Va detto parimenti che in altri casi, invece, psicogenealogia e vite precedenti si rivelano la soluzione perfetta.

Mi giunse una paziente, che chiameremo Viviana, la quale lamentava un disturbo asmatico insorto in concomitanza con la gravidanza e molto grave tanto da essere costantemente sotto cortisone.

Aveva sempre avuto paura durante la gravidanza che il bambino potesse avere il cordone ombelicale attorcigliato al collo e potesse soffocare.

Indagai nell'albero genealogico e nell'anamnesi se vi fossero casi simili, ma sembrava di no.

Sul piano emotivo c'era una forte

ansia e un senso di colpa per non aver potuto allattare il bambino che affrontammo con la ISTDP.

Ma il senso di soffocamento che lei provava, insorto attorno al quinto mese di gestazione, sembrava radicato nel corpo in modo così viscerale...

Fu così che decisi per una sessione di ipnosi, non regressiva in verità, piuttosto finalizzata, sfruttando la diversa fisiologia che si attiva sotto ipnosi, con il controllo dell'emisfero destro, le onde theta, il tono parasimpatico attivo, a favorire un maggiore rilassamento e una possibile interazione anche dell'effetto placebo.

Invece dopo poco la paziente sembrò agitarsi parecchio, respirare a fatica,

tanto che fui indecisa se risvegliarla, ma iniziò a parlare: era nel ventre della madre, doveva nascere, sentiva parlare in una lingua che diceva di non conoscere dai suoni che le giungevano.

Impegnava il canale del parto ma era strozzata, il cordone era attorno al suo collo...

Attimi di pura angoscia.

Stava rivivendo, per chi crede nelle vite precedenti, oppure ripescando dalla matrice dell'inconscio collettivo o dal campo quantico un'informazione adatta alla risoluzione catartica del suo problema.

In quella vita o in quella immaginazione morivano sia lei che la madre. Attimi di straziante dolore.

Poi la quiete, era tutto finito e lei era lì che poteva vedere tutto quanto e scoprire che la sua profonda paura era un ricordo o un'informazione che aveva recepito e non si sarebbe dovuta verificare ancora.

Un lungo sospiro di sollievo.

Al risveglio ricordava alcuni passaggi ed era molto sorpresa.

Mi fece notare che lei non indossava mai sciarpe né colli troppo stretti e lo ritenne un ulteriore segno.

Sta di fatto che migliorarono molto i sintomi dell'asma, tanto che attualmente assume una terapia profilattica solo per via inalatoria e a dosaggi molto più bassi.

Vi sarete forse accorti che i mondi

della realtà oggettiva e soggettiva sono agli antipodi.

In effetti è molto difficile far dialogare persone o modelli che si siano situati alternativamente in questi due piani di realtà perché potrebbero davvero non comprendersi mai.

Pensate a un onnivoro che vive nel piano della realtà oggettiva, dove tutto è separato da tutto e dunque un animale può essere cibo per un altro, a cena con un vegano che si situa nel piano della realtà soggettiva, per il quale la morte di un altro animale, visto che tutto è connesso, è un po' come la sua...

Non so se sia così, ma io come medico ho sempre utilizzato il concetto dell'efficacia per dirimere questioni di

tale genere, come peraltro ho raccontato nel mio primo libro, *Anatomia della guarigione*, relativamente alla questione della veridicità o meno dell'ipnosi regressiva.

Poi ho scoperto successivamente che facevo esattamente quello che dicono i principi Huna: "L'efficacia è la misura della realtà".

Come medico, per mia fortuna, non devo dire ciò che è vero e giusto, mi devo attenere a ciò che funziona per la persona che ho davanti.

L'unico punto di vista che mi interessa è quello di chi siede di fronte a me.

Quello che funziona per il soggetto per me va bene.

E nel piano della realtà soggettiva funziona l'ipnosi regressiva o progressiva, tutte le terapie energetiche, l'agopuntura, la psicogenealogia, gli atti psicomagici di Jodorowski, EFT, Emotional Balance e così via.

3. LA REALTÀ SIMBOLICA

Qui tutto è simbolo. Cosa significa questo? Che nulla è come appare, tutto rimanda a un altro senso, a un altro significato.

In questa realtà un gesto non è solo un gesto e un pensiero non è solo un pensiero: sono forme gesto e forme pensiero, ovvero informazioni che rimandano a un altro significato, che le ricollega a una realtà sottesa a tutto fatta di coscienza.

Qui valgono le leggi a un tempo sciamaniche e quantistiche dello specchio: tutto è un riflesso di noi. La nostra realtà ci rispecchia. Tutto è sogno e nulla esiste al di fuori del mio sogno che crea man mano.

Ogni persona, ogni evento, ogni cosa è parte del mio sogno, riflette me, la mia coscienza, il mio livello di consapevolezza.

A questo livello valgono come assunti

secondari quello secondo cui “tutto fa parte di una rete di significati” e “ogni cosa è un riflesso dell’osservatore che la guarda”.

Curiosamente, o forse no, in questo piano di realtà confluiscono tanto le concezioni quantistiche che quelle sciamaniche: la realtà non è come la vediamo, essa è una rete altamente simbolica o altamente vibratile, in cui tutto ciò che c’è è il collasso di un’onda di probabilità o, direbbe lo sciamano, la materializzazione di un sogno. Allora è possibile muoversi tra infiniti potenziali quantici, così come tra infiniti sogni.

Ed è possibile anche entrare in un sogno e cambiare quel sogno, cosa che lo sciamano, per così dire,

regolarmente, fa!

Se tutto è un sogno, tutto è una mia co-creazione.

A questo livello allora desiderate fortemente risvegliarvi: volete andare oltre, infrangere lo specchio, avere occhi per vedere al di là della veste apparente di ciò che c'è, non già al di là di questo mondo come nel piano soggettivo nel quale siete attratti dall'aldilà inteso come altro mondo.

Il mondo che vi interessa è già qui. Solo che non è come appare, o, meglio ancora, come appare è un mistero che si manifesta e voi volete scoprire il mistero.

Anche l'alchimista all'inizio del suo cammino è qui, in questo piano di realtà.

Quando assumete questo piano, cominciate a non essere più vittime.

Nel piano oggettivo siete vittime di minacce esterne, del caso, degli imprevisti, delle malattie.

Nel piano soggettivo siete vittime del passato, della psiche, delle emozioni represse, dei blocchi energetici.

Qui siete co-creatori della vostra realtà e potete chiedervi: perché mi sto creando questo?

Tanto per proseguire con il nostro esempio dell'onnivoro e del vegano, che faccio apposta perché so che ormai è più facile litigare per le scelte alimentari che per la politica, e dunque certamente è un esempio che resterà nella vostra mente, in questo piano di

realtà dove tutto è simbolo il problema non è più cosa mangi, ma come, con quale energia, con quale intenzione.

Qui tutto è anche un rituale e il cibo è una forma-cibo: introduci della carne o introduci l'energia dell'atto dell'uccidere? Introduci un vegetale o la superbia di chi si crede migliore e più etico di un altro? Dipende.

E quando introduci il cibo che tipo di rituale è per te? Mangi o ti nutri?

In questo piano abitano tutti i sistemi interpretativi del reale compresa la PNL, l'interpretazione dei sogni, la medicina sciamanica, le leggi biologiche delle malattie.

Se siete in questo piano di realtà le terapie più adatte sono le terapie di

visualizzazione ipnotica, di co-creazione quantistica come quelle di Frank Kinslow o Richard Bartlett, per citare solo alcuni esempi.

Tutte le terapie verbali con l'utilizzo di mantra e formule sono certamente adatte a voi, così come Psych-K, la meditazione, l'onironautica e il sogno lucido, l'alchimia-spagyria, la fede stessa e la preghiera.

Nel caso di Aldo, fu nel piano simbolico che trovammo la soluzione: perché quando gli chiesi cosa rappresentava per lui avere desiderio sessuale nei confronti della moglie, divenuta madre, lui ebbe una microespressione di disgusto.

Glielo rispecchiai e mi disse che

appena glielo avevo chiesto, gli era venuto in mente quel film di Fellini, Amarcord, in cui il giovane ragazzino guarda quei seni ridondanti della prostituta... associava questa immagine alla madre, anche lei ridondante.

La madre aveva l'abitudine di stringerlo al seno, cosa che a lui dava fastidio e che trovava ambigua.

Si accorse che quando la moglie, che si era scelta magra e longilinea, aveva partorito e dato la prima poppata al bambino lui aveva provato disgusto.

Erano i seni divenuti prosperosi della moglie a bloccare il suo desiderio, che aveva associato a qualcosa di incestuoso.

Si rese conto che il problema era

l'associazione inconscia tra sua moglie, ora madre, e sua madre.

Non era il suo ruolo di padre a costituire un problema.

Anche per Linda furono le parole sul piano simbolico a darci la chiave della sua dermatite che deturpava buona parte del viso.

Si era sposata, senza il volere dei genitori, con un uomo molto più grande di lei.

Erano tre anni che stavano assieme, ma lei sentiva di avere commesso un errore.

Si era innamorata del gallerista, non dell'uomo.

Infatti lui gestiva la galleria dove lei era andata a proporre alcune sue opere.

Per lei rappresentava un sogno. Ma non era la stessa cosa quando erano a casa in pigiama.

Le avevano detto che dietro alla dermatite c'era un conflitto di attacco, una minaccia della sua integrità ma non era servito a molto, lei non si sentiva attaccata.

Le chiesi come si sentiva in quella situazione e mi disse che la cosa che le creava più problema era dirlo ai suoi, e, mentre parlava, mi disse: «Io sono sempre stata ribelle, ho sempre fatto quello che volevo, anche fare la pittrice, ma ho sempre avuto ragione, insomma ci ho sempre azzeccato. Questa volta dovrei ammettere che ho sbagliato e non mi va di perdere la faccia».

Era chiaro che la dermatite stava rappresentando sul suo volto, il suo senso di inadeguatezza, il suo non voler ammettere quello che per lei era un errore che il suo orgoglio non le permetteva di commettere.

4. LA REALTÀ OLISTICA

Olismo è un termine davvero molto abusato, ma la sua radice è troppo potente per essere tralasciata.

Olismo viene da *olos*, intero.

Qui tutto è uno. Forse addirittura dovremmo dire tutto è, perché "tutto è uno" sembra poter implicare un due.

Tutto è, ed è tutto.

Difficile rendere a parole questo stato di coscienza che può essere solo esperito.

Parlare di coscienza cosmica è utilizzare uno sbiadito riflesso di questo genere di esperienza nella quale diveniamo parte e soggetto di un uno che è tutto e siamo noi.

Siamo uno con il cosmo, nel senso che nell'uno siamo davvero noi stessi.

È il piano dell'identità, dove nessuna alterazione della nostra energia primigenia è avvenuta.

Siamo esattamente ciò che siamo. Uno

e tutto.

Più permettiamo all'uno di comprenderci, più siamo esattamente noi stessi, come una pianta che non può che essere quella che è sempre stata a partire dal suo seme.

La metafora del seme è potentissima: il seme è uno con se stesso e con tutte le manifestazioni di pianta che sarà nella materializzazione della sua energia e al tempo stesso è una parte della natura tutta inscindibile da essa.

La coscienza del seme è la coscienza della natura.

L'infinitamente piccolo è l'infinitamente grande, non c'è più alcuna differenza.

L'alchimista che a lungo separa lo

spesso dal sottile, diluisce e diluisce fino all'essenza, rettifica e purifica la materia fino alla sua sostanza più sottile, alla sua informazione, infine giunge all'uno, dove nulla è da purificare, dove tutto è.

Tutto si risolve nella coscienza di esistere.

Percezione della esistenza, *ex sistere*: io percepisco e sono.

Se quel "*cogito ergo sum*" di cartesiana memoria non fosse stato frainteso...

Penso, sono cosciente, sono coscienza, dunque sono.

Questo è un perfetto esempio di come una stessa affermazione può mutare di significato nei diversi piani di realtà:

nel piano oggettivo, "penso dunque sono" significa che l'unica realtà è quella mentale, cioè corpo e mente sono inevitabilmente separati; nel piano olistico, significa che la coscienza è tutto, ovvero tutto è coscienza.

Nel mondo olistico, ciò che è in alto è come in basso e ciò che è in basso è come in alto.

Tutto è dentro di noi, in quelle *interiora terrae* che l'acronimo V.I.T.R.I.O.L. ci chiede di visitare per trovare la pietra occulta.

Nell'Uno vige la legge dell'armonia. La legge del karma è dissolta.

Il nostro pasto è tutto e tutto è cibo, come dicono i Veda. Anche noi che non veniamo allevati di norma per essere

mangiati, saremo cibo per la terra, i vermi, le larve.

Anche uccidere un animale per mangiarlo è nell'Uno e anche un vegetale sente qualcosa quando lo tagli o lo fai bollire ed è comunque te.

Questo accade perché nell'Uno il senso di separazione, che è andato scemando via via gradualmente dalla realtà oggettiva alla realtà soggettiva, a quella simbolica, ora scompare.

Se nella realtà oggettiva tutto è separato da tutto, nella soggettiva tutto è interconnesso ma pur sempre separato, nella simbolica tutto è un riflesso: il che implica ancora che ci sia uno specchio che riflette; qui non c'è distinzione tra me e qualsiasi altra cosa, perché tutto è

in me, tutto sono io, fuori dal tempo. Tutto è già creato nel mio seme.

Nel mondo dei quanti questa è la coscienza del campo del punto zero, il creatorecreatura.

Creatore di una creatura, che in latino è participio futuro: letteralmente, le cose che verranno create.

La coscienza è colei che crea e le cose che creerà che sono già in lei.

Qui valgono la legge del vuoto e del permettere di cui parleremo nella seconda parte del libro.

Il vuoto e il permettere sono ingredienti fondamentali del salto quantico.

In questo piano la malattia e la guarigione non esistono.

Qui esiste solo quanto sono ciò che sono, o meglio ancora quanto sarò quel che sarò, posto che quel che sarò esiste già ed è in me già scritto.

A riprova del fatto che tutto questo non è appannaggio di pochi illuminati, ma di quanti permettano che accada, indipendentemente dai loro studi, ecco di nuovo le parole di Maria Cristina:

«*Di colpo ho vissuto ciò che fino al giorno prima avevo solo letto e intellettualmente capito. Ho provato dentro me stessa quello che penso sia stato un vero e proprio salto di coscienza.*

«*Non so come altro descriverlo... so solo che dopo ero con me, insieme a*

me, profondamente e indissolubilmente, come lo sono stata quando ho sperimentato il riavvolgimento intrauterino nell'autoipnosi. In verità e realtà.

«*Mentre ancora ero in quello stato, dopo essermi amata e guardata sana, per un lasso di tempo che non so più quantificare davanti allo specchio del bagno, occhi negli occhi, certa che la mia "Felicita" (questo il nome che ho dato alla mia malattia, prendendo in prestito quello della sua amata nonna) avesse definitivamente portato a temine la sua missione e recapitato il messaggio, tornata a letto ho pensato alla mia famiglia che stava per riunirsi per il pranzo domenicale e ho pensato*

che avremmo dovuto essere più veri, più sinceri, più amorevoli gli uni con gli altri, ma che forse quella non sarebbe stata la giornata... che forse un miracolo al giorno poteva bastare.

«*Scesa per le scale all'arrivo di mia sorella, lei mi si avvicina e spontaneamente, senza un'apparente ragione mi abbraccia (cosa che noi non facciamo abitualmente). Lì per lì, ancora incapace di vivere nella nuova modalità, io resto un po' sorpresa; poi dopo un pranzo molto disteso e sereno, nel pomeriggio, rimasta sola, realizzo che ancora una volta ho assistito o forse, per meglio dire, ho partecipato alla co-creazione della mia realtà. Ho preso il cellulare e ho ringraziato mia*

sorella per il gesto, dicendole che le volevo bene e che mi scusavo per la mia bassa reattività.

«Oggi, a distanza di una settimana dall'accaduto, posso dire che lo stato in cui mi sono "catapultata" permane ed è il mio, il timore nei confronti dell'evoluzione della mia malattia non esiste più, in nessun modo e per nessun motivo. Mi sveglio tutti i giorni completamente sana e da allora ho realizzato che io sono sana.

«I sintomi della mia malattia si sono affievoliti e io passo periodi molto più lunghi durante la giornata senza pensare costantemente a lei e facendolo con amore quando mi capita di ricordarmene. Nutro una fiducia

completamente nuova nelle cure di farmaci naturali che faccio, oltre al resto, cosa che non era vera prima.

«*E soprattutto è subentrata via via una serenità dilagante, e una felicità che prima non trovava spazio. La mia immaginazione è più libera e io sono più libera*».

E quelle di Milena, giunta per un morbo di Paget al capezzolo destro, di cui assistiamo alla progressiva scomparsa, neppure tanto sorprese, piuttosto come il naturale effetto di ciò che lei stessa dice: «*Io so, sono certa, perché so, che io e questa malattia siamo una cosa sola. Io voglio sentirmi libera di decidere di me, questo è*

quello che ho fatto e non ho più avuto dubbio su come sarebbe andata. So che è solo una questione di tempo, che si manifesti ciò che io so già essere vero».

Questo salto è il più potente e non necessita in verità di nessuna terapia. Ogni terapia è solo una delle innumerevoli vie dell'Uno che l'anima sceglie di sperimentare e l'unica cosa che conta è che l'anima sia davvero e sempre più libera di essere ciò che è.

Nell'ottica dell'Uno, so che può sembrare folle, la cosiddetta malattia è perfetta così come è, perché è anch'essa parte dell'Uno.

A questo livello il pensiero più frequente che mi è stato riferito è:

«Non mi interessava più se ero malato o meno, e quanto avrei vissuto. Mi interessava solo essere me stesso, e dunque libero e felice; sentire che vado bene così, che sono perfetto così. Mi interessava solo questo stato di presenza, null'altro. Così ero me e non importava quanto avrei vissuto. Un solo giorno così valeva un'intera vita. La paura che mi aveva dominato, fino a quel momento, mi aveva lasciato, come fosse dissolta. Non volevo più fare alcuno sforzo, solo essere ciò che ero».

Quando le persone giungono a questo stato di coscienza, parlano come parlano i grandi maestri di tutti i tempi, a riprova del fatto che i maestri esteriori non sono

che il simulacro dei maestri interiori.

Francesca, con la quale poi abbiamo avuto un'unica, profonda e commovente seduta, mi ha dato il permesso di riportare la sua testimonianza, tramite la mail con la quale mi aveva contattata:

«*Gentile dottoressa, ho trentanove anni e una storia di cancro al seno che spero sia terminata a maggio scorso con la conclusione della chemioterapia. Sono attualmente nel follow up medico. Le scrivo perché la lettura di* Anatomia della guarigione *è stata così tanto sentita da parte mia che non potevo prescindere da un contatto con lei. Sono in psicoterapia attraverso il servizio di oncopsicologia*

del mio ospedale (vivo a Roma) e mi trovo benissimo col mio dott. ...

«*Sarei però davvero felice di poter avere almeno una sua consulenza per capire se il mio caso potrebbe beneficiare di altre forme di approccio delle quali parla nel suo testo.*

«*Sa, la cosa che mi ha lasciata a bocca aperta durante la lettura è stato il fatto che durante i mesi della mia malattia, andando a tentoni nel buio, mi sono spontaneamente avvicinata alle cose di cui lei parla per conoscenze scientifiche: ho iniziato a meditare, pratico yoga, ho sviluppato una dimensione spirituale prima inesistente attraverso il buddismo, capisco profondamente il livello di*

felicità tre. Ho scritto un racconto che ha vinto un concorso letterario sul tema della mia malattia. Esso si potrebbe definire la versione "letteraria" delle sue conoscenze mediche. L'ho scritto senza aver ancora letto il suo libro perciò la cosa mi ha davvero stupita. Il mio racconto termina parlando di come e perché io mi senta "guarita". Le copio e incollo il finale:

"Da qualche parte ho letto che siamo fatti di luce. Particelle che oscillano nel vuoto creando un'essenza luminosa. Lo dice la scienza, ma non solo lei. La si può sentire, quella luce. Entra dalle crepe della propria esistenza, se solo si ha il coraggio di

guardarvi dentro.

"Nei mesi appena trascorsi, i più bui della mia vita, ho imparato che è proprio il dolore che rivela quella luce, ho imparato a non sfuggirgli. Per quanto grande sia la sofferenza vale la pena guardarla, lasciare che accada: è un'energia di valore sconfinato, una soglia che porta lontano.

"Grazie al dottorino, allo yoga, alla meditazione, alle onco-amiche, all'amore da cui sono circondata, grazie a me stessa e a quella spinta innata e inspiegabile verso la gioia ho ricominciato a brillare più di prima, illuminando l'oscurità che mi avvolgeva.

"Sono finalmente libera dalla paura

e dalle preoccupazioni per il futuro, non perché non le abbia più, ma perché ho capito che il cielo è così grande che può contenere anche quelle e che io stessa le posso illuminare.

"Guarirò? Tornerò nel mio cielo? Ancora non lo so. Ma forse la guarigione è proprio questo: è la gioia accanto al dolore. È la luce in ognuno di noi, in qualunque cielo ci troviamo".

«*Vede, dottoressa, io mi sento talmente vicina al suo approccio che sento l'esigenza di conoscerla, di avere un confronto diretto con lei, perché intanto la mia vita sta continuando, e affinché sia "vita" devo darle un valore diverso da quello che aveva prima e che mi ha portato alla*

malattia.

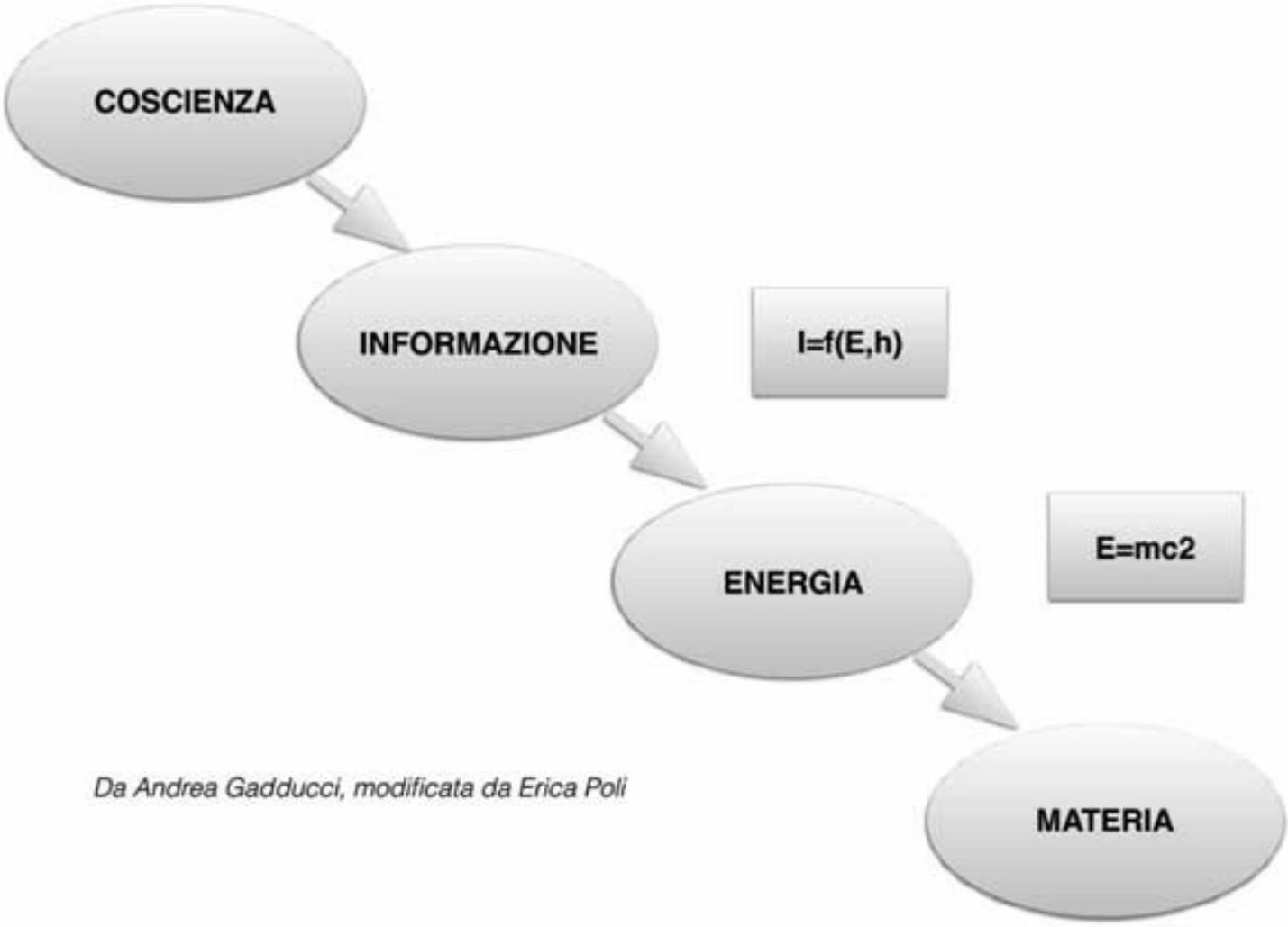
Spero possa aiutarmi.
Grazie per l'attenzione
Francesca».

I QUATTRO LIVELLI DI REALTÀ E LA COSCIENZA QUANTICA

Esiste un parallelismo quasi impressionante tra i quattro livelli di realtà che ho appena descritto e ciò che

la fisica quantistica sempre più ci conduce ad affermare circa la costituzione della realtà a partire dalla coscienza.

Ho trovato in molti testi e lavori di svariati scienziati rappresentata la realtà in quattro piani secondo questo modello, riassunto dall'ingegnere Andrea Gadducci nell'acronimo C.I.E.M.:



La materia corrisponde, come abbiamo visto, al primo livello di realtà.

Al di sopra o al di sotto della materia troviamo l'energia, che corrisponde al secondo livello della realtà.

Il rapporto tra energia e materia è stato intuito da Einstein che per primo le

collegò in una legge, per la verità molto semplice, ma dalle profondissime implicazioni.

Il rapporto tra informazione ed energia è invece meno chiaro, ma ormai sappiamo che l'informazione sottende l'energia e possiamo immaginarla come una sorta di alfabeto energetico che corrisponde al terzo livello di realtà.

Ci sono molte equazioni utilizzate per esprimere il rapporto tra energia e informazione e l'informazione si trova spesso rappresentata come un'entità che dipende dall'energia e da una costante, la costante di Planck.

La costante di Planck – anche detta "quanto d'azione" e indicata con h – è una costante fisica con la quale si

rappresenta la quantità di azione elementare: questo significa che le grandezze fisiche fondamentali non evolvono in modo continuo ma sono appunto quantizzate, cioè assumono solo valori multipli di questa costante. La costante di Planck quantizza l'energia in pacchetti definiti, che sono appunto informazioni.

Tutta l'informazione viene prodotta e gestita dalla coscienza.

Noi crediamo che la coscienza sia individuale – "*la mia coscienza*" – ma se ci soffermiamo a pensare per un attimo già al piano dell'energia potremmo comprendere che non è esattamente così.

Prendiamo ad esempio il movimento

che facciamo durante la camminata.

Siamo noi, cioè la nostra coscienza a decidere di iniziare a camminare, cioè a mettere in moto un programma: il "camminare".

E lo fa attraverso impulsi elettrici, biochimici, fotonici, vibrazionali... attraverso gli impulsi dei microtubuli, attraverso le sinapsi, il rilascio di molecole e le onde elettromagnetiche, dal cervello ai muscoli delle nostre gambe.

Questa informazione viene dunque veicolata attraverso l'energia fino al piano biochimico e ci permette di muoverci.

In questo piccolo gesto dell'iniziare a fare un passo, c'è tutto il mondo, in

forma olografica: si riflette cioè in esso la creazione e ricreazione di tutto il mondo dalla coscienza all'informazione attraverso l'energia sino alla materia di quei muscoli che si muovono.

Miliardi di atomi si muovono in perfetta sincronia nella realtà fisica.

Noi lo diamo per scontato, perché lo facciamo tutti i giorni... ma non è così scontato.

Tutte le tecnologie che noi creiamo riproducono in fondo piccole parti del nostro funzionamento, sezioni di processi che il nostro corpo fa invece in toto ogni istante.

Possiamo agire sulla biochimica con i farmaci, e riproduciamo quindi ciò che accade su quel piano; possiamo agire

sulle onde, sul campo elettromagnetico, sull'organo con la chirurgia... ogni tecnologia riproduce un pezzo di un intero processo multilivello che ogni istante accade dentro di noi e coinvolge la nostra coscienza in relazione alla coscienza collettiva.

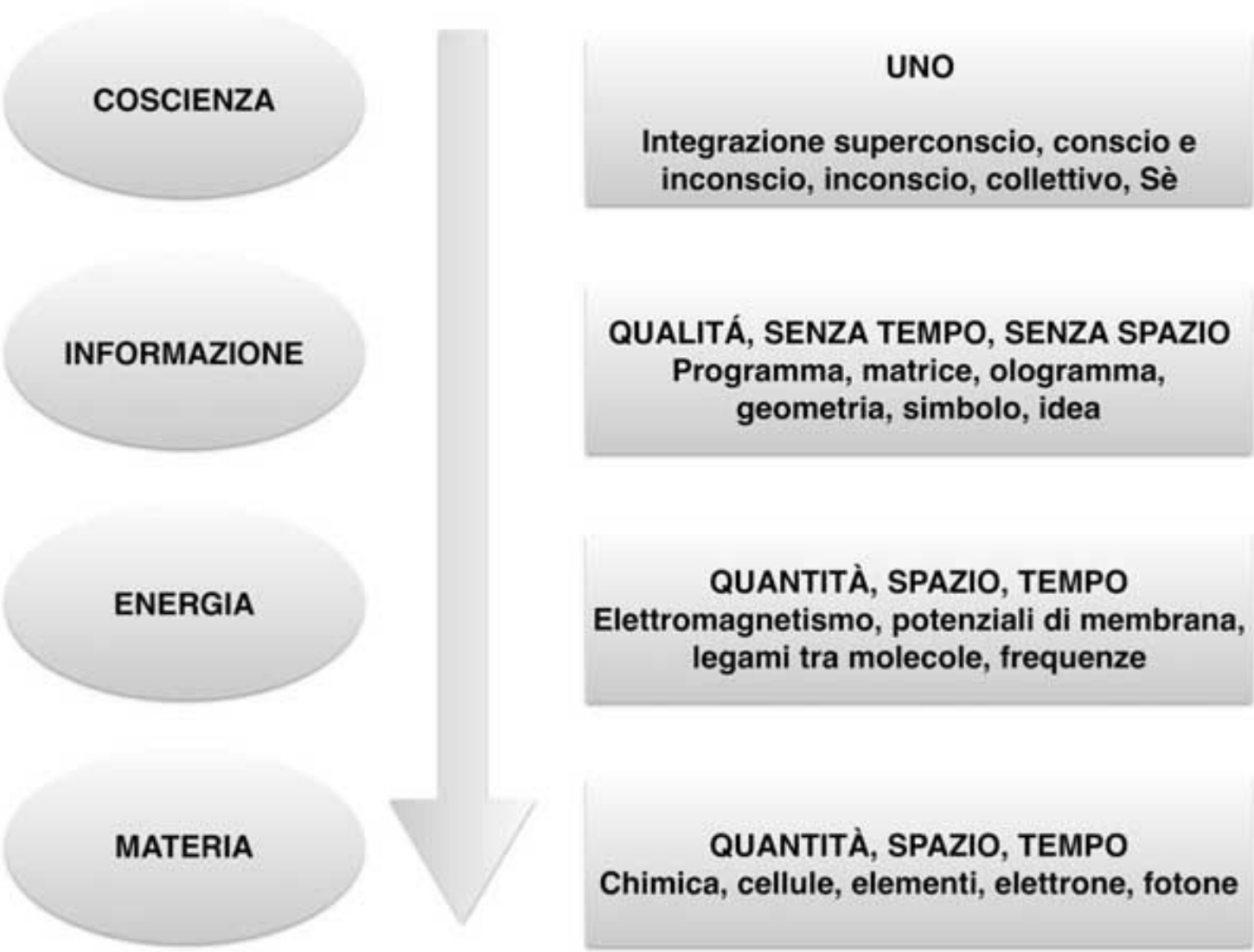
È ormai risaputo che ad esempio i campi elettromagnetici dei cuori di due persone innamorate si sincronizzano, che i cicli mestruali delle donne che lavorano tutte nello stesso ufficio si sincronizzano e così via... si tratta di campi cosiddetti (dal biologo Sheldrake) morfogenetici, i quali testimoniano l'appartenenza ad un'unica rete di quella nostra coscienza che agisce e orchestra le informazioni che

plasmano la materia attraverso l'energia, nel piano olistico del reale.

Si tratta di quattro piani tutti collegati e sono collegati... ora.

In questo momento, mentre state leggendo, lo sono nei vostri corpi e nelle vostre coscienze.

Allora possiamo integrare i quattro piani della realtà e i quattro piani della coscienza quantica in questo modo:



Nella materia allora siamo nel mondo della quantità, spazio-tempo, separazione. Le parole che risuonano con questo piano sono: chimica, elementi, cellule, organi, solidi, liquidi, gas, metalli, struttura, elettrone, fotone.

Anche elettrone e fotone risuonano

con questo piano perché sappiamo che essi vivono di un dualismo onda-particella nel quale possono assumere anche lo stato di particella, cioè materiale.

Nell'energia siamo nel mondo della realtà soggettiva, nel quale permangono ancora la quantità, lo spazio-tempo, la separazione tra ego che appaiono divisi gli uni dagli altri.

Ma cosa gestisce tutto questo nel piano dell'energia? I campi.

Con l'energia risuonano parole come elettromagnetismo, suono, potenziali di membrana, correnti elettriche, campi magnetici, calore, lavoro, raggi, onde; e ancora elettrone e fotone, per la loro natura anche ondulatoria.

Qui la fisica quantistica immette i suoi concetti di materia per il 95% vuota, ma non nel senso che non vi sia nulla, bensì nel senso di un magma energetico che ben corrisponde alla percezione soggettiva che abbiamo di noi stessi quando ci approgcciamo al nostro mondo interno, come appunto avviene nel piano della realtà soggettiva.

Dal magma energetico esce in modo probabilistico la materia, ci dicono i fisici, e questo significa che il nostro corpo esce da un magma di energia: ogni volta che lo muoviamo, questo magma energetico risponde.

Ma non è così ovvio: come far sì, ad esempio, che il corpo si muova senza

perdere per strada nessuno degli atomi e molecole che lo compongono?

Secondo alcuni studi per muovere una gamba con le sole leggi della biochimica, cioè con la sola attivazione delle reazioni chimiche molecolari, impiegheremmo anni, invece lo facciamo in una frazione di secondo.

È l'informazione, il pro-gramma che permette all'energia e alla materia di rispondere.

Il programma infatti non è altro che un "gramma", cioè uno scritto, *pro*, cioè prima: è ciò che è scritto prima, che contiene il percorso per arrivare da qualche parte o a qualcosa.

Nel piano dell'informazione, che corrisponde al livello simbolico della

realtà, siamo nel piano della qualità, non del *cosa* ma del *come*, del *non tempo* e del *non spazio*. Il potenziale quantico, cioè l'informazione non dipende dall'intensità dell'onda, ma solo dalla sua forma, da un parametro qualitativo.

Il simbolo, l'archetipo informa la realtà come matrice, come programma.

Ecco la traduzione di tutte le forme di terapia simbolica, dalla psicogenealogia alle costellazioni, dallo sciamanesimo alla metamedicina e così via, dalla numerologia alle geometrie sacre.

Esse lavorano nel campo delle informazioni, dei programmi, di ciò che è scritto prima e agisce come percorso per arrivare da qualche parte.

In quel campo spazio e tempo non

esistono e la struttura è olografica, una, unificata.

Qui risuonano parole come ologramma, programma, geometria, proporzione, idea, simbolo, il motore immobile di Aristotele, frequenza, probabilità, la monade di Platone, i numeri di Pitagora.

I suoni, lo sapeva bene Pitagora, sono "scritti" nei numeri, e dove stanno i numeri?

Quando parliamo di inconscio collettivo, come fanno i terapeuti junghiani, ci riferiamo a cosa?

Una banca dati collettiva dove stanno scritti i programmi, gli archetipi.

Internet sembra una buona metafora per esprimerlo: una rete sottesa da un

server in cui ci sono i dati.

Lo abbiamo inventato noi e per il principio olografico è molto probabile che rifletta la banca dati dell'inconscio collettivo.

Qualcuno lo chiama noosfera, come ad esempio Pierre Teilhard de Chardin, riferendosi a una sorta di campo intelligente, di sostanza del pensiero, che sancisce il ventaglio dei potenziali quantici osservabili.

Questo campo è atemporale e contiene su molti piani vibratori ogni tempo possibile, dal passato a tutti i potenziali futuri, in attesa di essere condensati dalla nostra attenzione e parola nel tempo presente.

Possiamo utilizzare come metafora le

tracce del CD: esse possono suonare una dopo l'altra come siamo abituati a sentirle, ma esistono comunque tutte contemporaneamente in una dimensione in potenza, nella quale in un certo senso potrebbero suonare tutte assieme e tutte assieme essere udite dalla coscienza quantica.

Nel mondo delle informazioni siamo tutti collegati ma ancora conserviamo una certa separazione.

Non siamo ancora all'origine dei programmi, alla fonte, alla sorgente dei numeri e delle frequenze, ovverosia non abbiamo accesso al piano decisionale, quello che decide i programmi.

Nelle terapie che agiscono sul piano delle informazioni, noi possiamo

riconoscere quale programma sta agendo, come è fatto, da dove viene, se dalla nostra genealogia o dalle vite precedenti o parallele, per fare un esempio, e possiamo riparare il programma se si è inceppato.

Ma non è detto che possiamo cambiarlo. Possiamo metterlo a posto ma non è detto che possiamo decidere di attivarne un altro.

Se abbiamo compreso, come è accaduto a un mio paziente, che la nostra psoriasi, oltre a essere una malattia cronica della pelle (piano della materia o realtà oggettiva), è l'espressione della difficoltà di contatto e la via di scarico della nostra rabbia (piano dell'energia o realtà soggettiva), ma è anche l'eredità

di un debito familiare per cui nostro nonno tornò dalla guerra in Africa con un'infezione tropicale della pelle per cui non poté riabbracciare l'amata per mesi dopo altrettanti anni di lontananza (piano dell'informazione o della realtà simbolica), non è affatto detto che potremo smettere di esprimere il programma psoriasi: potremo in effetti migliorare, ma il programma continuerà a essere attivo, il fenotipo psoriasi sarà espresso e acceso.

La matrice relativa al contatto con gli altri continuerà a informare il campo e impegnare la nostra Anima.

Questa matrice continuerà a informare il campo, scegliendo le esperienze e le espressioni concrete del contatto per

noi, come ad esempio nel caso del mio paziente, che ridottasi la psoriasi, soprattutto presente in zona genitale, cominciò ad avere relazioni sessuali ripetute e disinibite pur cercando a suo dire una compagna stabile.

Si poteva dire che la matrice informazionale "contatto umano" non stesse continuando ad agire nel suo campo?

Era effettivamente libero di scegliere? O era ancora dominato da forze al di là del suo conscio?

Chi avrebbe potuto decidere quale matrice attivare o disattivare e quindi quale programma esprimere?

La coscienza sola.

Nel piano olistico andiamo oltre i

programmi, siamo nella mente del creatore, che è di fatto uno con tutto.

Qui risuonano parole come superconscio, inconscio collettivo, decisione, direzione, Dio, creatore.

Come arrivarci? Questa è la domanda che mi ha spinto a scrivere il libro.

VIAGGIARE TRA LE REALTÀ

Forse dopo questa lettura alcuni di voi saranno confusi, o perplessi.

Magari vi verrà naturale condividere

con qualcuno i vostri pensieri e confrontarvi.

Oppure invece preferirete starvene da soli dentro di voi.

Qualcuno invece si sentirà già nell'Uno o gli saranno più chiare certe sensazioni provate.

Quale che sia la vostra percezione adesso, sappiate che è perfetta così come è.

Viaggiare tra queste realtà è faccenda delicata, è opera di diluizione costante delle proprie credenze e dei dubbi della mente razionale che analizza tutto secondo le regole del piano oggettivo.

È già altamente trasformativo che stiate viaggiando con la coscienza da un piano all'altro.

Allora potreste alternativamente pensare di avere preso il raffreddore (da dove?, si chiederebbero nell'uno, visto che tutto è uno!) perché avete preso freddo o per via di un virus (piano oggettivo); perché il vostro terreno è gravato da blocchi del passato che condizionano una fragilità al contagio (piano soggettivo); perché il raffreddore rappresenta un significato per voi, è un messaggero di qualcosa nella realtà che state creando, che ha a che fare con l'aver fiutato un pericolo di qualsiasi natura (piano simbolico); oppure semplicemente perché vi state manifestando così e questo era l'evento perfetto per voi e per essere in armonia col tutto e dunque non vi chiedete

perché: semplicemente prendete atto di essere raffreddati ora, di essere questa energia in questo modo e lasciate che l'energia stessa fluisca portando ben presto il cambiamento che è insito costantemente nella natura.

Vi invito a divenire sempre più consapevoli dei piani di realtà in cui vi muovete, a prenderne atto semplicemente.

Prendete atto e poi affidate tutto al buio e al silenzio.

Il resto verrà da sé.

3. Il medico interiore guarigione e autoguarigione

Guarire qualcuno è una pura illusione.

Curare, forse, prendersene cura. Ma guarire, no.

La natura guarisce, il corpo guarisce.

Ho imparato che meno sono nell'ottica di guarire qualcuno e maggiori sono i risultati.

Eppure non abbiamo forse detto che la realtà dipende dall'osservatore? Se io fossi convinta di guarire non dovrei far collassare una realtà in cui guarisco gli altri?

Ma se io fossi convinta di guarire qualcuno necessariamente farei collassare nel campo la realtà della malattia.

Per guarire qualcuno quel qualcuno deve essere malato.

Altrimenti non avrei nessuno da guarire.

Ma allora nel campo creerò necessariamente la malattia.

E più vorrò guarire qualcuno, più la mia volontà si sforzerà di farlo, più nel campo collasserà una malattia che

necessita sforzi.

Niente di nuovo per chi bazzica la legge dell'attrazione e il reality transurfing, ma applicato alla salute fa un certo effetto.

Attenzione dunque a quello che chiedete...

Il punto è che per far collassare nel campo la realtà di una persona guarita devo vederla appunto come tale, quindi già sana.

Se la vedo sana non devo proprio guarire nessuno.

E così guarisce.

Eraclito ci ha detto: *"Fusis filei kruptein"* – "la natura ama nascondersi" –, e questo ha a che fare con tutta la nostra vita, compresa la guarigione.

La natura si nasconde nel suo sviluppo, il seme deve essere piantato sotto terra, il bruco si avvolge nel bozzolo mentre fa la sua metamorfosi, la notte porta la guarigione delle ferite, il sonno produce sostanze che mantengono giovinezza e benessere, il feto si sviluppa nel ventre dove non si vede, al buio e nel liquido e così via...

Se mi nascondo mentre una persona parla posso accogliere la sua unicità, se ella stessa parla lasciandosi parlare, il *ça parle* di Lacan, colui che parla dentro, l'inconscio di Freud, padrone in casa nostra più di noi, più dell'Io, fino al Sé junghiano possono svelarsi.

L'autoguarigione è in fondo diventare ciò che il tuo inconscio vuole che tu

sia...

Allora addirittura abbandono anche le categorie di sano e malato.

Sto semplicemente.

Come le foglie, come una pianta. Sto presente.

Chiedo a chi ho di fronte solo la presenza.

Questo non ha niente a che vedere con la negazione della malattia perché vedere una persona sana in questo piano di coscienza non significa vederla senza malattia, significa vederla perfetta così come è e avere altri occhi per vederla, come la realtà oggettiva non la fa vedere.

Ciò che posso fare con il mio sguardo allora è aiutare chi ho di fronte a fare lo

stesso.

Negare la malattia significa invece continuare a fare quello che fai di solito: quanti eroi ho visto sottoporsi a terapie durissime sotto il profilo delle collateralità fisiche e psichiche e continuare indefessamente a lavorare, a fare tutto; sono quelli che fanno in modo che la malattia non muti di una virgola la loro vita...

E se quella che chiamiamo malattia fosse giunta esattamente per quello? Per far mutare la loro vita?

La natura insegna all'alchimista, e dovrebbe insegnare anche al biologo e al medico, che esiste l'alternanza delle stagioni.

Perché mai durante l'inverno una

pianta dovrebbe voler germogliare? E gli animali in letargo?

Gli animali quando stanno male si rintanano, stanno fermi, digiunano al buio e nel silenzio della tana.

Ma noi oggi abbiamo dimenticato persino il valore profondo della convalescenza.

L'operatività è quella che vogliamo, la connessione costante.

Questo ci violenta, violenta la nostra unità psiche-soma.

Vi ricordate da bambini quando vi veniva l'influenza? I primi giorni di febbre segnavano un confine: niente scuola, poco cibo e molto leggero, liquidi, cure, sonno.

Poi, passata l'acuzie, ancora giorni a

casa, ad annoiarsi anche un po', a disegnare, a guardare cartoni animati con la nonna o a farsi leggere fiabe, a giocare a giochi calmi che di solito non si facevano... a giocare con l'immaginazione, a fantasticare mentre il corpo recuperava man mano; e poi il primo pasto "normale" con il rinnovato appetito che lo rendeva nuovo, e un boccone del piatto preferito portato con fresca voracità al palato.

Lì si stava costruendo qualcosa, lì il corpo era impegnato in una trasformazione per la quale la sospensione del consueto era necessaria.

Così per guarire ci vuole anche sospensione dal conosciuto, ritmi differenti, vuoto.

Vi ricordate quando il medico veniva a casa? Se avete avuto la fortuna (come l'ho avuta io con il mitico dottor Fraschini che mi fa piacere ricordare ora) di avere avuto un medico di famiglia di quelli che parevano più dei saggi, maestri di un'arte antica... di quelli che venivano a casa e sapevano guardare e visitare e intuire, sapete di cosa parlo.

Ricordo quando si soffermava a spiegare che quella febbre lì, che mi faceva venire il mal di testa, era preziosa, faceva crescere le ossa del mio corpo, si chiamava febbre della crescita e io mi placavo... stava accadendo qualcosa di magico. Mi faceva un po' paura anche, ma capivo

che era un segreto tra me, la febbre e il dottore.

Il fatto è che la medicina occidentale con l'accelerazione della tecnologia ha finito in molti casi per cadere nel paradosso ben delineato da Einstein quando diceva che l'intelletto dovrebbe essere un servitore, mentre ne abbiamo fatto il padrone.

Quella che chiamiamo malattia non è un guasto di una macchina per il semplice motivo che noi non siamo macchine.

L'effetto è stato tragicamente scambiato con la causa.

Chiamiamo malattia dei sintomi di cui spesso non conosciamo la reale causa, perché la causa è in realtà un fine.

Forse vi starete chiedendo cosa significa quello che avete appena letto.

Ma la febbre ci verrà in aiuto ancora una volta per spiegarvelo.

La febbre è un rialzo termico che accade nel nostro corpo, mediato da una chimica fatta di citochine infiammatorie, cellule del nostro sistema immunitario e così via, che ha una precisa funzione antibatterica, antivirale, catabolica.

Interviene cioè in una fase in cui il nostro corpo deve eliminare qualcosa, si deve fare la potatura dei rami secchi, o regolare la massa batterica o virale che abita dentro di noi, o liberarci di qualche microorganismo straniero...

Se la trattiamo come una malattia, se diciamo "*mi è venuta la febbre*", come

se per giunta dovesse venire da qualche parte che neppure sappiamo e senza una ragione, allora finiamo per pensare che la malattia sia quella e assumere farmaci per fermarla.

Ma la febbre sta compiendo uno di quei prodigiosi fenomeni che la mente non saprebbe fare e che l'intelligenza dell'unità psicosoma invece orchestra tutti i giorni: solo che qui si tratta di un programma stra-ordinario, cioè fuori da ciò che accade di norma, appunto in risposta a fenomeni a loro volta stra-ordinari come, ad esempio, l'ingresso di un microorganismo straniero nel nostro territorio.

Se la sopprimiamo interferiamo con un programma biologico sensato che

risponde a un fine di omeostasi e guarigione.

E se questo vale per la febbre, e in verità per molti altri fenomeni di cui già conosciamo il senso biologico, è ragionevole pensare, persino statisticamente probabile, che valga per ognuno di quei fenomeni che chiamiamo malattia e che forse dovremmo chiamare, a questo punto, risposta dell'intelligenza biologica o, come già sono stati chiamati, programmi biologici sensati; oppure, se vi piace, ben-attia.

Quando intervenire allora? Quando la risposta che si è attivata sopravanza una soglia di tollerabilità sintomatologica o un margine di sopportabilità per le risorse della "macchina" biologica.

Se la febbre supera una certa soglia ecco che le proteine del corpo si denaturano e tutta una sequenza di accadimenti a questo punto conduce a un danno.

Allora ha senso intervenire, in realtà per prevenire il danno.

Dobbiamo avere l'onestà di riconoscere che l'intervento esterno deve essere sempre supportivo di un processo di autoguarigione che rispetti l'intelligenza del corpo, che la sappia leggere prima di tutto.

Finora molte terapie mediche sono state basate sulla confusione tra l'effetto e la causa, anche perché la causa, soprattutto per quanto concerne le malattie croniche, oncologiche e

degenerative, non si conosce.

I sintomi che molto probabilmente sono frutto di un programma sensato, che ancora sfugge alla medicina convenzionale, diventano la malattia e così abbiamo una proliferazione di diagnosi in realtà descrittive.

Un esempio per tutti, oggi molto diffuso o molto di moda a seconda dei punti di vista, è la fibromialgia.

Fibromialgia è una parola che definisce dolore, cioè *algia*, nei tessuti connettivi (fibro) e muscolari (mio): è una descrizione di sintomi di cui non conosciamo la causa, ma è diventata una diagnosi con persone affette da fibromialgia, che spesso mi si rivolgono e si presentano dicendomi "*sono*

fibromialgica".

La stessa cosa vale anche per la depressione: pensate all'enorme differenza che passa tra dire di se stessi "*sono depresso*" e occuparsi del fatto che ci si sente tristi per la maggior parte del tempo, e forse questo ha un senso.

Nel primo caso la depressione (diagnosi descrittiva) diviene una patologia, si finisce per fare l'inversione causa/effetto (sto male perché ho la depressione) e ci si avvia a questo punto inevitabilmente ad assumere un farmaco per curare la depressione, divenuta malattia.

Nel secondo caso la depressione non è una causa né una malattia, è un effetto di un programma che si è attivato dentro

per qualche ragione e con un qualche senso (ho la depressione, o meglio, mi sento depresso perché sto male dentro), e allora ci si avvia a scoprire non tanto il perché di quella depressione, che ormai sappiamo, a un secolo dalla nascita delle psicoterapie dialettiche, non serve a cambiare di molto le cose, ma bensì il fine che è insito in quel programma.

Oltretutto, collaborando con il programma depressione, nella realizzazione del suo fine, spesso scopriamo anche l'origine del programma, il che diviene un ulteriore strumento di trasformazione.

E nel viaggio di scoperta del senso della depressione, la natura ci viene in

aiuto.

Perché in natura l'animale si rintana quando una ferita deve guarire e utilizza la mimica della tristezza, che è identica in noi come nel mammifero, come ben mostrato da Paul Ekman in una vita di ricerche scientifiche sulle emozioni di base e la loro manifestazione nel corpo, quando ha bisogno di aiuto e protezione.

Allora la depressione ci è giunta con il fine di far riparare una ferita e ottenere aiuto e protezione.

La terapia antidepressiva è opposta a questo intento.

Quando utilizzarla allora? Quando il programma rischia di essere troppo forte per il sistema psicosoma e dunque diventare pericoloso.

Ma a parte questi casi, la cura è un'altra: mentre il programma intelligente fa il suo corso, la cura sta nel dare aiuto, protezione e nel favorire, come un'ostetrica farebbe con il bambino che nasce, il compiersi della guarigione che la depressione sta attuando.

La depressione non è la malattia, la febbre non è la malattia: sono esattamente la cura che l'intelligenza psicosoma ha messo in atto.

Compito del medico è riconoscere il processo in atto, comprenderne il senso, collaborare con l'intelligenza psicosoma affinché possa portare a compimento il processo stra-ordinario di autoguarigione e prendersi cura della

persona, vigilando che il processo non sopravanzi le sue risorse, e in tal caso intervenire con presidi esterni, intrattenendo la mente razionale fintanto che la natura fa ciò che deve fare, cioè risanare.

È verosimile, visto che la natura è intelligente e sensata e più volte ci è stato mostrato che fenomeni che credevamo "inutili" non lo erano affatto (uno per tutti il caso del cosiddetto *junk DNA*: DNA spazzatura, cioè il 95% del DNA che non doveva servire a nulla e oggi è considerato la parte più importante della regolazione epigenetica), che ciò di cui ho parlato relativamente alla febbre e alla depressione valga per tutte le cosiddette

malattie.

Il punto è che attualmente non abbiamo compreso così bene il senso di tutte le cosiddette malattie o se lo abbiamo compreso non sappiamo collaborare efficacemente in tutti i casi ai fini della guarigione; oppure i presidi esterni di cui disponiamo per prevenire il danno collaterale del programma straordinario non sono sufficienti.

Ma non sarà trattando i sintomi – che sono effetti – come cause che lo scopriremo.

Il salto quantico di coscienza che la persona necessita di fare per favorire l'autoguarigione è fondamentale che lo compia anche il medico.

Vedremo infatti nel prosieguo del

libro quali e quante interferenze possiamo creare al processo che ne determinano l'esito infausto.

È per questo che ci interessano i guariti: lì il processo si è dipanato, come diceva Dostoevskij, nonostante le cure, perfettamente.

Del resto vedremo che questa inversione causa/effetto riflette una più profonda inversione materia/spirito che coinvolge l'intera società occidentale e che proprio la fisica quantistica e le neuroscienze ci stanno aiutando a trasformare con le loro evidenze che tanto piacciono alla mente razionale, mentre la conducono a comprendere che la "vera" realtà non è come noi la vediamo con gli occhi esterni, che la

materia è letteralmente coscienza. E anche di ciò parleremo in questo libro.

Per il momento desidero farvi soffermare più profondamente sulla presenza di un'intelligenza dello psicosoma che sa tutto di noi, che conosce i nostri più reconditi meccanismi, come un alchimista che sa tradurre i nostri umori in secrezioni istante dopo istante.

In Cina i medici alla corte dell'imperatore lo visitavano ogni giorno non già perché fosse malato, al contrario per preservarne la salute.

Oltretutto se si fosse ammalato avrebbero fatto una brutta fine, appunto perché ritenuti incapaci di presiedere al loro compito.

In quest'ottica il medico non sarebbe chiamato a curare ammalati, come un meccanico che deve mettere a posto una macchina guasta, ma dovrebbe essere un conoscitore profondo delle leggi della vita che funga da consigliere e protettore di essa verso ogni persona che gli si rivolga.

Per fortuna non dobbiamo attendere che cambino i programmi negli atenei per avere un medico così, anche se questo avverrà e medici così già ce ne sono; e da medico, lasciatemelo dire, è meraviglioso, ma un medico così noi lo abbiamo già dentro di noi.

Il medico esterno può essere davvero colui o colei che ci sostiene mentre la natura, il medico interiore agisce.

Sembra davvero difficile ma abbiamo già chi sa fare tutto questo.

È in noi. Abbiamo già tutto quello di cui abbiamo bisogno, perché nulla è fuori di noi, tutto è dentro.

In un certo senso, potremmo dire che guarire è in ultima analisi ricordare chi io sono, ricordare la mia più vera essenza.

Chi può fare tutto questo per noi?

Potete chiamarlo medico interiore o mente dottore, come suggerito da Rob Williams, creatore di Psych-k, o superconscio, termine già coniato da Jung.

Se il subconscio gestisce tutti i processi neurovegetativi, il superconscio rappresenta l'essenza

energetica per eccellenza, che vive nel senzatempo, al di fuori di questa dimensione spaziotemporale, e al contempo dentro, tra l'aldilà e l'aldiquà.

Questa mente dottore conosce ogni nostra credenza e sa allinearsi a essa.

Se credete nelle vite passate sceglierà questa strada per portarvi alla coscienza della guarigione, se credete nella scienza dei quanti utilizzerà la strada quantistica, e così via.

Allora un altro modo per intendere la guarigione è quello di vedere in che modo la mente dottore, il medico interiore, il superconscio, è impedito nell'esercitare la sua naturale opera.

In altri termini ancora, la relazione che avete con la vostra mente dottore

può fare la differenza rispetto al vostro stato di benessere.

Potreste essere arrabbiati, perché non riuscite a guarire.

O impazienti.

Potreste avere paura di non farcela. Essere frustati. Oppure avere la convinzione che la vostra mente dottore sia debole.

Il vostro medico interiore potrebbe essere frustrato da anni di vostra noncuranza, di vostre continue pretese di risultati senza che abbiate intrattenuto alcun dialogo con esso.

Potete farlo ora.

Chiudete gli occhi e immaginate il vostro medico interiore.

Magari vi si presenta in camice

bianco, magari invece è un fiero pellerossa, uno sciamano mongolo, una fata, una bambina, un serpente piumato, un drago, un alieno luminoso, un angelo...

Ascoltatelo, accogliete ciò che ha da dirvi.

E chiedete, senza giudizio e senza aspettativa, ma con la fiducia di chi sa di essere nelle migliori mani. Quelle della vostra Anima.

Date inizio a una nuova era della vostra vita nella quale avete una relazione proficua e profonda con il superconscio in voi.

Vi sta aspettando, sta aspettando che gli diate la vostra attenzione.

Il superconscio ha tutte le

informazioni, conosce tutte le regole dell'armonia e può ricordare e riattivare meccanismi antichissimi che hanno operato in voi in epoche primordiali del vostro sviluppo.

Un embrione nelle prime quattro settimane di gestazione ha un potenziale cellulare staminale per cui può rigenerare ogni sua parte: questa capacità perdura per la maggior parte dei tessuti fino ai quattro mesi di gestazione e ancora a sei mesi alcuni organi possono essere ancora interamente rigenerati e ricostruiti.

Una volta adulti questa memoria permane ad esempio nei tessuti delle cellule cosiddette cambiali: pelle, sangue, mucose, nelle cellule epatiche.

Noi tutti siamo ancora da qualche parte, nei meandri della memoria cellulare, quel feto: abbiamo la capacità di rigenerare e ricostruire parti del nostro corpo ma ce lo siamo quasi del tutto dimenticato.

Il corpo sa, il corpo può ricordare.

Il potenziale dunque esiste. Si tratta di comprendere come riattivarlo.

Una via è quella del dialogo con il medico interiore che ho consigliato a molte persone che si sono rivolte a me con risultati davvero sorprendenti.

Nei CD *Auto-ipnosi quantica* ho appositamente inserito una traccia intitolata *Salute ottimale*, la quale costituisce una guida al dialogo con il medico interiore e ho avuto moltissimi

riscontri della sua utilità anche da persone che hanno praticato esclusivamente con i CD senza essere mai venute in visita o aver frequentato corsi.

Elsa mi scrive:

«*Cara Erica, i tuoi nuovi CD* Auto-ipnosi quantica *sono un dono che abbiamo apprezzato davvero tantissimo. Per quanto mi riguarda le tue induzioni mi risultano utilissime, io ho moltissima difficoltà a fare meditazione o visualizzazioni perché, come ben sai, la mia mente se ne va ben presto per conto suo; i tuoi primi CD di auto-ipnosi mi hanno aiutato a esercitarmi, ma devo dire che le tracce*

della auto-ipnosi quantica sono davvero molto coinvolgenti, la mia mente segue la tua voce completamente, non si distrae mai, nemmeno un momento e per me è un grande successo... la mente si zittisce e l'anima ti segue e mi porti in un mondo a me davvero sconosciuto ma bellissimo. Non ho ancora ascoltato tutte le tracce, ma la sera mi addormento sempre con "sonno profondo" e tutte le mattine che mi è possibile al risveglio ascolto "attivare la pineale", ma il mio preferito è "salute ottimale". Non avevo mai dialogato con il mio medico interiore, anzi ho fatto visite da un sacco di medici senza sapere che il più

importante l'ho dentro di me».

Non appena gli rivolgiamo la nostra attenzione, il medico interiore è pronto a rispondere.

Se vorrete provare, aspettatevi anche di sperimentare una profonda commozione, sarà come riconnettervi alla parte più profonda di voi stessi.

SECONDA PARTE

IL SUPERCONSCIO

4. L'INTERLOCUTORE, L'OSSERVATORE, IL CREATORE

Se vi fermate qualche istante a riflettere, vi potreste accorgere che costantemente abita in voi qualcuno che parla. Anche adesso. Anche mentre leggete il libro. Qualcuno commenta, pensa, si distrae, reagisce.

Un interlocutore che non tace mai, o quasi.

Il pensiero è di fatto un dialogo interno, costante e spesso neppure così salutare.

Noi pensiamo parole che pronunciamo dentro di noi.

Pensiamo giudizi, che ricadono su di noi, prima ancora che sugli altri.

L'attività della mente, dell'intelletto, del *logos*, appunto, è questa.

Molto di frequente riflette le nostre convinzioni e i nostri blocchi: si tratta quasi di un'eco che giunge a smontare ciò che proviamo a immaginare, un progetto, un'intenzione.

Per alcuni l'interlocutore è abbastanza amichevole e supportivo, per altri svalutante, punitivo, disfattista.

Assai spesso dipende da quante e

quali esperienze lo hanno plasmato e quante più sono state le esperienze deludenti, i vissuti di fallimento o tradimento, tanto più pervicace sarà la forza svalutante e l'impotenza appresa che risuonerà nelle parole dell'interlocutore.

Ora vorrei che provaste a chiudere gli occhi, qualche istante soltanto.

Lasciate scorrere il flusso dei vostri pensieri, liberamente, dove vanno; poi, quando volete, ponetevi questa domanda: *"Chi sta pensando questo?"*.

Fate ciò che negli antichi testi vedici già viene indicato e che recentemente Frank Kinslow ha semplificato e divulgato come tecnica degli intervalli senza mente.

Infatti ciò che dovrebbe accadere – e l'ho visto accadere in tutti i partecipanti dei miei corsi di Anatomia della guarigione energetica in cui, tra le altre, propongo anche questa esperienza – è di vivere per un piccolissimo, ma significativo istante, la sensazione che il dialogo interno scompaia, si arresti: un intervallo senza mente, appunto.

Provate, prego.

Ascoltate quel prezioso istante: accade subito dopo che avete posto la domanda.

Un soffio, di vuoto.

Già... un vuoto, che è pieno.

Lo sapevano i saggi Zen, secondo alcuni dei quali vi sono almeno diciassette gradi di vuoto.

Ce lo dice la fisica oggi.

Del mondo che vediamo solo il 4% è materia visibile, il 23% è antimateria, e il restante 73%? È vuoto, niente, non-ente, non-essere.

Dalla filosofia presocratica fino a Heidegger, mio grande amore filosofico del liceo, e ancora oltre, sappiamo che essere e nulla cozzano clamorosamente nel nostro intelletto.

Eppure dobbiamo fare spazio al vuoto: un paradosso, fare spazio a qualcosa che non è.

Ma cosa accadrebbe se tutte le forme di vita e gli oggetti della nostra realtà materiale e consensuale scomparissero? Resterebbe uno spazio vuoto come un contenitore che le abbia contenute fino

al momento della sparizione? E cosa ne definirebbe i confini a questo punto?

Forse non resterebbe altro che l'osservatore.

Siamo certi che esista uno spazio davvero esterno a noi?

In realtà ciò che la fisica ci può dire, che è anche ciò che le filosofie più antiche ci dicono, è che lo spazio vuoto che contiene il nostro mondo non esiste, come non esiste una distanza assoluta tra cose differenti.

Ci dice anche che potrebbero esserci seri dubbi sul fatto che oggetti anche distanti tra loro siano effettivamente distinti e una prova è l'ormai ben noto entanglement.

Infine ci dice anche che la

separazione che vediamo e diamo per scontata tra noi e gli altri, e tra gli oggetti, è frutto di un'illusione e questa illusione si chiama linguaggio.

L'interlocutore separa, l'osservatore unisce.

Il mio maestro di yoga, all'inizio della pratica, a volte chiede di centrarsi e poi di guadagnare la visione periferica, allargare lo sguardo defocalizzandolo.

È allora che accade un piccolo miracolo: l'inversione figura-sfondo tanto amata dalla Gestalt.

Avete presente quelle illusioni in cui il profilo di due volti appaiati bianchi disegna un calice nel nero?

La stessa cosa avviene nello spazio,

tra oggetti e osservatore.

Cominciate a defocalizzarvi internamente dall'interlocutore che analizza, parla, giudica, valuta e vi accorgerete che l'osservatore è misericordiosamente capace di accogliere tutto in un'unica visione.

E questo lo chiamiamo vuoto.

È un po' così che accade anche quando accettiamo veramente di poter morire, il che in effetti accade spesso a causa (o grazie, a seconda di come la si voglia vedere) di una malattia.

Lo sapeva bene Tiziano Terzani quando parlava di come avere sfiorato, e poi accettato, l'idea di poter effettivamente morire avesse prodotto una potente trasformazione: tutto

spazzato via, tutta la materia, tutta la vita corrente, già perduta, in un attimo.

E chi rimane? Solo l'*io sono* che osserva.

Un giorno, passeggiando al cimitero, cosa che evidentemente non solo Ugo Foscolo faceva, in un luogo senza tempo e ai confini dello spazio come quello, ebbi un'esperienza meditativa particolare: vidi la mia morte, nei dettagli. Non ho la pretesa di pensare che andrà così, anzi nel tempo è mutata, è mutata l'età, il modo con cui accade, poi a un certo punto è scomparsa persino.

Ma ciò che accadde al mio sentire fu stra-ordinario: slegata da tutto, cioè nella perdita di tutto, io ero. Ed ero

libera e immensa.

In un vuoto che pullulava di energia.

Lo stesso che descrive la fisica: la matrice apparentemente vuota sarebbe in verità un campo, vivo, animato di particelle.

Questo stato, in cui nulla esiste se non in forma di vuoto pullulante di particelle vibratili, viene anche chiamato campo zero o energia del punto zero: allo zero cosiddetto assoluto, a -273,15 gradi Celsius, tutte le energie cinetiche che animano l'universo si arrestano ed ecco apparire l'energia del vuoto, già verificata sperimentalmente con il cosiddetto effetto Casimir, nel 1949.

Nel suo libro *Biocentrismo*, Robert Lanza descrive in modo rigoroso gli

studi che già nel diciannovesimo secolo vennero condotti sul concetto di spazio, dall'esperimento di Michelson e Morley sull'etere fino alla relatività di Einstein e ai concetti di frontiera della fisica attuale che si interrogano sulla vera natura dello spazio e giungono ad affermare che non esista uno spazio esterno alla mente.

È il contenuto del cervello a essere riconosciuto costantemente come "là fuori": lo spazio, e anche il tempo, vengono così a esistere solo come fenomeni soggettivi, generati dall'osservatore.

Allora che cosa accade?

Che appare chiaro come tutto sia correlato, come non esista un mondo

indipendente da noi: se spazio e tempo divengono fenomeni soggettivi, allora alziamo il velo di Maya dalla realtà che smette di apparire come una struttura a se stante.

La matrice di cui parliamo allora è strettamente dipendente dalla vita stessa, è inestricabilmente legata a essa.

Cosa abita in quel cosiddetto vuoto?

Provando e riprovando, come il bravo alchimista, che *solve et coagula*, e diluisce sempre più fino a che non arriva all'essenza, gli intervalli senza mente si allungheranno e troverete.

Troverete chi abita il vuoto. *Io sono*, se volete.

L'osservatore, se preferite.

Il superconscio, se amate la

psicodinamica.

Lasciate andare immagini, colori, sensazioni che sono ancora una mediazione della mente.

Attendete quel vuoto presente e verrà.

I doni del vuoto sono stra-ordinari e si dipanano nel semplice stare.

Pace, presenza, infinito, immortale, senza tempo, fuori dallo spazio, eterno, adesso, tutto, uno: ecco alcune delle parole che ho raccolto dai miei corsisti dopo l'esperienza.

L'interlocutore, espressione della mente, abitato dal dialogo dei pensieri e dei giudizi, fautore delle autoipnosi di impotenza, i "non posso, non so, non riesco, non ce la faccio, dovrei, perché, e se"... questo interlocutore, vittima dei

suoi stessi pensieri, dei suoi stessi concetti, si adagia finalmente nell'osservatore.

Il tema dell'osservatore è un tema universale: dalle religioni alle filosofie alle neuroscienze attraversa i secoli, le mode e le teorie.

Ed è uno dei temi centrali della fisica quantistica.

Il famoso esperimento della doppia fenditura, in tutte le sue versioni, compresa quella ritardata di Wheeler, docet.

Senza volontà alcuna di fare qui un trattato di fisica possiamo riassumere l'esperimento in questo modo: i quanti di luce e di materia cambiano comportamento se osservati e, una volta

misurate, le particelle riescono persino a modificare il comportamento passato di altre particelle.

L'esperimento viene condotto sullo schema classico di Young, nel quale, tra una sorgente di luce e una lastra fotografica, si dispone una barriera opaca con due fenditure parallele di larghezza opportuna.

Nell'esperimento della doppia fenditura si adottano però lastre rilevatrici moderne, molto più sensibili di quelle disponibili nell'Ottocento, e una sorgente estremamente debole di luce o elettroni, fino all'emissione di un unico fotone o elettrone per volta.

Si verifica in tal modo che, in entrambi i casi, la lastra non viene

impressionata in maniera continua, ma che si formano inizialmente singoli punti luminosi indicativi di un comportamento corpuscolare. Essi risultano dapprima diradati e dall'apparente distribuzione caotica, ma, aumentando man mano di numero, vanno a formare le frange di interferenza tipiche del comportamento ondulatorio. Analogo risultato si ottiene anche utilizzando particelle di maggiori dimensioni, come si vedrà nel paragrafo successivo. Ciò dimostra inequivocabilmente l'esistenza del dualismo onda-corpuscolo, sia della materia che della radiazione elettromagnetica.

Un altro aspetto essenziale dell'esperimento delle due fenditure è la

mancanza di conoscenza di quale fenditura la particella abbia effettivamente attraversato: l'osservazione della figura di interferenza è garantita infatti nel solo caso in cui non si aggiungano all'esperimento apparati di misura atti a determinarlo. Se si interviene in tal modo, con un esperimento di tipo "*which-way*" il risultato finale è la scomparsa della figura di interferenza, ossia del comportamento ondulatorio, a favore di quello corpuscolare. Questo effetto ha motivato Niels Bohr a introdurre il principio di complementarità, secondo il quale i due aspetti, corpuscolare e ondulatorio, non possono essere osservati

contemporaneamente in quanto escludentisi a vicenda, ovvero il tipo di esperimento determina il successivo comportamento delle particelle in esso coinvolte.

Questi incredibili risultati, che sono stati replicati e replicati a iosa, prima di essere accettati dalla comunità scientifica, naturalmente sono diventati anche il baluardo di un filone stile New Age, nel quale coaching, esperti di PNL e affini si sono fregiati del termine quantico, propugnando più o meno semplicisticamente tecniche per viaggi nel tempo o per il controllo della mente o delle vite passate o future, ricadendo esattamente nell'illusione che il tempo esista, che esista un prima e un dopo e,

di fatto, trasformando dei risultati scientifici che ci portano dritti alla profondità filosofica del non essere e del non esistere, di cui parleremo più avanti nel libro, come grande mistero della vita e vera essenza della coscienza quantica, in altrettante tecnologie meccanicistiche quanto l'assunzione di farmaci.

Io stessa so che utilizzare l'aggettivo "quantico" potrebbe assimilare il titolo di questo libro ai tanti già pubblicati, ma so anche che se lo state leggendo siete in cerca di qualcos'altro.

L'esperimento della doppia fenditura rivoluziona il nostro modo di pensare, ma questo significa davvero che possiamo viaggiare nel tempo e

scegliere la nostra realtà?

La risposta è no, cioè non siamo noi a poterlo fare.

La fisica quantistica non dice nulla del genere.

Dice ben altro: parla delle probabilità, cioè delle posizioni probabili delle particelle.

E qui sta il punto, abbiate la pazienza di seguirmi e capirete, e questo sarà un salto quantico.

L'esperimento della doppia fenditura spiega che i fotoni o gli elettroni coinvolti hanno una duplice possibilità, come onda o come particella, in quanto non esistono davvero come entità reali in posizioni reali finché non vengono osservati!

Quello che passa attraverso i fori sono le loro onde di probabilità!

L'onda di probabilità, un tipo di animale nuovo, piuttosto difficile da immaginare!

Lo scoprì Schrodinger. Questi dimostrò che gli elettroni e tutte le particelle subatomiche, al pari dei fotoni, erano rappresentabili matematicamente con una funzione d'onda, l'equazione di Schrodinger: non già una normale onda elettromagnetica, bensì un'onda di probabilità.

Dal canto suo, Heisenberg, col suo principio di indeterminazione, dimostrò che a livello subatomico era impossibile conoscere la posizione delle particelle, in costante movimento, ma che si poteva

parlare solo in termini di distribuzioni di probabilità, cioè della probabilità di trovare la particella in una data posizione. Heisenberg parlò di "nubi di probabilità", e di colpo il modellino orbitale dell'atomo, quello dei libri di scuola, con le traiettorie degli elettroni belle nette, divenne un oggetto da museo.

La terza botta, la peggiore, la fisica di Newton se la beccò nel 1927, grazie a Niels Bohr e alla sua "interpretazione di Copenhagen" della fisica quantistica: per spiegare misteri come il passaggio simultaneo dell'elettrone nei due fori, Bohr propose un'ipotesi rivoluzionaria, che fece inviperire molti fisici, a cominciare da Einstein.

I fotoni, gli elettroni e tutte le

particelle quantiche, disse Bohr, si comportavano come onde probabilistiche quando non li guardavamo, e come particelle nel momento stesso in cui ci posavamo sopra gli occhi.

Sarebbe come dire che non si può guardare il mondo senza cambiarlo; mentre nel mondo di Newton la realtà esisteva indipendentemente dall'osservatore, in quello dei quanti esisteva in funzione dell'osservatore, e di dove questo rivolgeva lo sguardo.

Il mondo di Bohr ricorda quello di Peter Pan: Trilly, la bacchetta magica e l'isolache--non-c'è.

Secondo Bohr, il fatto stesso di osservare qualcosa provoca il

cosiddetto “collasso” della funzione di Schrodinger in uno stato definito: in parole povere, quello che vediamo e tocchiamo, escludendo tutti gli altri possibili stati quantici.

Torniamo all’elettrone. Il fatto stesso di guardare l’esperimento provoca la trasformazione di un’onda di probabilità in una particella, il che fa sì che vediamo un solo passaggio, quando in effetti di passaggi ce ne sono due.

Ulteriori evoluzioni dell’esperimento della doppia fenditura, sono state quella di Wheeler, fino agli esperimenti del 2002 su coppie di fotoni gemelli, di cui uno solo rallentato e misurato e gli altri lanciati verso le fenditure senza ulteriore misurazione: questi esperimenti

hanno dimostrato che, nonostante gli altri fotoni abbiano attraversato la fenditura prima che il gemello fosse stato misurato, questi si sono comunque comportati come particelle, cioè come se fossero stati misurati, come se sapessero dell'esistenza futura della misurazione per il loro gemello.

Ma allora ecco il ribaltamento, che è un salto quantico di coscienza: la nostra mente è l'unico fattore che determina il comportamento di queste particelle.

L'atto del guardare un atomo gli impedirebbe di mutare la sua condizione, ha affermato Peter Coveney, ricercatore del NIST: un atomo non può cambiare il suo stato energetico se viene continuamente osservato.

Ecco perché più pensate a un problema e più esso permane.

Infatti un aspetto che mi ha sempre colpito delle persone guarite è l'aver spostato il focus della coscienza dalla malattia verso un altrove che dalla presa di coscienza della malattia e non dalla sua negazione derivava, ma che poi li conduceva oltre.

Il salto di coscienza dunque avverrebbe esattamente all'opposto di quanto deducibile dalle tante tecniche quantistiche: visualizzare la guarigione e visualizzarsi guariti potrebbe persino bloccare l'evoluzione energetica del processo di autoguarigione perché impedirebbe il cambiamento dello stato energetico.

Allora come fare? Sarà ciò di cui parleremo nella terza e nella quarta parte del libro.

Si tratterà di attivare un processo che potrà anche per un certo tempo comprendere l'applicazione di tutte le tecniche di visualizzazione, ipnosi, meditazione che io stessa applico e insegno, ma poi dovrà lanciarsi oltre, come afferma Anita Moorjani nel suo splendido e potente libro, *Dying to be me*, nel quale narra la sua stra-ordinaria e documentata guarigione da un tumore terminale.

Dopo anni di cure, convenzionali e complementari, il suo tumore era progredito fino a metastatizzare in tutto il corpo, costringerla su una sedia a

rotelle, attaccata alla bombola dell'ossigeno per respirare.

A nulla erano servite tutte le tipologie di cure fatte, tanto che Anita si era abbandonata alla prospettiva della morte, scivolando nel coma.

In quello stato, ebbe una NDE, un'esperienza di premorte da cui si risvegliò con una coscienza del tutto nuova che aveva abbandonato quello che lei stessa aveva compreso essere il cuore della sua malattia: la paura e la non accettazione di sé.

Il titolo *Dying to be me* è stato tradotto in italiano con *Morendo ho ritrovato me stessa*, ma io trovo che nel titolo inglese vi sia una implicazione quantistica molto più profonda se lo

traduciamo con “Morire per essere me stessa”: ciò che siamo veramente, ciò che le particelle sono veramente, è al di là di questa realtà, che è puramente un collasso di probabilità nel quale l’energia viene rallentata e lo stato energetico fissato in modo da essere visibile per la coscienza spazio-tempo che usiamo abitualmente.

Dobbiamo morire, cioè sparire da questa realtà per essere davvero ciò che siamo.

Non necessariamente, vivendo un’esperienza di premorte, oppure in un certo senso sì: morire a sé, a tutte le precedenti identificazioni.

Questo è il salto di coscienza e ci addentreremo in esso nei prossimi

capitoli.

Il contenuto dei nostri pensieri costituisce l'essenza della realtà ed è l'atto osservativo a conferirle forma e sostanza: senza la coscienza la materia è in uno stato indeterminato di probabilità.

È la coscienza che esiste e possiamo arrivare a dire che è la coscienza stessa che crea anche la fisica quantistica per spiegarsi la realtà che ha a sua volta creato.

Che volete farci? La coscienza si diverte così.

In fondo e mirabilmente, queste considerazioni di fisica quantistica ci conducono a recuperare i temi della psicologia junghiana e della psicosintesi di Assagioli.

L'osservatore altri non è che il superconscio.

Forse siete più abituati a sentire parlare di inconscio o subconscio e se fosse così, è giunto il momento di fare la conoscenza con l'istanza più potente che ci abita.

Sappiamo infatti di avere una mente conscia: volitiva, stabilisce obiettivi, giudica risultati, prende decisioni, pensa in modo astratto, utilizza concetti analitici.

Abita nel primo livello di realtà, è legata al tempo, e pendola tra passato e futuro: rimugina su ciò che è stato, teme o desidera ciò che ancora non è.

Ritiene tempo e spazio esterni a se stessa e applica il concetto di causa-

effetto.

Per questa ragione vive nella illusione di separazione, cioè in maya, dove ritiene che la vera realtà sia quella che si tocca e si vede con gli occhi esterni.

Possiede una capacità di elaborazione limitata, stimata intorno ai venti secondi di memoria, quaranta bit di informazione processate al secondo (Tor Norretranders, *The user illusion*, cap. 6) e riesce a gestire da uno a tre eventi simultaneamente.

La mente subconscia e inconscia è la stessa mente che gestisce le emozioni e il corpo, dove agisce la PNEI (psiconeuroendocrinoimmunologia).

Questa mente ha una capacità di

elaborazione molto elevata: può gestire migliaia di eventi simultaneamente: ci basti pensare a tutte le funzioni neurovegetative che accadono in ogni istante nel nostro corpo e che questa mente monitora, come il battito cardiaco, il respiro, la digestione, le funzioni motorie, ormonali e così via.

Questa mente pensa in modo concreto, cioè con i sensi, non tramite concetti, ma tramite sensazioni fisiche, immagini, odori, suoni, gusti, percezioni tattili e propiocettive.

Non è legata al tempo. Infatti, nell'inconscio presente, passato e futuro si mescolano, si sovrappongono, si intrecciano.

Anche nei sogni, il tempo non esiste.

Qui abitano i traumi e le credenze: e infatti traumi e credenze non hanno passato o futuro, sono sempre presenti, indipendentemente che si siano formati ieri o vent'anni fa.

Questa mente utilizza la memoria a lungo termine, che contiene esperienze passate, attitudini, valori, credenze. Si stima che possa processare quaranta milioni di bit di informazioni al secondo, qualcosa di difficilmente computabile se non in un campo quantistico.

Oltre a questa mente, individui come Carl Gustav Jung e Roberto Assagioli, Tesla e Pauli, Plotino e Yogananda, hanno intravisto la mente superconscia.

L'anima se volete, o il Sé.

L'istanza interiore che vede il grande dipinto della vostra vita, capace di un insight poderoso e globale, sincronico e diacronico insieme.

Un'istanza energetica che lavora con l'energia, che è in connessione con il campo del punto zero, ha capacità infinita di elaborare, attraverso un pensiero non lineare, con velocità illimitata.

È la madre della sincronicità, ben oltre la causa-effetto.

Conosce il senso del nostro essere qui, la nostra più intima natura, la specie di energia a cui apparteniamo, sa di che tipo è il seme da cui proveniamo, il tipo di pianta che diventeremo, e aiuta a far sì che ogni nostro obiettivo, ogni

accadimento sia in accordo con lo scopo, con il *daimon* direbbe Platone parafrasato da James Hillman, che ci abita, perché realizziamo quell'unicità di cui siamo portatori.

Per questa mente tutto è uno, tutto è perfetto e sensato ben al di là di ciò che noi comprendiamo con la logica.

Il superconscio è in verità l'aspetto meno conosciuto dell'essere umano, quella parte di noi a cui tanti anelano ma della cui esistenza tanti dubitano.

È innegabile che il superconscio sia al momento ben al di là delle possibili dimostrazioni scientifiche; eppure, come ben argomentato anche dal già citato Robert Lanza, è il punto di arrivo di una scienza rigorosa, che giunge ad

ammettere la necessità di una coscienza che crea la materia e non di una coscienza come prodotto dell'evoluzione della materia.

Anche se la scienza può spiegarci nei minimi dettagli come facciamo a vedere l'azzurro del cielo, non potrà mai definire e spiegare l'esperienza dell'azzurro: quella può solo essere vissuta da un io-sono-ingrado-dipercepirla.

E se non vi fosse nessuno che percepisce l'azzurro, e lo chiama azzurro, esisterebbe ancora? La mentalità corrente pensa di sì; la filosofia con Hume, ad esempio, e la fisica dei quanti sanno che non è così.

Infatti quell'azzurro che io vedo è il

risultato di come un fenomeno energetico luminoso è stato osservato attraverso i miei sensi e di come quell'impulso è giunto alla mia corteccia cerebrale occipitale: come ben spiegato anche da Rupert Sheldrake, noi non vediamo con gli occhi, ma con il cervello.

L'azzurro, quell'azzurro, o meglio quell'esperienza a cui poi abbiamo dato il nome di azzurro, esiste così solo nel nostro cervello.

Infatti già per un pipistrello o per un cane o per una mosca la percezione sarà diversa.

E come sarà l'azzurro per una pianta o per quella energia che io con il mio cervello decodifico nella forma della

pianta?

Dunque esiste l'azzurro?

No, o meglio esiste nel nostro campo di coscienza.

Esiste, ma solo grazie all'io sono che lo decodifica così.

Allora qual è la differenza tra conscio, subconscio e superconscio? Per il conscio l'azzurro esiste, è nel cielo, esiste di per sé ed è realmente fuori da me.

Per il subconscio l'azzurro è la sensazione che mi provoca, ciò che accade nel mio corpo quando lo vedo.

Il superconscio sa che l'azzurro lo creo io, esiste nella mia coscienza che lo vede così, io lo creo ogni volta che penso di guardarlo là nella volta del

cielo.

Comprendete dunque che questo cambia le cose: se vivo con il superconscio, con un canale di consapevolezza aperto al superconscio, vedo oltre l'apparenza, unifico, comprendo, ho accesso al campo del punto zero.

Scopro che ciò che è in basso è come in alto e viceversa, poiché un'unica coscienza vede e crea.

Questo produce in me il fluire di un'umanità del tutto nuova, nella quale sperimentare i sentimenti più nobili e incondizionati di amore, cosa ben diversa dalle emozioni che invece sono bagaglio del Sé Istintivo.

Oltre ai sentimenti elevati,

provengono dal superconscio anche altri spunti vitali, quali le intuizioni, il "colpo di genio", quelle che ci aiutano a risolvere problemi che ci sembravano insormontabili con una soluzione inaspettata.

Anche la creatività proviene dal superconscio.

Il superconscio agisce in noi quando ci accade di non ricordare cosa abbiamo detto esattamente a una persona o a una platea che ci ascolta, ma aver saputo emozionare e toccare il cuore di chi era lì con noi.

Cosa accade? L'Io Conscio viene per così dire messo a riposo e i nostri sensi, sì, i nostri sensi fisici, utilizzati in modo diverso dal solito per percepire

istantaneamente ciò che non si vede e non si ode.

Sono certa che almeno una volta avrete avuto un'intuizione... Avrete trovato d'improvviso nella mente la risposta a un problema che vi assillava da tempo... Avrete sperimentato un momento estatico, restando a bocca aperta davanti a uno spettacolo della natura, con la mente vuota.

Queste sono manifestazioni del superconscio.

Loreta mi dice che quando è l'alba e lei è sveglia a causa dei movimenti incontrollati dovuti alla sua sindrome neurologica ancora di incerta natura, per alcuni istanti dimentica tutto e gode di attimi in cui sente una gioia infinita.

È l'energia dell'alba, così pura e inviolata a spandersi in lei e lei ha compreso adesso che è questa la strada per far fronte anche ai suoi disturbi fisici.

Il superconscio è in realtà costantemente al lavoro in ognuno di noi, nelle meravigliose attività sincroniche del corpo, sulle cui funzioni e condizioni ha controllo assoluto, nei sogni e nelle immagini. È svincolato dai limiti in cui opera il conscio e capace di ragionare in maniera indipendente secondo un processo induttivo, nel quale può considerare un'enorme quantità di informazioni e ritrasmetterle.

Il superconscio è in grado di intuire e percepire le leggi di Natura, è in

contatto con l'inconscio collettivo e racchiude, come ebbe a dire Jung, il "potere nascosto" dell'uomo.

Il superconscio è dunque l'istanza che in noi ha il potere di assorbire nuove informazioni, eliminando o trasformando le vecchie nozioni, e di agire successivamente attraverso la nuova "programmazione".

Sappiamo che i pensieri sono processi elettrochimici che influenzano positivamente o negativamente la nostra vita attraverso le vibrazioni a cui sono correlati sul piano biofisico.

Nel diagramma dell'uovo, Assagioli, ha rappresentato la totalità della nostra psiche in tre ambiti.

L'inconscio inferiore rappresenta il

nostro passato psichico in forma di contenuti repressi o dimenticati. Per facilitare la crescita psicologica è necessario esplorare l'inconscio; in caso contrario esso può essere causa di difficoltà, e accumulare energia repressa, controllare le nostre azioni e privarci della nostra libertà.

L'inconscio medio è il livello in cui esistono tutte le nozioni, le capacità e gli stati d'animo che possono essere volontariamente portati nel campo della mente conscia: ad esempio, il ricordo di ciò che abbiamo fatto ieri o del nostro numero di telefono è nell'inconscio medio, a meno che non decidiamo di farlo venire nel campo della coscienza.

Il nostro futuro evolutivo include

quegli stati di essere, di sapere e di sentire a cui diamo qui il nome di superconscio. Secondo Assagioli, il superconscio è quella regione psichica da cui "provengono le intuizioni e le ispirazioni superiori, artistiche, filosofiche e scientifiche; le creazioni geniali; gli 'imperativi' etici; gli slanci all'azione altruistica; gli stati d'illuminazione, contemplazione, estasi" (R. Assagioli, *Principi e metodi di psicosintesi terapeutica*).

L'esplorazione del superconscio è uno dei nostri compiti più belli e importanti.

La nostra psiche non è isolata. È immersa invece nell'oceano dell'inconscio collettivo. Secondo Jung,

che ha coniato questo termine, l'inconscio collettivo rappresenta "il presupposto di ogni psiche individuale, al modo stesso in cui il mare è il presupposto e l'alveo delle sue onde" (C.J. Jung, *La psicologia del transfert*).

Chi è che conosce tutti questi livelli? Il sé. A mano a mano che questa consapevolezza si intensifica, subisce un ampliamento; questo processo culmina nel raggiungimento del Sé Transpersonale.

Il Sé è stato chiamato con vari nomi presso varie tradizioni: "coscienza di diamante", "gioiello nel loto", "scintilla dell'anima".

Plotino così lo descrive: «Le sue dimensioni sono al di là di ogni misura,

non è circoscritto dai limiti di una qualsiasi forma, né può essere aumentato in grandezza, perché è senza confini (...) è totalmente incommensurabile» (Plotino Enneadi).

Il sé personale è un riflesso del Sé Transpersonale.

Possiamo intendere il salto quantico anche così, come la progressiva armonizzazione attorno al sé.

La parola chiave è integrazione, coniunctio oppositorum come direbbe Jung.

Il sé, mediante l'azione della volontà, è a questo punto in grado di coordinare le varie funzioni dell'organismo psico-fisico.

Ciò che viene chiamato

“superconscio” è sfuggito completamente al campo di indagine della psicologia e ne piangeva il lutto a ragione il grande James Hillman.

Nel mondo occidentale, la psicologia, quando si imbatte in una manifestazione nonconosciuta, tende ad attribuirla esclusivamente al subconscio e la guarda come qualcosa da interpretare e riportare a un ordine.

Invece potrebbe essere la voce del superconscio, un’immagine che giunge a curarci.

Come accade a un mio paziente che viene perché è troppo suscettibile, gli dicono, e ne è convinto anche lui.

Non si piace, non ama il suo carattere, nervoso, suscettibile e poco incline

all'estroversione.

Allora gli chiedo di sospendere il giudizio su di sé, ma mi dice che non vede come sia possibile pensare che quel suo modo di essere non sia negativo.

Gli chiedo di pensare a un animale che giudicherebbe suscettibile e nervoso come è lui.

Gli viene in mente un orso, un grande orso polare.

Lui mi ha contattata per un tremore essenziale.

Gli chiedo di immaginare l'orso e ripeterne le movenze, se vuole; e mentre si muove con gli occhi chiusi nel gesto di afferrare e stringere una preda smette di tremare.

Non c'è ragione di interpretare ciò che lo sciamano chiamerebbe "animale di potere".

L'energia dell'orso, da qualche parte del campo quantico, dell'inconscio collettivo connesso al suo superconscio, è venuta a curare il suo tremore.

Io non devo fare altro che l'izumataq, come dicono le popolazioni degli Inuit nelle lande polari, che di orsi se ne intendono più di me certamente: essere il custode dello spazio sacro dove immagini del sé giungono a trasformare la realtà.

Tutto quanto concerne il superconscio riguarda l'ordine tradizionale, il codice animico, il simbolismo: è giunto il tempo che noi medici e terapeuti

torniamo da dove ogni atto terapeutico proviene e vi conduciamo le persone che a noi si rivolgono.

5. Il DNA quantico – Con John Hawk

Il Progetto Genoma Umano ci aveva fatto immaginare un'eredità genetica statica, mappabile e immobile. Mappati tutti i geni, avremmo avuto in mano le chiavi di tutto.

Invece il DNA che codifica per proteine è solo una parte esigua del nostro corredo genetico.

Sì, circa il 98,5% del genoma umano

è composto da sequenze non codificanti, cioè non soggette a trascrizione in RNA o rimosse dall'RNA messaggero prima della traduzione come accade appunto agli introni.

Si tratta di quello che venne chiamato *junk DNA*, DNA spazzatura: un DNA apparentemente muto, silenzioso, che non ha nulla da dire, nessun gene da codificare.

Il 26% di questo 98,5% è rappresentato dalle cosiddette regioni introniche, mentre la porzione codificante viene chiamata esonica. La restante porzione non codificante, oltre la porzione intronica, è ancora più misteriosa.

Degli introni sappiamo che se

vengono rimossi da un gene, accade che il suo trascritto non funziona, esattamente come se fosse stata rimossa una regione codificante. Un esperimento di questo tipo è stato svolto in una specie di pianta: il danneggiamento di una regione intronica ha prodotto un cambiamento notevole nella struttura della foglia, dovuto alla scorretta trascrizione e traduzione delle sue proteine strutturali.

Nel restante 72,5% che non sembra codificare per nulla, una parte preponderante è costituita da elementi ripetuti (DNA cosiddetto ripetitivo).

Alcune di queste sequenze non codificanti, presentano un'altissima conservazione tra numerose specie,

anche filogeneticamente molto distanti tra loro.

Oggi sappiamo che questo DNA non codificante ha funzioni ben diverse dalla semplice trascrizione e traduzione.

Il cosiddetto enigma del *C-value* (termine che si riferisce alla quantità di DNA contenuto nel nucleo di una cellula aploide) getta un'altra ombra sulla luce della concezione meccanicista con cui avevamo voluto vedere il DNA: infatti la differenza tra specie e complessità di organismi differenti sembra proprio essere la quantità di sequenze non codificanti.

Tra l'uomo e il pesce palla la differenza maggiore sta nelle sequenze non codificanti.

Le ipotesi sull'origine e la funzione del *junk DNA* sono state via via molteplici: quella che sempre più trova evidenze è la funzione regolatoria e protettiva. Il DNA non codificante potrebbe avere una funzione protettiva nei confronti delle regioni codificanti ed essere una sorta di riserva di sequenze al momento non codificate, ma dalle quali potrebbe emergere un qualche gene in grado di conferire vantaggio all'organismo. Da questo punto di vista, dunque, tali regioni costituirebbero le vere basi genetiche dell'evoluzione. Alcune regioni di questo DNA non codificante potrebbero avere anche una funzione regolatoria nel controllare l'espressione di alcuni geni o lo

sviluppo di un organismo dallo stato di embrione a quello di adulto.

Nel *non coding DNA* potrebbe risiedere un altro strumento di quella intelligenza che orchestra il prodigio della crescita cellulare e della differenziazione, della riparazione delle ferite e dell'autoguarigione, cioè di tutti quei fenomeni alchemici che nel nostro corpo accadono ogni istante ben al di là della nostra consapevolezza.

I ricercatori di frontiera da tempo si stanno spingendo ai confini dell'immaginabile, studiando i misteri di questo DNA che sembra condurci alla radice di ciò che maestri esoterici e spirituali di tutti i tempi hanno sempre saputo e tramandato nei millenni.

Il prof. Mario Biava – che da anni si occupa di staminali in oncologia con risultati consistenti e documentati nella pratica clinica, e che personalmente verifico con pazienti che seguiamo congiuntamente – apre molte delle sue presentazioni scientifiche con la frase "*In principio era il Verbo*": la creazione, il nostro corpo, i corpi delle cose sono programmabili col linguaggio, parole e pensiero.

La ricerca di scienziati come Gariaev, Poponin e altri, citati anche dagli stessi Bruce Lipton e Gregg Braden, e gli studi svolti all'HeartMath Institute o in meno noti istituti come la Wawe Genome in Russia, va in questo senso, e ne fornisce evidenze, le quali, da parte di una

medicina che si basi sempre più sulle evidenze, come quella occidentale vuole essere, dovrebbero essere approfondite, verificate, studiate.

Alla luce di queste ricerche, il DNA umano sembra agire come una versione biologica di Internet, ma in verità ben superiore a quello artificiale.

In quest'ottica anche fenomeni come chiaroveggenza, intuizione, guarigioni spontanee e remote (cioè, a distanza), auree e luci inusuali visibili in condizioni di utilizzo non usuale dello strumento sensoriale della vista attorno alle persone, l'influenza della mente sui modelli temporali e sulle varianti del *transurfing* e molto altro, acquisiscono una promessa di senso, divengono

pensabili.

È chiaro che allora ci possono essere iniziali evidenze per l'integrazione di nuovi, o antichi, strumenti di medicina in cui il DNA possa essere influenzato e riprogrammato con parole e frequenze, invece che tagliando e rimpiazzando i singoli geni, come si farebbe con i pezzi di un'automobile.

IL DNA SPAZZATURA COME UN LINGUAGGIO

PARLATO

I ricercatori russi sono convinti che la natura non possa essere così sciocca da mantenere qualcosa di inutile così a lungo in tutte le specie, per giunta spendendo energia per farlo.

Genetisti e linguisti uniti in un viaggio di esplorazione di questo DNA sono giunti all'ipotesi che il nostro DNA non è solo responsabile della costruzione del nostro corpo, ma è un grande database che sembra seguire le regole del nostro linguaggio umano: le regole della sintassi, della semantica e della grammatica sembrano riflettersi nelle sequenze delle basi azotate del DNA.

E se i linguaggi umani non fossero apparsi per coincidenza, ma come riflesso dei modelli ereditari nel nostro DNA? Una vertigine di senso che unifica in un solo colpo materia e spirito.

In principio fu il Verbo assume un riverbero di scienza oltre l'assunto di fede.

Il Verbo inteso non già, o non solo, come parola ma prima ancora come suono.

Ed è questa l'intuizione che riporta all'uso dei mantra nel mondo orientale, o ai Salmi della tradizione giudaico-cristiana, alcuni dei quali chiaramente ipnotici, come soleva spiegare il mio primo e insuperabile maestro di ipnosi, il prof. De Benedittis, di cui ho già

raccontato nel mio primo libro.

Il DNA potrebbe dunque essere modificato da modelli sonori?

Il suono, il verbo all'origine di tutto, nella creazione dal vuoto dell'essere potrebbe avere un effetto su quelle sequenze al confine tra vibrazione e materia?

Il biofisico e biologo molecolare russo Pjotr Gariaev e i suoi colleghi ritengono di sì. Esplorando il comportamento vibrazionale del DNA, sono giunti a questa ipotesi: i cromosomi vivi funzionano come un computer olografico, che impiega radiazioni laser endogene nel DNA.

Un medico lituano con il quale sono in contatto, il dott. Igoris Butylkinas, ad

esempio, utilizza addirittura un metodo di laserterapia intravenosa, studiato all'Università di Cracovia, per la modulazione delle onde elettromagnetiche e sta cercando ad esempio di applicare in oncologia ciò che i ricercatori hanno fatto in laboratorio: modulare certi modelli di frequenze (suono) in un raggio tipo laser, che ha influenzato la frequenza del DNA e con questo ha modificato da solo l'informazione genetica.

Su altri versanti, Pier Mario Biava, da venticinque anni, studia come le cellule comunichino fra loro, utilizzando codici di significazione, e come per questo una terapia informazionale attraverso le cellule staminali possa

riprogrammare il sistema.

Se davvero la struttura base del DNA e il linguaggio sono simili, non sarebbe necessaria alcuna decodifica del DNA. La sostanza viva del DNA, come piacerebbe dire a un moderno alchimista, reagisce alle frequenze modulate dal linguaggio, anche con le onde radio, purché, e ritengo sia qui il punto, venga usata l'appropriata frequenza o suono. Questo spiegherebbe scientificamente perché affermazioni, ipnosi e simili possano avere un effetto tanto forte sugli umani e i loro corpi, ma anche perché non sempre accade.

D'altra parte, in termini di scienza della coscienza, sappiamo che la mente dell'osservatore ha sempre un effetto sul

risultato, dunque potrebbe averlo anche in questo caso, come accade nell'effetto placebo.

L'effetto sul DNA potrebbe variare in base a ciò che ci si aspetta di vedere, come si può ipotizzare se si considerano i risultati del lavoro del dott. Glen Rein, autore di diversi articoli relativi agli effetti che stati emozionali negativi causano sulla contrazione del DNA e stati emozionali positivi sull'espansione del DNA, che è necessaria per guarire.

Nell'articolo *Effect of conscious intention on human DNA*, pubblicato già nel 1996 su *Proceeds of the International Forum on New Science*, Rein indaga gli effetti dell'intenzione focalizzata sulla sintesi del DNA,

analizzando l'effetto che l'attività coscienziale del terapeuta Leonard Laskow aveva sulla sintesi di DNA in colture di cellule tumorali e riscontrando differenti effetti in base a differenti intenzioni.

Ad esempio, l'intenzione che le cellule tornassero alla naturale armonia delle cellule sane si mostrava in grado di inibire la crescita delle cellule tumorali del 39%, mentre l'intenzione di lasciare che Dio manifestasse la sua volontà inibiva soltanto del 21% la crescita; l'amore incondizionato non focalizzato sembrava non avere effetti sulla sintesi di DNA.

Altri studi, molti dei quali condotti presso l'HeartMath Institute, e ben

riportati da Glein Rein nel succitato articolo, si sono focalizzati sul ruolo dell'intenzione sulla conformazione dell'elica del DNA, sui campi di biocoerenza del DNA, sugli effetti dell'intenzione sulle proprietà elettriche del DNA giungendo alla conclusione che la coscienza può esercitare un effetto sul codice genetico e che il DNA con la sua conformazione tridimensionale crea un campo elettromagnetico di forma toroidale, esattamente come è di forma toroidale il campo elettromagnetico cardiaco, che sembra funzionare come un'antenna per energie deboli o sottili, cioè energie elettromagnetiche.

Nel campo delle scienze della coscienza il ruolo dell'intenzione è stato

lungamente indagato anche dal dott. Cleve Backster, che viene abitualmente ricordato come lo scienziato che, già nel 1966, ha collegato le sue piante di casa con un poligrafo (la cosiddetta macchina della verità), scoprendo che le piante subiscono una vera e propria perturbazione – come gli esseri umani sotto shock – quando vengono "spaventate" col fuoco, e questo accade anche con il solo pensiero di bruciarle.

Allora ci appare sempre più chiaro come lo strumento più potente di cui disponiamo è la parola che proviene dalla coscienza, l'intenzione.

Nel suo libro *Discorso tra geni*, il dott. Ernst Rossi spiega quanto rapidamente i geni possano essere

attivati da ricordi, sentimenti, pensieri e altri aspetti della sfera interiore, alcuni in meno di due secondi.

Questo ha una ricaduta sulle cosiddette reti neurali, alla base delle credenze che informano le nostre mappe mentali, i nostri copioni e le abitudini che fanno il nostro destino.

Le emozioni e il comportamento modellano il cervello mentre stimolano la formazione di percorsi neurali che possono rafforzare o meno vecchi schemi e formarne di nuovi.

Come la massa muscolare, le dimensioni dei fasci neurali aumentano quando sono usati più spesso.

La credenza diviene biologia, il significato viene continuamente

modulato dal complesso e dinamico campo delle molecole-messaggero che continuamente rileggono, reinquadrano, risintetizzano le reti neurali in schemi in costante mutamento.

E oggi sappiamo che tutto questo avviene anche attraverso la modulazione epigenetica: in definitiva il supremo ingegnere epigenetico siamo noi stessi.

Il DNA non è un destino già segnato, ma piuttosto un delicatissimo sistema di biorisonanza sensibile a stimoli vibrazionali di varia natura.

Rossi applica queste scoperte all'ipnosi e alla psicoterapia, il che spiega molti misteri del processo psicoterapeutico che funziona.

I geni non sono altro che progetti, che

qualcuno attiva.

Ma chi?

Il noto Bruce Lipton ha da tempo indagato come le credenze possano agire nella biologia, soprattutto a livello di quel cervello cellulare che è la sua membrana.

Ma come fare a dialogare con essa intenzionalmente?

Parole e pensieri, che altro non sono che suoni, vibrazioni e informazioni sembrano adatti a farlo.

Ma la frequenza deve essere corretta. Questo è il motivo per cui non tutti hanno eguale successo o possono sfruttare effetti della coscienza con lo stesso livello di forza. Ogni individuo deve lavorare sui suoi processi interiori

e di sviluppo per poter stabilire una comunicazione cosciente – nel senso non di razionale, ma di consapevole – col DNA.

È probabile che si possa lavorare su un metodo che non dipenda da questi fattori e sia riproducibile, usando corrette frequenze, ed è quello che ricercatori come Kozhemiakin con lo strumento Aktom, basato appunto sulla memorizzazione ed emissione di radiofrequenze che agiscono sulle frequenze cellulari, stanno facendo; ma è altrettanto chiaro che più è sviluppata la coscienza di un individuo, meno è necessario l'uso di qualsiasi tipo di dispositivo.

Mi aveva infatti colpito, tra le tante,

un'affermazione della già citata Anita Moorjani, circa l'effetto della chemioterapia: Anita, risvegliatasi dal coma, si rese conto che l'esperienza di premorte vissuta aveva mutato completamente la sua coscienza.

Non aveva più alcuna paura ed era in grado di percepirsi una con tutto e con tutte le sue cellule.

La stessa cosa è peraltro riferita e documentata da tutti coloro che hanno vissuto la stessa esperienza, compreso l'italiano Alessio Tavecchio (che, dopo un incidente, ha vissuto un'esperienza di premorte raccontata nel suo libro *Il ragazzo che visse due volte*) con il quale collaboro in una ricerca sui meccanismi di autoguarigione.

Anita a quel punto accettò anche nuovamente la chemioterapia che le venne proposta, sapendo dentro di sé che la sua guarigione nell'anima era già avvenuta e sapendo che non avrebbe avuto alcun effetto collaterale, cosa che puntualmente, tra la sorpresa dei clinici, avvenne, insieme a una remissione totale del tumore considerato terminale in poche settimane. Anita afferma chiaramente che sapeva che le sue cellule erano state riprogrammate e gli esiti dei suoi esami "alterati" in modo tale da farla "risultare guarita".

L'orizzonte futuro potrebbe vedere allora lo sviluppo di una medicina completamente nuova, nella quale il DNA può essere riprogrammato con

delle parole e frequenze, senza la necessità di prelevare e reintrodurre singoli geni.

In questa futura medicina non sembrerà strano unire la prescrizione eventuale di farmaci con la prescrizione di letture, affermazioni, frequenze.

Questo è quanto sta già accadendo e stiamo già sperimentando con la mia équipe, in una totale e crescente integrazione epigenetica.

DAL PHANTOM DNA IN POI...

A quanto pare, i modelli del DNA potrebbero essere trasmessi ad altri organismi, senza scambio di materia.

Così, mentre i ricercatori occidentali tagliavano un singolo gene dal DNA e lo inserivano da qualche parte, i russi assistevano a questo fenomeno del DNA fantasma. Il primo esperimento descritto è opera del dott. Vladimir Poponin. Inizialmente venne creato il vuoto all'interno di una provetta, in modo tale che vi rimanessero soltanto fotoni.

Venne poi misurata la distribuzione (cioè la posizione) dei fotoni rilevando come questi fossero disposti in modo completamente casuale all'interno del contenitore, conformemente con quanto ci si aspettava. A quel punto venne

inserito del DNA all'interno del recipiente e si rieffettuò la misura della distribuzione (posizione) dei fotoni.

Questa volta i fotoni erano allineati in modo ordinato con il DNA. In altre parole, il DNA, fisico, produceva un effetto sui fotoni, non fisici.

In seguito, il DNA veniva rimosso dal contenitore, e si ricalcolava la distribuzione dei fotoni. I fotoni rimanevano ordinati e allineati laddove era stato inserito il DNA.

Diversi esperimenti controllati hanno mostrato che il modello rimaneva stabile dopo aver rimosso il DNA. Il campo di energia del campione sembrava rimanere da solo sul posto: il Fantasma del DNA rimase per un mese dopo aver

rimosso il campione. Questo effetto ora è chiamato Effetto Fantasma del DNA.

La spiegazione di questo fenomeno dice che evidentemente il DNA stesso ha prodotto nel "vuoto" un modello di disturbo e si ipotizza che questa energia fuori da tempo e spazio continui a fluire attraverso i micro-wormholes attivati a seguito della rimozione del DNA.

Il DNA produce dunque uno specifico modello vibratorio, in accordo alla teoria dei campi morfogenetici, secondo la quale ogni essere umano e vivente lascia una traccia invisibile della propria esistenza. Il DNA ha una sorta di legame e sembra quindi comunicare con il "vuoto". La cosa più sorprendente è che tutti i risultati indicano che,

rispetto alla comunicazione, il DNA non è soggetto a nessuna limitazione. L'iper-comunicazione del DNA sembra costituire un'interfaccia con una rete aperta... forse una rete di coscienza...

Questo spiegherebbe perché se leviamo l'ape regina dal suo alveare, le api operaie continuano a lavorare duramente secondo dei precisi schemi, ma una volta uccisa l'ape regina, anche a chilometri e chilometri di distanza, le api operaie all'improvviso perdono l'orientamento e, a una a una, cominciano inesorabilmente a morire. Ma potrebbe spiegare anche perché quando una tartarughina nasce, uscendo dalla sabbia per la prima volta, sa già che dovrà raggiungere il mare.

Il secondo esperimento è stato fatto dall'Istituto HeartMath, e la relazione in merito è intitolata "Effetti locali e non locali delle frequenze coerenti del cuore sui cambiamenti di struttura del DNA": il DNA preso da placenta umana (la forma più originaria e intatta di DNA) fu inserito in un recipiente con cui era possibile effettuare le misurazioni dei suoi cambiamenti. Si diedero ventotto boccette di questo DNA (una per ciascuno) a ventotto ricercatori addestrati. A ciascuno di questi era stato spiegato come generare le emozioni.

Il DNA cambiava la propria forma in base ai sentimenti dei ricercatori.

Quando i ricercatori provavano gratitudine, amore e apprezzamento, il

DNA rispondeva allentando i filamenti e srotolandoli. Quando i ricercatori provavano rabbia, paura, frustrazione o stress, il DNA rispondeva contraendosi.

Gli esperimenti sono proseguiti cercando di catturare i modelli informativi da una particolare molecola di DNA e trasmetterli a un'altra, in modo da riprogrammare le cellule con un genoma diverso.

La trasformazione sarebbe avvenuta con successo, per esempio, agendo su embrioni di rana trasmettendo il modello di informazione del DNA di salamandra: tutte le informazioni necessarie per creare una salamandra sono state trasmesse in una rana senza effetti collaterali o disarmonie come quelle

causate dal tagliare e reintrodurre singoli geni dal DNA.

Questo rappresenterebbe un'incredibile rivoluzione: semplicemente applicando una vibrazione, otterremmo un effetto di clonazione o di trasmutazione senza usare l'arcaica procedura taglia-incolla. Questo esperimento punta a una genetica ondulatoria che potrebbe essere il futuro dell'attuale genetica.

Esperimenti come questi dovranno essere replicati e validati su larga scala, ma una medicina basata sulle evidenze non può ignorare queste frontiere e non può non occuparsi di una validazione rigorosa di queste ricerche con studi su più ampi campioni e con maggiori tassi

di affidabilità.

Sarebbe come lasciare vuota la porta durante una partita di calcio, subire il goal è assicurato.

Ma vi è già un'applicazione di queste prime evidenze ed è nel campo psichico.

Il valore metaforico di questi risultati preliminari che sembrano fantascientifici più che scientifici e che la scienza avrà il dovere di verificare seriamente, è potentissimo per la psiche.

Non è solo il sovvertimento delle credenze che queste ricerche producono nella mente razionale, che ne costituisce il potenziale trasformativo, in quanto capace di scardinare sempre più il paradigma materialista e meccanicista, così poco efficiente nella risoluzione dei

problemi che affliggono la sanità, come l'economia e la politica odierne.

Con la psiche possiamo già intravedere il potenziale metaforico di tutto questo: che ne sarebbe del destino di una persona affetta da una determinata condizione se venisse in qualche modo "irradiata" con la frequenza di informazioni di chi è guarito?

Come l'embrione di rana si trasforma in salamandra se opportunamente irradiato con l'informazione delle cellule di salamandra, che succederebbe se "la frequenza" dei guariti irradiasse chi sta esprimendo invece "l'informazione del malato"?

Non è forse ciò che accade in quella che il prof. Enzo Soresi ha denominato

la “guarigione per shock carismatico”? Di fronte a Madre Teresa di Calcutta, alla quale era profondamente devoto, ecco che un paziente, che Soresi cita sempre, guarì da un grave tumore.

Esempi così se ne annoverano moltissimi, oltre a quelli avvenuti tramite NDE, come nel caso di Anita Moorjani, e nei casi descritti nel libro *Guarigioni stra-ordinarie* di Ian Barasch e Carlyle Hirschberg, o nel libro *Le dodici tappe della guarigione* di Alain Moenaert.

Cosa accade? L’informazione espressa da un individuo “illuminato” viene trasferita all’altro.

Il risveglio accanto a un maestro spirituale avviene in modo analogo.

Potrebbe allora trattarsi di un trasferimento di informazione tramite il DNA che funziona come un'antenna e fa da ponte tra spirito e materia?

E se fosse così, come farlo accadere sistematicamente?

Con John Hawke, ricercatore e intuitivo che mi assiste in questa vertiginosa riflessione, abbiamo immaginato di poter indurre psichicamente una trasformazione dell'assetto informazionale interiore di un individuo, aiutandolo nel salto quantico, attraverso la frequenza di chi per quell'individuo rappresenti già l'informazione della guarigione.

Abbiamo così disegnato una serie di pratiche coscienziali, in parte presenti

anche nei CD *Auto-ipnosi quantica* e insegnate nel corso "Anatomia della guarigione quantica", finalizzate a tradurre in pratica interiore ciò che queste ricerche suggeriscono rispetto alle proprietà del DNA.

I risultati dell'applicazione di queste pratiche si stanno mostrando a mano a mano che le persone le apprendono con risultati come quelli di una corsista che mi scrive:

«*Dopo aver frequentato il corso Anatomia della guarigione quantica ho sentito subito un mutamento della coscienza. Qualcosa di potente e indicibile era cambiato, vedevo me e il mondo con altri occhi. Ho capito che*

dipende tutto da ciò che siamo dentro, ho sentito la coscienza espandersi. È incredibile ma ciò che prima pensavo impossibile o molto difficile, come ad esempio guarire da una grave malattia o cambiare una situazione economica stagnante da anni, è diventato improvvisamente possibile, persino naturale. Mi sembra naturale, sì... questo è incredibile, è cambiata la mia coscienza».

IL DNA E I PONTI SPAZIO-TEMPORALI

Il cunicolo spaziotemporale o ponte di Einstein-Rosen, detto anche *wormhole*, è una caratteristica dello spazio-tempo già postulata dallo stesso Einstein come conseguenza dalla relatività che rappresenta essenzialmente una "scorciatoia" da un punto dell'universo a un altro, e permetterebbe di viaggiare tra di essi più velocemente di quanto impiegherebbe la luce a percorrere la distanza attraverso lo spazio normale. Nel tempo i fisici hanno ipotizzato l'esistenza di diversi tipi di cunicoli: i cunicoli intra-universo connettono una posizione con un'altra dello stesso universo in un tempo differente. Un tunnel gravitazionale dovrebbe poter connettere punti distanti nell'universo a

causa delle deformazioni spazio-temporali, permettendo così di viaggiare fra loro in minor tempo rispetto a un viaggio attraverso lo spazio normale. I cunicoli spazio-temporali inter-universo collegano un universo a un altro differente e sono definiti wormhole di Schwarzschild. Questo ci permette di congetturare la possibilità se tali tunnel spazio-temporali possano essere usati per viaggiare da un universo a un altro parallelo, come ipotizzato nella teoria delle stringhe. Un'altra applicazione del wormhole potrebbe essere il viaggio nel tempo. In questo caso sarebbe una scorciatoia per spostarsi da un punto spazio-temporale a un altro differente.

La possibilità di wormhole

attraversabili nella relatività generale fu per prima volta dimostrata da Kip Thorne con il suo studente Mike Morris, in un documento del 1988.

Un ponte di Einstein-Rosen potrebbe potenzialmente permettere dunque un viaggio nel tempo.

Questo potrebbe essere conseguito accelerando un'estremità del wormhole relativamente all'altra, e riportandola successivamente indietro; la dilatazione temporale relativistica risulterebbe in un minor tempo passato per la bocca del wormhole che è stata accelerata, in confronto a quella rimasta ferma; il che significa che tutto ciò che è passato dalla bocca stazionaria uscirebbe da quella accelerata in un tempo precedente

a quello del suo ingresso.

Il percorso attraverso un tale wormhole viene detto curva spazio-temporale chiusa di tipo tempo, e un wormhole con questa caratteristica viene talvolta detto timehole, o buco temporale.

Per esempio, si considerino due orologi per entrambe le bocche che mostrano la stessa data: 2000. Dopo aver effettuato un viaggio a velocità relativistiche, la bocca accelerata è riportata nella stessa regione di quella stazionaria, con l'orologio della bocca accelerata che legge 2005, mentre l'orologio di quella stazionaria legge 2010. Un viaggiatore entrato dalla bocca accelerata in questo momento uscirebbe

dalla stazionaria quando anche il suo orologio legge 2005, nella stessa regione, ma ora con cinque anni nel passato.

Non si sa se un ponte di Einstein-Rosen possa esistere, non vi sono di fatto esperimenti diretti della sua esistenza, per il semplice fatto che si dovrebbe avere la possibilità di viaggiare nello spazio in un wormhole, ma sul piano teorico esso deriva necessariamente dagli assunti della relatività che non può essere rigettata.

Se due punti sono connessi tramite un wormhole, il tempo impiegato per attraversarli sarebbe minore del tempo impiegato da un raggio di luce attraversante lo spazio esterno al

wormhole. Per analogia, il fatto di correre intorno al lato opposto di una montagna alla massima velocità renderebbe il cammino più lungo che passeggiando attraverso un tunnel che l'attraversasse. Si può camminare lentamente giungendo a destinazione prima, poiché la distanza è più breve.

Secondo la teoria della relatività generale di Einstein, più un oggetto si sposta velocemente, più vedrà il tempo scorrere lentamente. Se l'entrata di un wormhole ("buco nero") resta immobile e la sua uscita ("fontana bianca") si muove al 99,99% della velocità della luce, dopo 48 ore dall'entrata, saranno trascorsi soltanto 28 minuti all'uscita: ciò vuol dire che per l'osservatore

saranno trascorsi 28 minuti, ma l'universo circostante si sarà evoluto di 48 ore. In linea puramente teorica, generando un wormhole e variando la velocità di spostamento del suo punto d'uscita, si avrebbe la possibilità di viaggiare nel futuro: se la fontana bianca si spostasse idealmente a velocità superiori a quella della luce, sarebbe in grado di "sorpassarla" e raggiungere punti dell'universo toccati da essa tempo prima; il che si tradurrebbe perciò in un viaggio nel passato.

Un ipotetico viaggio nel passato e una conseguente serie di azioni compiute dal viaggiatore porterebbero però ad alcuni paradossi: si supponga che un uomo viaggi nel passato fino a incontrare il

proprio nonno da giovane, prima che si sposi e abbia dei figli (e di conseguenza nipoti). Si supponga inoltre che il viaggiatore uccida il proprio nonno, impedendogli di avere figli e nipoti. Ciò genererebbe un paradosso, in quanto il viaggiatore non sarebbe mai nato, e di conseguenza non avrebbe mai potuto viaggiare nel passato e compiere il delitto.

Si supponga che un uomo viaggi nel passato fino a incontrare un famoso scrittore, prima che raggiunga il successo. Si supponga inoltre che il viaggiatore abbia portato con sé un famoso libro scritto nel futuro proprio da quell'autore, e che glielo regali: questi lo ricopierà e avrà grande

successo grazie a quell'opera. Ciò genererebbe un paradosso, in quanto il libro non sarebbe mai stato scritto da capo, ma solo ricopiato da un autore che lo avrebbe ricopiato a sua volta.

Questi paradossi (e tutte le possibili varianti che ne possono scaturire) negano la possibilità dell'esistenza dei viaggi nel tempo, data l'assurdità delle situazioni che andrebbero a verificarsi, a meno che... non esistano universi paralleli: il viaggiatore, in entrambi i paradossi sopra descritti, non si sarebbe spostato indietro nella propria linea temporale, ma avrebbe raggiunto una dimensione parallela con una linea cronologica a se stante, da egli alterata senza il minimo effetto sulla propria.

In altri termini è la coscienza a potersi muovere su più linee temporali, come se potesse esistere contemporaneamente in più vite.

Le vite passate e future dunque sarebbero parallele, un po' come la vita che conduciamo di giorno, quella che crediamo reale e la vita dei sogni che conduciamo di notte.

Cosa c'entra il DNA con tutto questo?

Gli scienziati russi hanno scoperto che il DNA può creare modelli strutturati nell'energia, e questo creerebbe wormholes magnetici. L'Effetto DNA Fantasma ne sarebbe un esempio... un tunnel tramite il quale l'informazione può essere trasmessa fuori da spazio e tempo.

L'importanza del ruolo dei cunicoli spazio-temporali magnetici per il DNA del resto appare anche negli studi di Luc Montagnier, premio Nobel per la medicina, il quale afferma che il DNA può inviare impronte elettromagnetiche di se stesso a cellule lontane e fluidi. Per essere più precisi alcuni enzimi ricreano il DNA, servendosi dell'impronta elettromagnetica. Due provette adiacenti, e fisicamente separate, sono state collocate all'interno di una bobina di rame e sottoposte a un debole campo elettromagnetico di sette hertz. L'apparato viene isolato dal campo magnetico naturale terrestre per evitare interferenze. Una provetta contiene un frammento di DNA lungo

cento basi, una seconda provetta contiene acqua pura distillata. Dopo 16-18 ore, entrambi i campioni vengono sottoposti a un metodo di routine usato per amplificare tracce di DNA, utilizzando enzimi, al fine di poter fare molte copie del materiale originario. Si tratta di una reazione a catena, detta polimerase chain reaction (PCR).

Dopo questo procedimento, il frammento di gene è stato recuperato in entrambe le provette, anche se una conteneva solamente acqua distillata! Va detto che la soluzione originale del DNA, la cui composizione per ora non è stata rivelata, viene sottoposta a diversi cicli di diluizione, prima di essere immersa nel campo elettromagnetico. Si

parla di un rapporto di uno a dieci, il frammento di DNA "fantasma" è stato recuperato solo tra la settima e la dodicesima diluizione del DNA originale.

I fisici del team di Luc Montagnier affermano che il DNA emette onde elettromagnetiche a bassa frequenza, che danno l'impronta del DNA alla struttura delle molecole dell'acqua.

L'acqua è in grado di tenere informazioni ricevute e memorizzare le caratteristiche della sequenza del DNA. Montagnier ha affermato che molte specie di batteri e tanti virus danno segnali elettromagnetici esattamente come fanno alcune cellule umane malate.

L'acqua si comporta esattamente

come un nastro magnetizzato, conserva l'impronta magnetica di virus contenuti in precedenza, anche quando questi sono stati cancellati e trasmette un messaggio di natura magnetica, che è ancora in grado di essere riprodotto.

Le ricerche di Luc Montagnier, considerate non del tutto statisticamente solide da una parte del mondo scientifico, perché aneddotiche o non basate su campioni ad alta numerosità, tuttavia risentono del fatto che, come ben spiegato dal bioingegnere Rodolfo Fiorini, Ordinario al Politecnico di Milano, la statistica attuale non è in grado di misurare grandezze più piccole dell'ordine del 10 alla meno 13 e sistemi ad alta complessità, ma di questo

parleremo più approfonditamente nella terza parte del libro.

Per questa ragione è fondamentale che le ricerche proseguano sempre di più in questi ambiti, visto che ormai anche l'OMS ha affermato, con un documento del 2007, che i campi magnetici estremamente deboli possono avere conseguenze positive e negative sulle nostre cellule.

(*Campi a frequenza estremamente bassa* Criteri di Sanità Ambientale, n. 238 Traduzione italiana di capitoli selezionati dal volume *Extremely low frequency fields* Environmental Health Criteria No. 238 Organizzazione Mondiale della Sanità, Ginevra, 2007; Traduzione a cura del Progetto "Salute e

campi elettromagnetici" del Ministero della Salute).

Quindi il Dna è in grado di comunicare direttamente con i cunicoli spazio-temporali.

Rispetto alla comunicazione, il DNA non è soggetto a nessuna limitazione.

L'iper-comunicazione costituisce un'interfaccia con una rete aperta, una rete di coscienza o di vita. Proprio come Internet, il DNA può immettere i propri dati in questa rete, richiamare dati da questa rete ed entrare in contatto con altri utenti della rete, ma non è affatto limitato alla propria specie. Anche esseri viventi diversi possono scambiarsi le informazioni genetiche. L'iper-comunicazione è quindi una

prima interfaccia scientificamente dimostrabile tramite la quale le diverse forme di intelligenza dell'universo sono collegate fra loro.

Ciò sarebbe in grado di spiegare, oltre che la ricezione di "cognizioni anomale", quali la percezione di eventi futuri o precognizione ad esempio, anche i fenomeni che sono stati riferiti da persone che hanno avuto una NDE o Esperienza di Premorte.

La riflessione ci condurrebbe dunque a immaginare un DNA come uno strumento di comunicazione con l'iperspazio o il senzatempo: il DNA attrae bit di informazione e li passa alla nostra coscienza.

Si giungerebbe così a un modo del

tutto nuovo di considerare le cose, in cui concetti come coscienza e percezione hanno accesso alla fisica. I campi magnetici dei cunicoli spazio-temporali, attaccati a fogli spazio-temporali che contengono la biomateria comune, sono buoni candidati per la spiegazione fisica della percezione. Il magnetismo dei cunicoli spazio-temporali potrebbe addirittura essere considerato la quintessenza dei sistemi viventi.

Questo significherebbe dimostrare il rapporto tra gravitazione e coscienza, come due poli opposti: le due forze che agiscono nel mondo sarebbero da una parte la gravità, con le sue dimensioni spazio-temporali e la materia, e dall'altra la coscienza, antimateria e

sincronicità.

Fenomeni di iper-comunicazione tra esseri umani, studiati attualmente anche da prestigiosi accademici, come telepatia o channeling, troverebbero qui una base fisiologica.

Anche i campi morfogenetici troverebbero una spiegazione: in natura l'iper-comunicazione viene applicata con successo da milioni di anni. La vita organizzata degli insetti, come abbiamo già detto, lo prova pienamente. L'uomo moderno la conosce solo al suo livello più basso come "intuizione". Possiamo però riguadagnarla pienamente.

Come esempio in natura, quando l'ape regina viene separata dalla colonia, le restanti api operaie continuano a

costruire seguendo il piano. Se la regina viene uccisa, però, tutto il lavoro della colonia si ferma. Nessuna ape sa cosa fare. Sembra che la regina trasmetta i "piani di costruzione" anche se si trova molto lontano, attraverso la coscienza di gruppo. Può trovarsi lontano quanto vuole, fin quando è viva.

L'idea di universi paralleli, o di un multiverso risale a Everett.

Negli anni Sessanta e Settanta, i laboratori di meccanica quantistica della General Electric e della Bell Telephone hanno dimostrato che la teoria di Everett è tutt'altro che l'idea di un pazzoide: sostanzialmente, in accordo con l'interpretazione di Copenaghen dell'esperimento della doppia fenditura,

di cui abbiamo già parlato, per ogni scelta ipotizzabile noi esseri umani riusciamo a vedere solo uno degli eventi possibili, ma gli altri si verificano tutti, nei mondi paralleli di Everett.

Se noi tutti potessimo visualizzare la "realtà" a quattro dimensioni in questo preciso istante, avremmo visto il mondo moltiplicarsi in un numero infinito di copie di se stesso, e in ciascuno di quei mondi avremmo visto una replica di noi stessi nell'atto di fare una cosa diversa da quella che stavamo facendo.

In uno dei mondi di Everett qualsiasi possibilità si verifica. Il fatto che ci sembri assurda e che non la vediamo non significa un accidenti. Se pensate bene al significato della parola

“infinito”, nel multiverso di Everett anche uno scimpanzé, a forza di pestare sulla tastiera di un computer, prima o poi comporrà il Macbeth.

Oggi molti fisici sono convinti che i mondi del multiverso di Everett non sono separati, ma collegati attraverso corridoi del tempo, dove gli universi dello “ieri” e del “domani” umano coesistono con quelli dell’oggi.

Un’immensa voragine nello spazio sarebbe segno di universi paralleli: si trova tra sei e dieci miliardi di anni luce dalla Terra. Si tratta di un volume di spazio con un diametro di circa 900 milioni di anni luce dove il “nulla” la fa davvero da padrone. Agli strumenti che l’-hanno scoperto appare come una

gigantesca macchia oscura nel cielo, come se una mano smisurata avesse cancellato quasi tutti gli oggetti luminosi presenti al suo interno.

Un gruppo di ricercatori guidati da Laura Mersini-Houghton dell'Università del North Carolina a Chapel Hill (Usa) lo avrebbe interpretato, secondo una notizia apparsa su NewScientist come l'impronta indelebile di un altro universo che sta oltre il nostro, con un concetto al di fuori della cosmologia standard, utilizzando la "teoria delle stringhe", una teoria della fisica che ipotizza che la materia, l'energia, lo spazio e il tempo siano la manifestazione di entità fisiche sottostanti, chiamate appunto "stringhe",

le quali vibrano in dieci dimensioni nello spazio-tempo e che formano le particelle subatomiche che originano gli atomi.

Secondo questa teoria non esiste un solo Universo, bensì 10 alla 500 universi (si immagini un numero composto da 1 seguito da 500 zero, un numero inimmaginabile...) ognuno con proprie leggi fisiche.

Spiega Mersini-Houghton: «Quando il nostro Universo si formò doveva interagire con gli altri Universi vicini. E quel buco è proprio il risultato di quell'interazione avvenuta subito dopo la nascita del nostro Universo, il quale da allora, per le caratteristiche che esso possiede, continuò a espandersi.

Purtroppo non ci è possibile osservare ciò che ci arriva dai confini dell'Universo, che si trova tra 42 e 156 miliardi di anni luce da noi, e quindi non possiamo vedere ciò che c'è oltre il buco». Ma quel buco è proprio l'impronta che un Universo diverso dal nostro ci ha lasciato all'inizio del tempo e dello spazio.

Che il buco si formò agli inizi dell'Universo è d'accordo anche Rudnick, il quale dice: «Le teorie correnti suggeriscono che tutte le strutture che oggi vediamo nell'Universo presero forma all'inizio del tempo e dello spazio. La struttura vera e propria fatta di vuoti e agglomerati di materia, poi, è cresciuta nel tempo guidata dalle

forze gravitazionali».

A questo punto tutto sembrerebbe possibile. Basta pensare una cosa perché diventi realtà, in uno dei mondi da Stargate di Everett. Passato, presente e futuro sono la stessa cosa.

Basterebbe un piccolo salto quantico nell'iperspazio.

Ma il punto è: come farlo?

Forse non occorre un corridoio del tempo, forse basterebbe una sorta di regressione ipnotica... di certo la coscienza che può viaggiare in più linee temporali, integrando più piani di quelli tridimensionali della realtà ordinaria, non può essere quella della mente razionale e qui sta il tranello, il mistero, ma anche il fascino.

L'IPER-COMUNICAZI NEGLI ESSERI UMANI

Nel 1865 il tedesco August Kekulé fu il primo a ipotizzare la struttura ciclica del benzene.

Lo scienziato non volle rivelare come fosse arrivato a tale conclusione. Solo nel 1890, durante una festa in suo onore a Berlino chiamata Benzolfest, Kekulé raccontò che nell'inverno 1861-62, mentre risiedeva a Gand, in Belgio, in una buia stanzetta da scapolo, si era addormentato davanti al fuoco e nel

sonno aveva visto un serpente che si mordeva la coda:

«*Ero seduto intento a scrivere, ma il lavoro non progrediva; i miei pensieri erano altrove. Girai la sedia verso il camino e mi appisolai. Di nuovo gli atomi giocavano di fronte ai miei occhi (...). Il mio occhio mentale, reso più acuto da questa ripetuta visione, era ora in grado di distinguere strutture più grandi di multiforme conformazione; lunghe file talvolta sistemate più strettamente, tutte sinuose e ricurve come il moto di un serpente. Ma guarda! Che cos'è? Uno dei serpenti aveva afferrato la sua stessa coda, e la forma girava*

beffardamente davanti ai miei occhi. Come per un lampo improvviso mi risvegliai e passai il resto della notte a elaborare la mia ipotesi».

Sebbene questa versione del sogno di Kekulé resti controversa, essendoci anche una successiva versione da lui stesso narrata in altre circostanze, questo resta comunque un esempio di iper-comunicazione.

Da dove era giunta l'immagine del sogno?

Negli umani l'iper-comunicazione si osserva quando una persona ottiene all'improvviso una informazione che è fuori dalle sue conoscenze di base. Questa ipercomunicazione viene presa come una ispirazione o un'intuizione

(come durante la canalizzazione in trance, che viene spesso interpretata come canalizzazione di "entità", ma altro non è che il collegamento con un altro funzionamento cerebrale tramite il quale abbiamo accesso ad altre modalità espressive e di pensiero intuitivo, testimoniato soprattutto dall'attivazione delle aree corticali temporali, in particolare a destra, associate infatti da tempo all'esperienza mistica, alla coscienza del sacro e così via.)

Il compositore italiano Giuseppe Tartini, sognò una notte che il diavolo sedeva al suo fianco, suonando il violino. La mattina dopo Tartini fu capace di segnarsi il pezzo esatto nei suoi ricordi. Lo intitolò *La Sonata del*

Trillo del Diavolo.

Anche questo è un esempio di ipercomunicazione.

L'iper-comunicazione sarebbe più efficiente in stato di rilassamento. Lo stress, le preoccupazioni o l'iperattività intellettuale, bloccando il successo dell'iper-comunicazione o le informazioni ricevute, vengono totalmente distorte e divengono inutili.

Ecco nuovamente il senso di applicare l'ipnosi in modo quantico.

LO SPAZIO-TEMPO QUANTICO

Alla luce di tutto questo forse siete un poco smarriti. Del resto, come diceva Bohr, se avete capito bene quello che avete letto, sarete sicuramente scioccati.

Soprattutto forse starete pensando che, se le cose stanno così, allora che ne è dello spazio-tempo come lo conosciamo?

In effetti, nel mondo quantico lo spazio-tempo non è. Cominciamo con il tempo.

Dal paradosso di Zenone in poi, filosofi e scienziati si sono interrogati su quella che nella relatività einsteiniana ha assunto l'aspetto della quarta dimensione dello spazio.

Oggi le scienze della coscienza giungono a farci vedere come il tempo

sia una creazione biologica della nostra mente, il cui unico scopo pratico sembra essere quello di aiutare i circuiti mentali a svolgere alcune funzionalità.

Se prendiamo ad esempio il paradosso di Zenone, esso ci porta dritti filati al principio di indeterminazione di Heisenberg: infatti in ogni istante nel quale la freccia è in una certa posizione essa è ferma, e se ne conosciamo la posizione non ne possiamo conoscere la quantità di moto.

La quantità di moto si collega alla durata del suo volo.

Il tempo allora è l'espressione interna della percezione sensoriale che accende i singoli fotogrammi della posizione della freccia in un percorso.

Come a dire che una sequenza di immagini ferme, una sequenza di posizioni, vengono a fluire in un ordine, in una direzione.

Anche in questo momento, voi leggete, ma di fatto state attivamente ricostruendo nella vostra mente, momento per momento il significato di segni grafici su un foglio.

State ordinando secondo uno schema una sequenza di informazioni mentali e mentre andate da una riga all'altra, avete la sensazione del tempo che passa.

Ma il tempo è la somma degli stati mentali che procedono di riga in riga nella vostra lettura.

Il tempo è solo nell'interiore.

La posizione è il luogo occupato nello

spazio, ma la quantità di moto è solo nella percezione interna.

Il tempo è espressione del mondo spaziale interno allora.

Come molti sanno, ho un trascorso di danzatrice e amo la danza.

Così la metafora della danza potrebbe essere molto utile adesso.

David Parsons è il coreografo di *Caught*. In questa performance il ballerino, avvalendosi degli effetti di una luce stroboscopica, danza sospeso nel vuoto, "catturando" l'attimo fuggente.

I rapidi flash della luce stroboscopica isolano le singole immagini del corpo in movimento, tutto diventa una posa ferma, qualcosa di immobile segue

qualcos'altro di immobile ed ecco che sembra senzatempo oltre che nel vuoto.

Le posizioni nello spazio quantico sono così, fisse, immobili.

Devono essere disgiunte dalla quantità di moto per essere individuate.

Lo scorrere fluido di queste posizioni fisse avviene solo nella mente, che agisce come uno di quei vecchi cinematografi nei quali immagini fisse venivano fatte scorrere una dopo l'altra ricreando il movimento.

Zenone aveva ragione: quando la freccia è nella singola posizione di quello che noi vediamo come un tragitto, essa è ferma.

Ci vuole l'osservatore per rivelare il percorso e la durata.

Il tempo non è uno stato reale dell'esistenza, come se esistesse là fuori, come una dimensione entro la quale ci muoviamo.

Questo è quello che pensano coloro i quali parlano di viaggi nel tempo.

Ma il tempo è solo un parametro della mente che osserva.

Allora non ha senso viaggiare nel tempo come pensano di fare alcuni che utilizzano la fisica quantistica come base per validare tecniche che sono solo prodotti mentali.

Come in verità maneggiare questo prodotto della mente che chiamiamo tempo?

Come forse raggiungere il tempo fuori dallo spaziotempo?

Ci potrebbe venire in aiuto ancora qualche accenno di fisica.

Dovete sapere, ad esempio, che se foste su uno shuttle che parte dal suolo e viaggia sempre più veloce oltre l'atmosfera, in ogni momento la distanza dalle persone che erano riunite a vedere il lancio aumenterebbe e la loro immagine ci metterebbe un tempo sempre più lungo per arrivare a voi che siete nello shuttle e li guardate: la loro immagine verrebbe dal passato, e ogni fotogramma arriverebbe dopo un tempo molto più lungo di quello a cui siete abituati, risultandone quindi il moto rallentato.

Robert Lanza e Bob Berman immaginano così che vedreste le

persone passare dall'applaudire entusiaste a un applauso svogliato perché rallentato.

Così, i cieli sopra di noi, nella dilatazione universale, scorrono in slowmotion, come se respirassero lentamente, in un sonno dato dal *time-lapse* della dilatazione stessa.

È stato sfruttando effetti simili che Ole Rømer ha calcolato la velocità della luce.

Ed è proprio quando siamo vicini alla velocità della luce che l'effetto della dilatazione del tempo si fa tangibile: al 98% della velocità il tempo viaggia a metà della sua velocità, al 99% a un settimo.

Allora se noi potessimo viaggiare al

99% della velocità della luce, potremmo godere di un rallentamento temporale.

In dieci anni di vita nostra potremmo assistere allo scorrere di settant'anni della vita del resto della realtà.

In un viaggio su quello shuttle di cui parlavamo prima, lungo per noi dieci anni, noi saremmo invecchiati di una decade, ma al ritorno sulla terra per i nostri cari sarebbero passati settant'anni e non li troveremmo forse nemmeno.

Ma Einstein ci ha mostrato che succederebbe qualcosa anche allo spazio: la distanza si contrae.

Se potessimo viaggiare alla velocità della luce ci troveremmo ovunque nell'universo: come Luc Besson è riuscito a rendere nel visionario film

Lucy, se il nostro cervello si comportasse come un unico fotone senziente, potrebbe essere ovunque e in ogni tempo istantaneamente.

Ma la non permanenza del tempo e dello spazio ne fanno parametri inadatti per concepire un universo là fuori, esterno.

La luce ha una sua velocità costante nel vuoto, ma tempo e spazio no, non hanno nulla di immutabile.

Noi siamo abituati a pensare il tempo come un continuum che procede in avanti, ma solo perché la nostra mente è abituata a pensare linearmente.

Come fare a cambiare questo funzionamento? Questo è il punto, non il viaggio nel tempo.

Il viaggio nel tempo potrebbe non servire a nulla, poiché resta inscritto nella matrice temporale stessa.

Ma se provassimo a correlare il tempo con il suono?

Come molte volte ho già fatto, usiamo la metafora del CD.

Nel CD ci sono molte tracce, quella che ascoltiamo la chiamiamo presente, le altre passato e futuro. Esse esistono comunque sempre, solo che noi ne selezioniamo una.

Se potessimo avere accesso all'intero disco contemporaneamente cosa accadrebbe?

Se avessimo accesso a tutta la nostra vita contemporaneamente, cioè non linearmente, tutta in un solo istante,

essendo allo stesso momento feto, neonato, ragazzino, uomo maturo, vecchio e cadavere?

Come nella Cabala, dove si dice che il tempo è stato creato solo perché se no le cose accadrebbero tutte assieme.

I morenti hanno questo tipo di funzionamento, che è evidentemente vicino a quello della mente di Dio: vedono tutta la vita in un istante, il loro tempo è circolare in quell'attimo.

E anche i bimbi piccoli non hanno percezione del tempo lineare.

La figlia della mia cara amica e collega Eleonora dice "oggi, domani" insieme quando parla di un evento.

Per noi è un "errore": e se invece provassimo a stare proprio dove sta la

piccola Emma?

Einstein ebbe a dire, in una lettera di condoglianze alla vedova del suo migliore amico: «*Ora Besso ha lasciato questo strano mondo un po' prima di me. Non fa niente. Le persone come noi, che credono nella fisica, sanno che la distinzione tra passato, presente e futuro è solo un'illusione testardamente ostinata*».

Anche Carla Perotti scrive, nel suo prezioso libro *La madre dei mondi*, dedicato alla Mère: «*Alcuni dei miei amici hanno lasciato la terra in questi giorni. È vero, non andrò più a sciare con loro e non andremo a cena al Lapin Agile che mi faceva sempre pensare a un coniglio bianco. Eppure*

nessuno di loro si è allontanato. Anche Mère è più vicina del solito, abita il mio studio e mi segue con gli occhi dalla sua strepitosa fotografia. Credo che la morte sia un'idea di seconda mano, un evento che viene classificato come tale perché il nostro sguardo è limitato».

Che il tempo proceda come una freccia in avanti, dal passato al futuro è solo una nostra costruzione, una illusione.

Lo spazio e il tempo sono forme intellettive create da un certo tipo di funzionamento della mente, che pur tuttavia non è l'unico che conosciamo, visto che nel sogno non accade nulla che sia lineare.

Del resto potremmo misurarlo in tanti modi: potrei dire che il mio corso dura il tempo di scioglimento di una bacinella di ghiaccio, oppure il tempo di sessanta cadute della penna che rotola dal tavolo e così via...

Cioè il tempo non è altro che un insieme di eventi che cambiano.

Siamo convinti di stare sul crinale del tempo... forse questo ci rassicura di stare nel regno dei vivi.

I morti sono semplicemente fuori dal tempo.

Nel regno del tempo lineare il domani non è ancora accaduto.

Ci possiamo ancora giocare la partita della nostra vita, tutto deve ancora venire.

Ma la scienza non ci dice perché siamo vivi, adesso.

È forse solo un caso tra miliardi di probabilità.

La fisica dei quanti ci dice che il tempo è solo una creazione frutto dell'atto continuativo del pensare, che vuole mettere in ordine le cose una dopo l'altra secondo una linea e una logica.

Ma in quei momenti che dalla notte dei tempi i saggi hanno inseguito, con la meditazione, la mistica, la preghiera, in quei rari attimi di coscienza espansa, conquistiamo una diversa lucidità che si chiama illuminazione.

Il tempo svanisce e ci sentiamo liberi e infiniti, oppure possiamo compiere tantissime azioni in un tempo che sembra

dilatarsi, come quando diciamo “mentre cadevo ho visto tutto al rallentatore”: l’Effetto Isaia di Gregg Braden, intercapedini del tempo in cui possiamo entrare come nelle pieghe segrete dell’universo.

Se cambia il funzionamento mentale, allora cominciamo a intuire che spazio e tempo non esistono davvero, appartengono in modo esclusivo alla nostra percezione, non sono qualcosa di fisico e reale, bensì di concettuale, cioè hanno una natura squisitamente soggettiva.

Sono schemi interpretativi cognitivi.

Come leggiamo in *Biocentrismo*: «*Sono parte della logica mentale di un organismo animale che è un software*

che modella le percezioni in oggetti multidimensionali».

Spazio e tempo come artefatto umano.

L'inconsistenza dello spazio-tempo si rivela là dove accadono variazioni di coscienza.

È la variazione di coscienza che può condurci al viaggio spaziotemporale nel senso che è la coscienza che crea o disfa l'illusione spaziotemporale a seconda del piano in cui si trova e a seconda del grado di separazione dall'Uno in cui si adagia.

Infatti, quando siamo in uno stato alterato di coscienza, smettiamo di avvertire la separazione tra noi e le cose, tra noi e gli altri... gli oggetti e i soggetti perdono la loro individualità.

Se la malattia la guardiamo da questo livello di coscienza unificata essa non è disgiunta dalla guarigione, non sono più due cose separate. Solo quando le diamo il nome che definisce il concetto di una entità individuale e separata essa esiste in quanto tale.

Pensate a un coltello: noi diamo il nome al manico del coltello e dunque esso esiste come tale, ma poiché non diamo un nome alla parte di raccordo tra manico e coltello, essa sembra non esistere.

Pensate ai colori del cielo al tramonto o meglio ancora alle aurore boreali o alle nuvole che si plasmano in forme nel cielo: noi non le percepiamo separate le une dalle altre semplicemente perché

non disponiamo di un nome per definirle.

Infatti la parola crea, allora dobbiamo fare attenzione a cosa creiamo.

È qui che la percezione ci può venire in aiuto.

Infatti la percezione può essere omnicomprensiva: nella natura e nel corpo, di fronte a uno scenario naturale o quando facciamo l'amore, smettiamo di sentirci separati perché di fatto non utilizziamo concetti per definire, viviamo l'esperienza.

L'esperienza è fuori dal tempospazio e dalla separazione.

Oltretutto l'esperienza nasconde un doppiofondo ulteriore: l'interpretazione degli input sensoriali nel cervello

dipende dal percorso neurale che essi compiono nel corpo per giungervi.

Ad esempio ciò che arriva al nervo ottico viene interpretato come luce e colore per via del percorso del nervo che li conduce fino alla corteccia occipitale.

Ma a questo punto cosa esiste veramente al di là della nostra percezione che poi viene sempre interpretata?

Se togliessimo dallo spazio tutti gli oggetti e gli esseri viventi che possiamo percepire resterebbe qualcosa?

Per la fisica questa è una domanda inconcepibile.

Eppure oggi sappiamo che la maggior parte della realtà è vuoto, ma un vuoto

pieno, che pullula di particelle, che sono in realtà virtuali, cioè energia pulsante che in potenza può essere materia, e salta fuori e dentro dalla realtà materiale.

Questa viene appunto chiamata energia di punto zero e comincia a manifestarsi quando tutte le altre energie cinetiche si azzerano, a -273,15 gradi centigradi.

L'energia del punto zero o del vuoto fu già verificata sperimentalmente nel 1949 con l'osservazione dell'Effetto Casimir.

Come raggiungerla?

Se ci allineassimo con il campo del punto zero, anche lo spazio sarebbe un vuoto pieno di energia in potenziale

materia... pronta per essere creata.

I sensi con cui percepiamo le matrici spaziotemporali, che in realtà non esistono se non attraverso noi, sono come le ovaie dell'anima: lì si creano le uova del reale che si schiudono alla percezione e alla interpretazione del loro esistere nella loro mente, in una gerarchia intrecciata.

La percezione crea, mentre crea percepisce e percependo da una parte si immerge nell'illusione del reale, dall'altra può risalire all'anima creatrice stessa.

Ma perché questo accada, come vedete, serve un pensiero non lineare: un pensiero circolare in cui percezione e reale si fanno man mano e si creano l'un

l'altro.

A quel punto il creatore crea non perché viaggia nel tempo e nello spazio, che non esistono come contenitore al di fuori di sé, ma perché attiva un pensiero non lineare appannaggio della coscienza quantica.

Suono, meditazione, mistica, preghiera, danza, sogno, amore: queste le vie del non lineare, del senzatempo, del senzaspazio.

COME TRASFORMARE LA

RICERCA SUI GENI IN UN PROGRESSO NELLA TERAPIA: IL DNA EMOTIVO

Gli scienziati stanno scoprendo i percorsi precisi attraverso cui le modifiche della coscienza umana producono cambiamenti nel corpo fisico.

Ogni pensiero o sensazione libera nei nostri organi una cascata di sostanze biochimiche e ogni esperienza scatena modifiche genetiche nelle nostre cellule.

I geni sono già stati utilizzati per studiare ulteriormente gli effetti dell'agopuntura (F. Chen et al., 2006, *Journal of Accord Integrative Medicine*), mappando la differente espressione genica tramite *microarray* di DNA nel trattamento del tremore con agopuntura e indagando il ruolo del sistema dei meridiani nella conduzione elettrica e nella trasmissione di bioinformazioni.

In futuro sarà interessante scoprire quali modificazioni geniche si possono avere prima e dopo la meditazione, la preghiera, la danza, la seduta terapeutica, i trattamenti basati sulla consapevolezza.

L'orizzonte che si schiude di fronte a

noi è entusiasmante: avremo la possibilità di indagare le componenti genetiche e proteiche di modifiche della coscienza quali quelle ottenibili dall'intenzione, dall'integrazione delle credenze, dalla preghiera, dalla meditazione, dalla psicoterapia.

Forse non sapete che i geni non si attivano tutti nello stesso modo, non sono tutti uguali in buona sostanza. E non si attivano nemmeno in tutto il corpo nello stesso istante o allo stesso modo.

Ci sono i cosiddetti geni immediati precoci che rispondono nel giro di qualche minuto agli eventi che ci accadono e mediano tra l'ambiente e i processi neurochimici del corpo, attivando a loro volta altri geni che a

loro volta codificano per proteine che saranno ulteriori effettori dell'adattamento all'ambiente e alle sue modifiche, come ci mostrano le ricerche di Marina Bentivoglio e della sua équipe già alla fine degli anni '90.

I geni immediati precoci sono anche essenziali per il funzionamento del nostro sistema immunitario e si ritiene influenzino anche il feto in via di sviluppo.

L'immunologo M. Castes ha dimostrato come esperienze di sostegno emotivo per bambini che erano inseriti in un percorso terapeutico abbiano prodotto un miglioramento del funzionamento del sistema immunitario sulla base dell'attivazione genetica.

Come riportato da Church nel suo libro, i cento geni immediati precoci hanno un ruolo vitale nella regolazione di moltissime funzioni psicologiche e fisiologiche (pag. 68)

Oltre a essi, disponiamo anche di geni attivati dallo stato comportamentale: essi forniscono un legame tra pensieri e corpo, tra biologia e biografia e costituiscono un tassello fondamentale dell'enigma relativo al modo in cui gli stati psicologici influiscono sul corpo e viceversa.

Spiegano come la psicoterapia, la preghiera, le convinzioni, i rituali dell'umano possano avere effetti positivi sul nostro benessere.

Sappiamo che è così, gli studi sono

tanti, sempre di più, ma ci sfuggiva come questo potesse accadere.

I geni nella loro veste adattiva, plastica, epigenetica, vibrazionale sono una delle risposte più sensate, che sta ricevendo validazione scientifica.

L'attività genetica legata allo stato comportamentale, ritenuta per molto tempo estranea alla nostra psiche, può invece esserne condizionata, in particolare anche dall'intenzionalità.

Ma anche l'esperienza che dal nuovo fa procedere un apprendimento è in grado di interagire con un'altra classe di geni, quelli appunto denominati "geni attivati dall'esperienza".

Questa classe di geni genera la sintesi proteica necessaria a ordinare alle

cellule staminali di differenziarsi, al fine di sostituire quelle danneggiate o distrutte nei vari tessuti o organi.

Questi geni presiedono ai segreti meccanismi della guarigione e del mantenimento della salute.

Essi stimolano le cellule staminali a formare nel cervello nuovi neuroni, a qualsiasi età, secondo le più avanzate ricerche di epigenetica.

Così, mossi dalla novità e dall'apprendimento, modificano la struttura del nostro cervello.

Così le esperienze si traducono in percorsi neuronali.

Il già citato Ernst Rossi, ritiene che molte delle guarigioni straordinarie o miracolose, tramite pratiche spirituali o

ipnosi o tecniche di guarigione mente-corpo, siano avvenute tramite l'espressione di questi geni con la loro azione sulle cellule staminali, nel cervello e nel corpo.

Oggi siamo già in grado di osservare quali aree del cervello mostrino un incremento di attività quando vengono attivati alcuni geni e anche quali differenti onde cerebrali siano associate a questa attività.

È affascinante immaginare nei geni che rispondono al nuovo e all'apprendimento la chiave del superamento del karma, del condizionamento psicogenealogico.

Il karma come processo codificato nel DNA si rende plastico come è plastico

il genoma sotto l'influsso epigenetico.

La stessa eredità che riceviamo dagli avi attraverso il codice genetico si autosupera nella plasticità dello stesso: il codice che origina la vita è insieme il bagaglio delle vite che ci hanno preceduto e di tutte le vite che potremo creare.

E questo è fortemente collegato all'esperienza, all'apprendimento, alle emozioni.

Siamo davvero un'unica entità densa e sottile al contempo. Questi geni che scopriamo in un certo qual modo "vibratili", capaci di risuonare con ciò che viviamo momento per momento, sembrano gli strumenti dei misteri che abitano il salto tra lo spirito e la carne.

Questi geni hanno ancora molto da dirci... molto avremo noi da dire a loro, quando saremo una coscienza sola.

6. La danza cosmica e la biologia

Avete mai visto danzare? Avete mai danzato?

Io ho iniziato a ballare quando ho iniziato a camminare.

Avendo quasi sfiorato la carriera di danzatrice, e continuando a danzare appena posso, posso dire che la danza è una metafora della vita e della guarigione tra le più potenti.

Come disse Sylvie Guillem, la

danzatrice che incantò Nureyev: “Se potessimo dirla non avremmo bisogno di danzarla”.

Oggi ho imparato che la danza è anche quanto di più vicino possiamo immaginare all’incessante vibrare delle particelle-onde che sottendono ciò che chiamiamo materia.

Forse non è un caso che musica e danza, suono e movimento, siano da sempre vicine al sacro.

La fisica moderna, dal canto suo, rappresenta la materia non come passiva e inerte, bensì in una danza e in uno stato di vibrazione continui: le strutture molecolari, atomiche e nucleari nel loro farsi e disfarsi, creano volute e spirali, come le braccia e le gambe del

danzatore nei suoi volteggi.

I mistici orientali vedono così anche il mondo materiale, lo vedono dissolversi e mostrare il suo volto di ritmica celebrazione: come afferma già Fritjof Capra, l'universo deve essere afferrato nella sua dinamicità, mentre si muove, vibra e danza; la natura non è in equilibrio statico, ma dinamico.

La danza di Shiva è la danza della materia subatomica. Come nella mitologia indù, essa è una danza incessante di creazione e distruzione che coinvolge l'intero cosmo; è la base di tutta l'esistenza e di tutti i fenomeni naturali.

Gli artisti indù, secoli fa, crearono immagini e statue di questa danza:

sculture bronzee che ritraggono il dio impegnato nell'eterno rito di creazione e distruzione vibratile.

Oggi, le immagini della camera a bolle, strumento della moderna tecnologia capace di ritrarre la danza delle particelle interagenti, testimonia il continuo ritmo di vita e morte dell'universo, con la stessa bellezza e profondità di significato. La metafora della danza cosmica unifica quindi l'antica mitologia, l'arte religiosa e la fisica moderna.

Come afferma Alain Daniélou, in *Śiva e Dioniso*:

«*La materia, la vita, il pensiero non sono che relazioni energetiche, ritmo,*

movimento e attrazione reciproca. Il principio che dà origine ai mondi, alle varie forme dell'essere, può dunque essere concepito come un principio armonico e ritmico, simboleggiato dal ritmo dei tamburi, dai movimenti della danza. In quanto principio creatore, Śiva non profferisce il mondo, lo danza».

Questo vale anche per la guarigione che può essere intesa come il riallineamento con questa danza: allora l'ordine implicito, che tutto informa, torna a essere percepito e, quando siamo allineati con il campo, immagini, informazioni e consapevolezza giungono e si palesano come concrete possibilità

di coscienza lucida immediata. Esattamente come mi è accaduto tante volte danzando o come può accadere lasciando danzare l'anima.

Questo è il salto quantico istantaneo che avviene per irradiazione o autoirradiazione e trasporta su altri piani di energia e di coscienza. Le conferme sperimentali supportano sempre di più la nozione fisicoquantistica di "Campo Unificato di Informazione", elegante e novella modalità di definizione dell'Inconscio Collettivo di Jung.

Essere coscienti a livello del campo equivarrebbe a essere in comunicazione istantanea con tutto e con tutti, di fatto con tutta l'informazione contenuta nell'Universo a tutti i livelli.

Equivarrebbe a vibrare, cangiare, fluire, conformemente alla natura essenzialmente vibratoria di cui siamo fatti.

Risuonare... ri-suonare: suonare ancora e ancora come il diapason, come la campana e il suo batacchio che rintoccando sulle pareti produce il suono, come la corda che vibra...

Già Pitagora lo aveva compreso, con il suo monocordo... la vibrazione e le sue variazioni sottendono la vita intera.

Allora studiare il fenomeno della "risonanza" come punto di partenza per "accordare" il nostro vivere al campo olografico diviene possibile e persino necessario.

La risonanza è uno dei segreti della

coscienza che stanno alla base della creazione della realtà e della guarigione e la coerenza quantistica, uno dei meccanismi che stanno alla base di tantissimi fenomeni biologici, tra cui anche la fotosintesi clorofilliana, corrisponde all'interazione caotica e non lineare tra i neuroni in grado di produrre l'emergere della coscienza.

Assistiamo qui a una vertiginosa convergenza di spirito e materia: ciò che cattura e affascina del danzatore è proprio la coerenza dei suoi movimenti, il suo essere un tutt'uno con l'aria, la terra, l'emozione e l'atto, l'armonia del suo fluire: questo rende ragione del talento che distingue un'esecuzione perfetta ma senz'anima e senza passione,

senza arte, dall'atto artistico, trascendente e carismatico del danzatore ispirato... Nella danza di talento il singolo movimento pur essendo perfetto scompare, perché è il tutt'uno della danza che rapisce lo spettatore, lo fa trascendere oltre il gesto stesso, che pur perfetto cede la sua individualità alla forza dell'insieme.

Accade la stessa cosa nella biologia: la singola cellula che diviene parte di un'armonia che la trascende, di un tutto il cui significato è assai più del singolo, che pure è irrinunciabile per il tutto.

Dai molti l'uno, e l'uno ha proprietà che i singoli non hanno, ma senza i singoli in armonica connessione l'uno non può accadere.

È così in una coppia che sia uno di due, è così per un'azienda, per una nazione e anche per le particelle.

È così anche nella nostra coscienza.

Al crocevia tra anima, coscienza, biologia c'è la danza armonica delle vibrazioni che da molte confluiscono in una, coerente, istantanea connessione di tutte...

LA COERENZA QUANTISTICA

Nel 1994 usciva il testo scritto dal

famoso fisico di Oxford Roger Penrose, *Le Ombre della Mente*. Questo libro, per le tesi che prospettava nonché per l'autorevolezza del suo autore, mise in subbuglio il mondo medico-scientifico dell'epoca.

Rifacendosi ad alcune pionieristiche ricerche dell'anestesiologo Hameroff e del neurofisiologo Libet, Penrose ipotizzò che i processi cerebrali come la coscienza o la consapevolezza dovessero essere direttamente collegati al fenomeno fisico noto col nome di "coerenza quantistica".

La coerenza quantistica è lo stesso fenomeno per cui i metalli portati a bassa temperatura manifestano la superconduttività. A temperature molto

basse, infatti, alcuni metalli possono condurre l'elettricità senza opporre resistenza. Una corrente immessa in una spira superconduttrice scorrerebbe per un tempo infinito. Il segreto di questo fenomeno è che gli elettroni che trasportano la corrente elettrica si muovono tutti insieme in modo coerente, come se fossero un'unica gigantesca particella.

Sembra che il DNA, di cui abbiamo parlato nel capitolo precedente, sia in grado di funzionare esattamente come un superconduttore a temperatura ambiente.

Robert H. Dicke, fisico della Princeton University, scoprì per primo la coerenza nella fisica quantistica, quando le fasi dei campi

elettromagnetici oscillano insieme. I fisici Giuliano Preparata ed Emilio Del Giudice, dell'Istituto di Fisica delle Alte Energie dell'Università di Milano, hanno consistentemente sviluppato questa prima teoria creando la "Coherent Quantum Electrodynamics", la Coerenza Quantistica Elettrodinamica. La coerenza diventa così un fondamento della nuova scienza in quanto rappresenta la legge che ci permette di comprendere l'unità della vita e la sua evoluzione, attraverso l'incremento di complessità e di armonia dei campi elettromagnetici dai quanti alle cellule, agli organismi viventi. Giuliano Preparata sosteneva che "la Oneness (Unità) esiste in quanto

l'universo è un unico campo. La Oneness crea l'unità del tutto attraverso la coerenza", e che "il campo elettromagnetico coerente, o 'dominio di coerenza', non viene proiettato al di fuori del sistema, ma rimane intrappolato nel sistema atomico e ne garantisce un'evoluzione coerente. Per cui il campo elettromagnetico coerente e interiorizzato è il collante dei sistemi, degli individui atomici fra loro".

Per Emilio Del Giudice: «Gli stati fisici più vicini alla Oneness sono gli stati di coerenza che assicurano un comportamento correlato e cooperativo a un insieme di "particelle" che, nel processo, perdono la loro natura di individui separati, creando unità. La

coerenza è perciò quella realizzazione della teoria quantistica dei campi che privilegia gli aspetti unitari, è una materializzazione della Oneness».

Ancora Emilio Del Giudice: «Il "campo di informazione" è il più affascinante effetto di un sistema ad alta coerenza. In un laser, che è un fascio elettromagnetico ad altissima coerenza, l'informazione di ogni singolo fotone viene distribuita "olograficamente" all'intero sistema. (...) L'"influenza sottile" del potenziale vettore si incarica di correlare tra loro tutte le strutture coerenti nell'unità del vivente. Questo campo di informazione, quindi, senza transfert di energia, crea una risonanza, una comunicazione tra le parti che

risuonano insieme, una sincronicità, una armoniosa connessione tra le frequenze d'onda degli atomi e delle molecole che porta all'organizzazione di una intelligente, sinergica, cooperativa unità vivente».

Una situazione simile accadrebbe, secondo Penrose, ad esempio, anche a livello cerebrale: il cervello umano è costituito da miliardi di neuroni che a loro volta al loro interno presentano migliaia di microtubuli i quali sono composti da enti ancor più piccoli chiamati tubuli. Ora, a parere di Penrose, l'evento cosciente nell'uomo, il passaggio cioè dallo stato di pre-coscienza allo stato di coscienza, avviene al raggiungimento da parte dei

tubuli dello stato di massima "eccitazione coerente". Come gli elettroni nella superconduttività (i quali muovendosi all'unisono permettono alla corrente nel metallo di fluire senza ostacoli) così la globalizzazione della coerenza tra i tubuli cerebrali permette il verificarsi del processo cognitivo. Il tempo di transizione dalla fase pre-cosciente alla fase cosciente con la conseguente attivazione del segnale motore che consente, ad esempio, di muovere un braccio dura circa mezzo secondo. Il susseguirsi delle transizioni dal livello minimo al livello massimo di coerenza dei tubuli, costituisce il "corso della coscienza" nello scorrere del tempo.

I fenomeni di coerenza quantistica, oltre a spiegare razionalmente le dinamiche dei processi cognitivi, darebbero conto anche di quello che Penrose chiama "Senso Unitario" della mente. Il processo cosciente non può mai essere frutto dell'attivazione di una singola area del cervello ma deve scaturire dall'azione concertata in un gran numero di zone della mente.

La coerenza quantistica è quel processo fisico per cui un gran numero di particelle agisce coralmente assumendo le caratteristiche e le qualità di un'unica macro-entità, consentendo il verificarsi di fenomeni quali l'emissione Laser o la Superconduttività. Le caratteristiche peculiari della coerenza

quantistica sono essenzialmente due: l'evoluzione dei suoi processi dinamici secondo una logica non deterministica (non esprimibile cioè attraverso semplici meccanismi di causa ed effetto o "razionalizzabili") e l'estensione immediata e globale del fenomeno quantistico a tutti gli enti che partecipano al processo coerente. Tali caratteristiche ben si adattano al controllo dei processi mentali come gli "stati emozionali" (per loro natura non razionalizzabili) o "l'unicità dei processi cognitivi". Per quanto concerne quest'ultimo aspetto delle caratteristiche della mente, recenti studi di neurobiologia hanno dimostrato la non veridicità delle ipotesi secondo cui si

avrebbe nel cervello una localizzazione ben definita delle funzioni deputate alla coscienza o al controllo dell'attività sensitiva. Tali funzioni andrebbero invece attribuite al cervello nel suo insieme, il quale, attraverso una fitta rete di sistemi interconnessi, controllerebbe ogni attività.

Alle aree tradizionalmente ritenute sede delle funzioni cerebrali andrebbe soltanto riconosciuto il compito di originare il primo impulso per l'attivazione dell'atto mentale o sensitivo.

La coerenza quantistica corrisponde in un certo senso dunque all'osservatore delle filosofie vediche che vibra e al contempo organizza e dà senso alla

vibrazione osservandola.

I delicati fenomeni quantistici dell'entanglement, del salto quantico e della coerenza si esplicano nella natura vibrazionale delle proteine e del DNA, e costituiscono il "corridoio" biochimico per il trasferimento di energia con un'altissima efficienza.

Questa scoperta mette in discussione l'idea secondo cui alcune proprietà quantistiche siano troppo "delicate" per partecipare attivamente ai processi biochimici, e un'ipotesi molto diffusa tra i ricercatori, cioè che i sistemi viventi si basino su meccanismi biochimici insensibili a proprietà quantistiche come la coerenza o l'entanglement (la correlazione che può legare a distanza

diversi stati quantistici di particelle). Oggi si è dimostrato che molti fenomeni biologici possono essere spiegati solo con le leggi della fisica quantistica, in particolare, per fare qualche esempio, l'effetto tunnel per attività enzimatiche, l'entanglement per fenomeni che devono avvenire contemporaneamente a distanza (il taglio del DNA o l'oscillazione dei microtubuli nell'encefalo).

Un esempio impressionante di come la coerenza quantistica può agire nella biologia è quello fornito dallo studio di Alex Chin, ricercatore dell'Università di Cambridge, e dai colleghi delliIstituto di fisica teorica di Ulm e del Politecnico di Cartagena, che pubblicano i loro risultati su *Nature Physics*.

Il 99% circa dell'energia solare assorbita grazie alla fotosintesi viene convertita in energia chimica. Questa strabiliante efficienza, irraggiungibile per qualunque cella fotovoltaica, è dovuta almeno in parte alla capacità della natura di sfruttare il fenomeno della coerenza quantistica. A scoprirlo è stato proprio lo studio di Chin e colleghi. Lo sfruttamento dell'energia del Sole da parte delle piante coinvolge, a livello microscopico, un complesso "corridoio" biochimico a cui partecipano pigmenti legati a specifiche proteine che formano complessi denominati PPC (pigment-protein complex). L'energia viene trasferita attraverso l'eccitazione a catena di

diversi stati quantistici molecolari, o eccitoni. Questi eccitoni mostrano una coerenza quantistica: vale a dire che possono presentare simultaneamente una sovrapposizione di stati quantistici, ognuno caratterizzato da una diversa probabilità. Studiando i batteri verdi sulfurei, che vivono fino a duemila metri nelle profondità marine, si osserva che la quantità di luce solare che possono sfruttare è talmente limitata da essere trasformata quasi al cento per cento in nutrimento. Recenti progressi nelle tecniche di microscopia non-lineare ultrarapida hanno permesso di osservare in questo processo di trasformazione estremamente efficiente indizi di fenomeni di coerenza quantistica. I nuovi

calcoli di Chin e colleghi confermano queste prime indicazioni sperimentali, dimostrando che le proteine che formano i PPC partecipano al trasporto di energia in modo molto più attivo di quanto ipotizzato in precedenza. In particolare, le loro frequenze delle vibrazioni rotazionali entrano in risonanza con le onde di eccitoni, senza disturbarle: le vibrazioni possono passare dagli eccitoni alle strutture proteiche e viceversa, con uno scambio continuo in equilibrio che permette di mantenere la coerenza. “La differenza principale tra il sistema usato per questa simulazione e i sistemi impiegati per le simulazioni precedenti consiste nel non separare l’eccitone dall’ambiente

circostante, ma di considerare invece un unico sistema a molti corpi" ha spiegato Chin. "Abbiamo adottato un approccio olistico." L'organismo mette in atto dei sistemi per mantenere uno stato di coerenza per permettere l'espressione del fenomeno quantistico. È così che le proprietà quantistiche giocano un ruolo nei processi della vita a più livelli.

L'energia viene trasferita attraverso l'eccitazione a catena di diversi stati quantistici molecolari e le cellule possono presentare simultaneamente una sovrapposizione di stati quantistici, ognuno caratterizzato da una diversa probabilità.

LA FORMA E LA FUNZIONE: I QUADRUPLEX DI DNA

Il DNA probabilmente non smetterà di stupirci ancora per parecchio.

Siamo abituati a immaginarlo come una doppia elica, ma in realtà si tratta di una molecola che assume molte e diverse architetture, si svolge, si riavvolge e danza, insieme alla cromatina attorno alla quale si avvolge, insieme alle molecole di acqua ionizzata

che lo circondano come un corpo di ballo.

Stiamo sempre più comprendendo come sia la forma a giocare un ruolo cruciale nella biologia: non più solo la chimica, ma la fisica delle molecole, il loro movimento, le forme nello spazio...

Un esempio emblematico sono i quadruplex di DNA: con uno studio pubblicato il 20 gennaio 2013 su *Nature Chemistry*, un team di ricercatori dell'Università di Cambridge ha fornito una solida prova dell'esistenza, in cellule umane, di strutture di DNA a quadrupla elica.

Ma solo alcune regioni del DNA possono assumere queste insolite conformazioni.

Si tratta delle sequenze ricche di guanina, una delle quattro basi azotate che compongono il DNA. Se quattro di queste sequenze di DNA si trovano a occupare, nello spazio, posizioni adiacenti, è possibile che si formino strutture a quadrupla elica chiamate G-quadruplex. Spesso si tratta di conformazioni stabilizzate da ioni o piccole molecole e si pensa che le quadruple eliche abbiano ruoli regolatori essenziali per la vita della cellula.

Lo studio ha confermato che le G-quadruplex si trovano in corrispondenza dei telomeri, le regioni terminali dei cromosomi ricche in guanina, fondamentali per la corretta replicazione

del materiale genetico. Eppure solo un quarto delle G-quadruplex osservate occupa queste regioni. Il resto è sparso in tutto il genoma, suggerendo che l'insolita struttura possa essere coinvolta nella regolazione di geni chiave nei processi oncogenetici.

Nella maggior parte delle cellule tumorali analizzate, le strutture si formano durante e in modo strettamente dipendente dalla replicazione del materiale genetico, cioè a livello della "fase S", fase che precede la divisione della cellula. L'osservazione è correlabile al ruolo che i G-quadruplex avrebbero nell'oncogenesi, spesso innescata da geni che, mutando, aumentano in modo incontrollato la

replicazione del DNA e la divisione cellulare.

Al di là del fatto che sempre più la ricerca sembra ispirare un nuovo paradigma per terapie personalizzate, come nel caso degli studi sui quadruplex, ciò che conta è come quella che per tanto tempo abbiamo considerato una doppia elica sia dominata in tutte le sue funzioni da fenomeni che vanno ben oltre la molecola stessa e che sono di natura assolutamente architettonica e vibrazionale.

I NEURONI E I FRATTALI

Immaginiamo di poter viaggiare su un elicottero e vedere dall'alto la costa frastagliata da Sorrento a Positano. Poi facciamo uno zoom mentale su un solo chilometro di costa. Poi su cento metri, poi su un solo metro di scoglio. L'impressione scoscesa delle rocce non muta... un metro o centinaia di chilometri hanno lo stesso grado di complessità.

Si chiama autosimilarità ed è la principale caratteristica delle strutture dette frattali, secondo la celebre dizione introdotta da Benoît Mandelbrot. I

matematici dimostrano che qualsiasi zoom effettuato entro un frattale lo riproduce intatto. Senza limite, cioè fino a un numero infinito di zoom di zoom di zoom. L'auto-similarità implica dunque che non c'è una lunghezza fondamentale – una scala, appunto – caratteristica per il sistema. Un frattale è privo di scala. Strutture frattali appaiono in moltissimi sistemi e processi naturali: in fisica, in biologia, in medicina, in cosmologia, nella struttura delle galassie, in geologia, nella dinamica che accomuna i processi della corteccia cerebrale nei mammiferi, dal topo alla balena, passando per l'uomo, indipendentemente dalle dimensioni del cervello che variano di ben quattro ordini di

grandezza. La geometria frattale appare, quindi, come un tratto caratteristico che accomuna fenomeni nei più disparati settori dell'indagine scientifica.

Mi trovavo a novembre 2015 a Trieste, alla Facoltà di Fisica, per il Convegno di AMeC, Associazione Medicina e Complessità, invitata a tenere una relazione dall'amico e collega, ma anche filosofo, Dario Urzi.

E lì, ho avuto il piacere di sentire docenti di fisica italiani e stranieri discorrere semplicemente di quanti e DNA, di fisica delle particelle e biologia, di acqua informata, come fosse la cosa più naturale del mondo.

Tra gli altri, il fisico italiano Giuseppe Vitiello, professore ordinario

di Fisica Teorica alla Facoltà di Scienze dell'Università di Salerno, ci spiegava come la geometria dei neuroni sia sovrapponibile a quelle delle forme frattali e come la relazione vibratoria tra le cellule corrisponda a una musica.

Paracelso ne avrebbe gioito: la proprietà di auto-similarità che caratterizza i frattali è correlata, in termini di ben definite strutture matematiche, alla coerenza delle oscillazioni neuronali che sono osservate, attraverso l'elettroencefalogramma e le tecniche di fMRI (risonanza magnetica funzionale), su regioni estese degli emisferi cerebrali nell'uomo e negli animali a riposo o impegnati in attività con l'ambiente.

Vitiello, nel suo "salto quantico" verso il cervello, ha collaborato non solo con il neurobiologo californiano Walter J. Freeman, professore a Berkeley, ma anche con l'anestesiologo dell'Università dell'Arizona Stuart Hameroff. Il fatto che più li aveva colpiti è la capacità del cervello di trasformare quasi istantaneamente i segnali dei sensi in percezioni coscienti, mobilitando collettivamente milioni di neuroni in processi che non si capiva se fossero caotici o invece altamente coerenti.

Immaginiamo i circa cento miliardi di neuroni, ognuno dei quali si può collegare fino a mille sinapsi con gli altri, impegnati in un'unica sinfonia

frattalica.

I processi contemplati dalla normale biochimica dei trasmettitori nervosi e dalla fisica ordinaria della trasmissione degli impulsi nervosi sono troppo lenti per spiegare questo fenomeno. Quindi Vitiello, Freeman e Hameroff si sono rivolti a una fisica e a una matematica diverse. I frattali, liberi dalla camicia di forza di una "scala" e con una faccia rivolta verso la coerenza sembrano la risposta.

La percezione cosciente altro non è che un fenomeno quantico.

Come lo stesso ha raccontato in un'intervista (anche disponibile online) rilasciata a Riccardo Calantropio: «*Da tempo ero affascinato dalla possibilità*

di avere una visione unitaria di questi fenomeni, apparentemente tanto diversi, o per lo meno di capire se vi siano aspetti matematici della loro descrizione che li accomunino, fidando sull'intuito e sulla conoscenza di strutture matematiche familiari, quali quelle algebriche e dei gruppi di trasformazioni su cui si fonda la teoria degli stati coerenti. Ho trovato che la proprietà di auto-similarità così importante per la geometria dei frattali e la proprietà di coerenza della fisica della materia sono in realtà intimamente collegate ed entrambe sono realizzate dalle proprietà matematiche di certe funzioni che i matematici e i fisici chiamano

analitiche intere».

La matematica così vicina ai codici della coscienza, come se un'unica radice accomunasse e comprendesse numeri e natura.

Del resto lo sapeva bene Pitagora che suono, numeri e creazione erano intimamente connessi.

Il suono, la vibrazione e i numeri che li sottendono vengono così riscoperti come sovraorganizzazione che decifra il funzionamento delle cellule all'origine della vita, come in tutti i processi di creazione.

È così che fisica e neuroscienze ci conducono nelle pieghe più sottili dell'espansione di coscienza e ci offrono la spiegazione di come poter

giungere alla co-creazione della realtà e alla guarigione.

Appurata dunque l'interazione quantistica con il genoma umano nel processo di generazione delle proteine, la questione aperta riguarda come, considerando diversi potenziali quantici, possiamo sintonizzarci su quelli che catalizzano uno stato vibrazionale elevato, caratterizzato da una perfetta salute, ad esempio.

La ricerca è giunta a ipotizzare che il nostro DNA rechi in sé la codifica, nella sua parte esonica, dei nostri caratteri biologici, mentre la parte intronica sia la depositaria di una vera e propria programmazione di potenziali quantici.

In altri termini negli introni del DNA

risiederebbe il potenziale di co-creazione della realtà, tradizionalmente attribuito all'Anima.

E tale programmazione è cablata con un linguaggio caratterizzato da una semantica simile alla lingua umana, tant'è che l'équipe russa di Garjev si è avvalsa del contributo di linguisti per studiarlo.

Così se da un lato rileviamo il ruolo fondamentale del suono, della biorisonanza, e della medicina delle biofrequenze, per la strutturazione degli schemi neurali e delle geometrie frattali cellulari, dall'altro abbiamo il ruolo della parola per codificare potenziali quantici inerenti a ciò che andremo a esperire.

Per questa ragione acquisisce sempre più senso una medicina che integri la strumentazione di biorisonanza, che sfrutta il potenziale terapeutico delle stesse radiofrequenze che esprimono le cellule del nostro organismo, come ad esempio l'applicazione della terapia con AKTom, con tecniche di lavoro psichico e coscienziale atte a dialogare con la matrice semantica del DNA.

Quando iniziamo a integrare questi piani che procedono tra biofisica e anima, incontriamo la meravigliosa melodia di un'informazione sintropica che tende a strutturare e coordinare tutte le forme di vita per massimizzare il loro stato di salute e la naturale biodiversità.

Questa è quella che la scienza colloca

in un campo di coscienza intelligente, la noosfera, che contiene il ventaglio dei potenziali quantici: guarire significa in ultima analisi poterci allineare con la noosfera, abbandonando l'idea di essere una personalità separata, collocandoci in questa rete di informazioni e imparando a selezionare il nuovo potenziale attraverso l'uso potente delle radiofrequenze, del suono e della parola.

È così che entriamo nel senzatempo di tutte le grandi religioni e filosofie, della mistica e della poesia: un campo di coscienza atemporale che contiene, come i saggi della Cabala già sapevano, su molti piani vibratori, ogni tempo possibile, dal passato a tutti i potenziali

futuri esprimibili, che sono in attesa della nostra attenzione e della nostra parola per essere condensati e resi manifesti in questo tempo presente.

Ora possiamo dire che guarire significa imparare a navigare in questo campo, selezionando i potenziali futuri da portare nel presente, realizzando così la possibilità di interagire con l'intelligenza cellulare e la rete neurale, proprio per ripristinare uno stato ottimale di salute, in accordo con le scoperte nell'ambito delle neuroscienze e della fisica quantistica che avvalorano oggi l'eterno primato della coscienza e della mente nel plasmare il corpo fisico. Una danza ci attende là fuori, nel vuoto quantico, per condurci dentro, dove ogni

melodia ha inizio, dove non abbiamo mai smesso e mai smetteremo di danzare l'essere e il non essere.

7. Il potere delle domande

È ben nota a tutti la citazione evangelica: "*Chiedete e vi sarà dato; cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto. Perché chiunque chiede riceve, e chi cerca trova, e a chi bussa sarà aperto*". (Matteo, 7,7-12). Ma proviamo a soffermarci per qualche istante sul suo profondo significato che ci porta all'essenza del domandare.

Domanda: dal latino *demandare*,

affidare, raccomandare, composto di "de" e "mandare".

Come sempre nelle parole si nascondono i significati più profondi. Il termine "domanda" è in realtà una parola molto delicata, infatti è propriamente ciò che viene affidato, un enunciato tramite cui si esprime e conferisce un desiderio da esaudire: il carattere fondamentale della domanda, scontatamente rinvenibile in ogni dizionario, è l'essere volta a sapere qualcosa. Ciò che con la domanda si affida all'uditore è un desiderio di sapere.

Non è incalzante come l'interrogazione, né sussiegosa come il quesito. Sembra nascondere, nella

quotidianità dei discorsi in cui la usiamo con noncuranza, un germe di elegante delicatezza, un prezioso segno di fiducia.

Dobbiamo considerare che il nostro cervello ha circa 150 miliardi di neuroni.

Essi abitano nel senzatempo, neuroni frattalici del prof. Vitiello di cui abbiamo parlato nel precedente capitolo.

Forse allora la domanda rappresenta un atto di fiducia lanciato nel siderale di quelle reti neuronali.

Forse allora la domanda è uno strumento primario di quella biocoerenza psicoquantistica che possiamo raggiungere quando siamo

davvero connessi con la nostra meravigliosa complessità, la nostra danza interna nella rete della danza cosmica.

Quella domanda allora è un desiderio che chiediamo all'anima di esaudire, con fiducia, certi che l'anima saprà come e quando...

Forse è per questo che ritengo che le domande abbiano un valore assai maggiore delle risposte.

La domanda apre e la risposta chiude.

La domanda ha un potere euristico in sé, naturalmente se intesa nell'accezione con la quale ne stiamo parlando, come di ciò che viene affidato.

Così la notte, prima di dormire, puoi pensare a una domanda e poi affidarla al

buio, al sonno, al sogno.

Puoi farlo anche prima di ascoltare una traccia di autoipnosi: formula la domanda e affidala all'inconscio e al superconscio.

Ma nel formulare la domanda non negare mai la verità: ci vuole il coraggio delle domande vere, ci vuole la forza delle domande scomode, quelle che fanno paura o rabbia e nel capitolo proverò a suggerirne alcune.

Perché la domanda è inesorabile, ti rivela a te stesso, soprattutto quando si tratta di una domanda che ha a che fare con una malattia fisica, che potrebbe essere intesa essa stessa come una domanda.

Domande di questo genere non hanno

risposta nel conscio, e non devono averne.

Non sono domande per la mente razionale, ma per una coscienza al di là di essa.

La mente razionale conosce la logica del tempo lineare, la causa-effetto, la colpa.

Di fronte a domande come: "Perché hai co-creato questo?", può soltanto arrabbiarsi e sentirsi colpevolizzata, pensando: "Già sto male, devo pure pensare che sia colpa mia la malattia che mi è venuta?".

Ma la coscienza dei livelli simbolici e del livello dell'uno segue altre logiche, il suo tempo è la sincronicità.

Come Jung scrive mirabilmente

nell'omonimo libro, la sincronicità significa che esiste un legame di senso tra noi e le cose, tra noi e gli altri, tra noi e ciò che ci accade: una rete di significati, una griglia cosciente che nel sincronico si manifesta.

È allora, quando diveniamo consapevoli, cioè quando facciamo un primo salto quantico, che questa griglia esiste ed è sottesa al nostro vivere; è allora che possiamo trasmutare dalla logica della colpevolezza alla logica (propria del superconscio) della responsabilità.

Possiamo scegliere di essere responsabili del nostro destino e dunque anche della nostra salute.

Come accadde a Maria Cristina

quando, di fronte alla recidiva della malattia, si trovò con le dottoresse che la seguivano all'Oncologia del suo ospedale, le quali, senza che vi fosse nessuna particolare focalizzazione su temi psicosomatici o interpretazioni simboliche della malattia, semplicemente le chiesero: cosa è successo?

Maria Cristina racconta che la domanda fu come una bomba dentro.

Di colpo le fece prendere coscienza di un legame di senso tra se stessa e la malattia e le fece sentire che ne era in qualche modo responsabile.

In quel momento quale nuova organizzazione di coerenza stava accadendo tra i neuroni del suo cervello

che ne mutava la coscienza?

Le domande hanno questa prerogativa: rompono un equilibrio, richiedono una nuova organizzazione.

E, guarda caso, responsabilità deriva dal latino, *responsum abilitas*, la capacità di rispondere.

Noi gettiamo la domanda nel senzatempo dell'anima, fiduciosi che qualcuno, quel qualcuno che è già balzato oltre il salto quantico, avrà la capacità di rispondere e lo farà.

Magari con un sogno, con una sincronicità, un po' come avvenne alla paziente di Jung, giunta a quella che lo psicanalista svizzero riteneva sarebbe stata l'ultima seduta, vista la stagnazione della terapia. La donna portò un sogno

nel quale aveva visto uno scarabeo e Jung, volgendo lo sguardo, vide d'improvviso uno scarabeo camminare a pochi centimetri, come materializzato dal sogno stesso della paziente, nell'attimo stesso in cui lo aveva raccontato.

Sono istanti fortunati e senzatempo, quelli della cabala, quelli del Qoelet: il tempo non è tutto uguale, c'è un tempo per ogni stato, un tempo per ogni atto, un tempo per vivere, uno per morire, c'è il tempo che fluisce e quello che si ferma.

Quando si ferma troviamo l'abisso dell'essere e le risposte alle domande.

Le domande abitano il tessuto profondo dell'anima, la trama dell'essere, anche in senso quantistico:

nel campo abitano le infinite potenzialità, gli oggetti stessi sono possibilità per la coscienza che li osserva e sceglie di osservarli.

Allora aprire una domanda è un poco come rituffarsi nel mare dell'essere non ancora determinato. Quando vi chiedete: "Quando ho co-creato questo?", non vi state dicendo che è colpa vostra, ma state aprendo il tempo della creazione della realtà che state vivendo ora.

Quando vi ponete questa domanda, nel campo quantico vi ricollocate al tempo di quella creazione, cioè dell'osservazione di quella realtà che ora vi ritrovate a vivere.

Come una mia paziente che mi dice: «Sa, mi sono ricordata che da piccola

avevo immaginato tutto questo. Sì, dottoressa, è strabiliante e terribile, mi sono ricordata improvvisamente di essermi immaginata malata esattamente così. Oh, mio Dio, è così vivido e vero adesso. Se ora torno lì, pensa che potrei cambiare le cose?».

Quale era l'archetipo che quella bambina aveva richiamato dal campo? A che scopo? In quale nuovo archetipo trasmutare ora?

Domande, per viaggiare nei codici del tempo interiore e modificare le condizioni della propria manifestazione cosciente.

Domande che riportano a un istante senzatempo, rimasto cristallizzato nella memoria stessa del corpo, là dove

l'emozione ha preso letteralmente corpo: di solito il ricordo coglie d'improvviso, in un istante ritorna alla coscienza, rifratto dagli specchi della realtà.

Come Gregg Braden descrive bene nel suo libro *L'Effetto Isaia*, il tempo non è tutto uguale. Del resto lo sapevano bene i saggi della Cabala: il tempo è fatto di istanti e gli istanti non sono tutti uguali.

Le memorie biologiche si creano e si cristallizzano probabilmente in quegli istanti senzatempo nei quali un salto dalla mente al corpo, dall'invisibile al visibile accade.

È solo nel senzatempo allora che si possono trasformare.

Come nell'esperimento di Wheeler, la versione delayed, ritardata, dell'esperimento della doppia fenditura, l'osservatore modifica, anche a ritroso nel tempo, la probabilità con cui quella determinata entità energetica che chiamiamo elettrone si manifesta, così è possibile che l'osservatore – a patto che sia allineato con il campo, cioè entri davvero nel tessuto vibrazionale del campo – possa modificare la realizzazione di una probabilità del cosiddetto passato nel presente? Sarebbe come ciò che avveniva nel film *Ritorno al futuro*, nel quale un teenager, viaggiando nel tempo con una strana auto inventata da un altrettanto strano scienziato, tornava nel passato e

cambiava il destino dei suoi genitori.

Potrebbe avvenire? Secondo la fisica quantistica, sì.

Ma bisogna disporre di una coscienza quantistica e come arrivarci è appunto il tema che anima questo libro e buona parte della mia ricerca personale e professionale di questi ultimi anni.

Certamente tra gli ingredienti del salto quantico che in questo libro sto descrivendo, la domanda è uno di quelli fondamentali.

Allora adesso vi invito a disporvi in stato di presenza, di centratura, qui e ora nel vostro spazio interiore e vi chiedo, se lo volete, di leggere le domande che troverete poco più sotto, che sono le stesse che utilizzo nei miei corsi e con le

persone che mi si rivolgono.

Lasciatele risuonare dentro di voi e lasciate che la risposta accada dentro di voi, con una parola, un'immagine, una sensazione, senza chiedervi perché.

Lasciate che, dall'abisso dell'essere, chi è responsabile, capace di rispondere, cioè il superconscio, la coscienza quantica, lo faccia.

Abbandonate la paura che deriva dalla logica causale di colpevolezza e permettete al superconscio di fare ciò che è sicuro e appropriato per voi in questo momento, rispondendo solo a ciò a cui è bene rispondere ora.

A volte ci sono domande che restano sospese, anche per anni, e infine la risposta arriva.

Non dimenticate che etimologicamente la domanda è un affidarsi, un raccomandare con fiducia lieve la richiesta a chi sa e può rispondere.

Rispondete di getto, con la prima cosa che vi viene in mente, anche se vi sembra stupida.

Potete anche farvi leggere le domande da un'altra persona, vi potrebbe servire per ottenere un effetto di maggiore potenza della domanda.

LE DOMANDE EURISTICHE

DOMANDE PER TROVARE, O MEGLIO, PER ESSERE TROVATI DALLE RISPOSTE

Perché sto cocreando questo?

A quale scopo sto cocreando questo?

Quando ho co-creato questo?

C'è qualcosa di importante che ho ottenuto da questa situazione?

C'è qualcosa che non mi piace e questa situazione mi permette di evitarlo?

Se non avessi questa condizione farei qualcosa di diverso?

Ci sono vantaggi consci nel mantener questa situazione?

Se questa condizione se ne andasse

temo di perdere qualcosa?

Se domani fosse l'ultimo giorno della mia vita cosa rimpiangerei di non avere fatto e cosa farei?

Se io sapessi già che, comunque vadano le cose, alla fine guarirò, sarò felice, sarò salvo etc., farei in questo momento qualcosa di diverso da ciò che sto facendo?

TEMPO PER RIFLETTERE

Leggete queste riflessioni dopo avere risposto di getto alle domande euristiche.

Solo dopo avere dato una risposta spontanea, potete leggere questo

paragrafo e dedicarvi a una fase riflessiva e introspettiva.

Le domande a cui avrete voluto rispondere di getto non sono domande qualsiasi.

Sono sassi nello stagno della coscienza arenata magari in una condizione di malattia o mal-essere.

Sassi perché provocano onde, onde di coscienza.

Sassi perché hanno un peso, infatti riguardano alcuni temi caldi e spesso negati della malattia: i vantaggi secondari e le resistenze, figlie della paura e del giudizio autorivolti.

La prima domanda ("Perché ho co-creato questo?") ci conduce subito alla necessità e all'importanza di assumersi

la responsabilità della condizione in cui ci si trova: non la colpa, ma la responsabilità, cioè, come vedremo meglio nella terza parte del libro, la capacità di rispondere a ciò che sta accadendo.

Chiedersi "perché ho co-creato questo?" non significa pensare "che cosa ho fatto per avere questo?", ma "come posso rispondere a ciò che sta accadendo?"; significa cominciare a riappropriarsi della capacità di far fronte a ciò che stiamo vivendo e cominciare a intravedere un senso, un significato a ciò che sta accadendo.

La seconda domanda ("A che scopo ho co-creato questo?") ci conduce dalla ricerca delle cause alla ricerca dei fini:

in altri termini, mi posso chiedere da dove viene ciò che mi accade, e focalizzarmi sul passato, oppure aprire un orizzonte sulla possibilità che vi sia uno scopo per il quale accade ciò che sembra invece solo un problema.

La terza domanda, se ottiene una risposta spontanea e intuitiva, potrebbe aiutarci proprio nell'intuire la motivazione e lo scopo della condizione che si sta vivendo.

Il gruppo di domande a seguire ("C'è qualcosa di importante che ho ottenuto da questa situazione?", C'è qualcosa che non mi piace e questa situazione mi permette di evitarlo?", "Se non avessi questa condizione farei qualcosa di diverso?", "Ci sono vantaggi consci nel

mantenere questa situazione?", "Se questa condizione se ne andasse temo di perdere qualcosa?") ha a che fare proprio con il tema del vantaggio secondario che la malattia o il problema può garantire.

Ricordo una mia paziente che, dopo avere terminato una dura chemioterapia per un carcinoma mammario, durante la quale avevamo fatto un bel percorso emotivo decodificando il messaggio che la condizione portava, giunse in seduta e mi disse: "Ho paura. Paura che mi torni la malattia".

Naturalmente è umano avere questo genere di pensieri, soprattutto con certi generi di malattia, ma lei proseguì: "Sono sicura, anzi, che mi torni se lei

non mi aiuta a fare quello che devo fare".

La giovane donna, al momento della diagnosi, lavorava in un'azienda di famiglia, soprattutto per non dispiacere la famiglia.

Avrebbe voluto fare quello per cui aveva studiato, l'avvocato, invece si occupava di amministrazione.

La malattia le aveva fornito un ottimo motivo per starsene a casa, e frequentare nel tempo disponibile tra una chemio e l'altra, di nascosto, sì, di nascosto!, lo studio legale di una sua compagna di facoltà che le aveva offerto oltretutto di lavorare con lei una volta che si fosse ristabilita completamente.

Ma adesso che la chemio era finita,

tutti si aspettavano che tornasse in azienda.

Infatti era già tornata per alcune riunioni e si era sentita morire.

Il seno operato aveva dato segni di quel vissuto, iniziando a farle male come mai era capitato prima, se non dopo l'intervento, come se fosse una memoria del corpo che si risvegliava per risvegliare lei dal suo sonno e dalla sua anestesia esistenziale.

Era in conflitto: sapeva, come nessun altro avrebbe potuto sapere, che sarebbe morta restando lì, morta dentro e forse che poteva morirne del tutto.

Ma aveva paura di deludere tutti e andare incontro all'ignoto.

Per fortuna adesso sono tre anni che

lavora nello studio legale con l'amica e tra l'altro i familiari, dopo le prime reazioni di paura e dispiacere, ora la vedono felice e sono contenti.

Mi ha confessato che la madre, l'unica a non aver mai lavorato in azienda, le aveva sempre detto di fare quello che voleva, ma lei non le voleva dare retta, perché, si sa, "le madri rompono".

Adesso aveva recuperato anche il rapporto con la madre.

Un'altra paziente non riusciva a debellare una candidosi cronica, aveva provato un po' di tutto, dall'alimentazione alla tecnica della dott.ssa Clark, dalla naturopatia alla medicina convenzionale.

Giunse da me piuttosto sfiduciata.

Indagai con delicatezza la sfera della sessualità. Mi apparve reticente, quasi infastidita.

Era evasiva, mi parlava di alcune esperienze, ma era poco chiaro come si fossero realmente svolte.

Mi sembrava sempre più chiaro che ci fosse qualcosa di irrisolto a quel livello.

Dopo parecchi tentativi, le feci notare la difficoltà di approcciare quel tema e lei convenne con me che era così.

Esisteva molto probabilmente un legame tra la sua candidosi cronica e la difficoltà nell'approccio del tema sessuale.

Forse la candida serviva a questo, a

evitare la sessualità, azzardai, facendole anche la battuta: “È un modo per restare candida”.

Fu allora che mi disse che in effetti lei aveva paura del contatto fisico.

Aveva anche un sudore molto acre, altro sistema per tenere lontani gli altri.

Ecco come la malattia a volte rappresenta il modo migliore per evitare un conflitto.

Infine la domanda “se domani fosse l’ultimo giorno della mia vita cosa rimpiangerei di non avere fatto e cosa farei?” ci permette di focalizzare subito e senza troppi dubbi l’essenza della nostra anima, così spesso coperta dai troppi impegni, dalla rigidità dei ruoli, dalle aspettative degli altri e anche

nostre.

Mi ha sempre colpito come la risposta a questa domanda, ogni volta che l'ho posta, sia stata assai sovente relativa a sogni di autorealizzazione mai espressi: come se la persona avesse tralasciato, presa dalla corsa di una vita tutta orientata al fare e all'esterno, ciò che invece abita all'interno e parla attraverso la passione, il desiderio, anche l'ambizione.

Ho imparato che chi guarisce, guarisce così, recuperando la passione e un senso più alto della propria vita.

È successo così anche a Lucio, il quale mi dice che, quando gli hanno prospettato l'ipotesi di un parkinsonismo e una serie di altre

sindromi neurologiche degenerative, ha pensato: “Non voglio morire senza avere provato la passione”.

Non si era mai sposato, Lucio, e non aveva mai convissuto.

Dopo aver visto il padre morire di infarto, a un solo anno di distanza dalla morte in un incidente della madre e di suo fratello minore in auto con lei, aveva chiuso, a soli sedici anni, la saracinesca all’amore.

“Si soffre troppo, se li perdi.”

Era diventato rigido e razionale, un po’ come stavano diventando adesso i suoi arti.

Quando gli chiesi cosa avrebbe rimpianto di non aver fatto, ci pensò e mi disse: “In fondo rimpiangerei

l'amore, quello che ho fuggito tutta la vita".

Giada mi dice: «Se domani fosse l'ultimo giorno della mia vita, sa, non rimpiangerei di lasciare mio marito e i miei figli. Lo so che sembra terribile, ma in questo momento, quando lei mi ha fatto la domanda, mi è venuta in mente la facoltà di Psicologia. Mi mancherebbero dieci esami, ma quando sono rimasta incinta ho mollato. Però ho continuato a rimanere iscritta. Ecco, io rimpiangerei questo. Era il mio sogno, fare quello che fa lei adesso con me».

Infine la domanda "se io sapessi già che, comunque vadano le cose, alla fine guarirò, sarò felice, sarò salvo etc., farei in questo momento qualcosa di diverso

da ciò che sto facendo?" ci porta immediatamente a contatto con la paura che è uno degli ingredienti più potenti della sofferenza umana. La domanda non fa altro che farci comprendere come potremmo essere diversi se non avessimo paura, se avessimo la certezza che ce la faremo, che ci salveremo e così via.

Questa ultima domanda ci fa toccare con mano quella unicità e quel potere che abitano in noi e che possiamo sprigionare quando superiamo la paura e il senso di impotenza, quando sappiamo gettare lo sguardo e l'anima oltre il segno del visibile.

Allora cominciamo a divenire co-creatori della nostra realtà.

Terza parte

Guarigione quantica

8. Il triangolo della guarigione quantica

In tanti anni di lavoro clinico e di ricerca, grazie a tutte le persone che ho incontrato, quelle che sono guarite e quelle che non sono guarite, quelle che hanno tratto giovamento dalla terapia e anche quelle poche che l'hanno abbandonata, ho compreso che la guarigione è un processo che dipende

dallo stato di coscienza in cui la persona si trova.

A seconda del piano di coscienza in cui l'individuo sta vivendo, la guarigione si presenta come un viaggio apparentemente diverso.

In realtà il viaggio, se sarà percorso interamente nel suo potenziale trasformativo, condurrà allo stesso punto, al di là della guarigione stessa; ma quando viene intrapreso, la persona è ignara di questo e qualora si volesse provare a spiegarglielo lo troverebbe inconcepibile.

Come psichiatra, mi occupo appunto delle dinamiche psichiche e non vi è dubbio che la psiche abbia un ruolo fondamentale nelle vicende della

malattia e della salute.

Come già sappiamo è poi necessario intendere bene di quale psiche stiamo parlando – conscia, subconscia e inconscia o superconscia – ma è innegabile che le evidenze scientifiche che sia così, sono ormai sotto gli occhi di tutti. Eppure forse continua a esistere una sorta di distinzione tra psiche e soma come se la psiche abitasse altrove e interagisse con il corpo come farebbe un capo con un suo dipendente, e quando il corpo si ammala accade che questo dipendente si ribelli o scioperi.

Tutto il libro invece viaggia su una linea sottile che procede tra alchimia e fisica dei quanti, nel mostrare come psiche e soma siano un solo unico

mondo; come il corpo sia il luogo nel quale l'inconscio e il superconscio giacciono intrecciati, e come l'inconscio e il superconscio facciano il corpo; e quella che noi chiamiamo psiche, spesso confusa con la mente, abbia finito per essere identificata semplicemente con il conscio, inteso come contenuto dei nostri pensieri.

La coscienza quantica, per come è intesa in questo libro, è un modo per esprimere questa compenetrazione misteriosa, numinosa, come avrebbe forse detto Jung, tra psiche e soma, questa integrazione di conscio, inconscio e superconscio in un funzionamento che unifica l'essere umano con la natura, il corpo con il

cosmo, l'invisibile con il visibile, lo spirito con la materia.

Questo richiama il grande pensiero di Aurobindo e della Mère, secondo i quali l'essere umano è una specie in transizione, l'umanità si caratterizza per le proprie capacità mentali ma deve lasciare il passo a una mutazione completa e permettere la nascita di un nuovo essere che si definisce sovramentale e deve condurre a una mutazione fino al più intimo livello biologico-cellulare impregnando di esso le sue cellule e le "cellule" del Pianeta.

"Sviluppare la Supermente significa sviluppare la divinità che è già dentro di noi e farla scendere in noi fin nelle parti più remote delle nostre cellule."

Dice Mère: «*Ogni punto del corpo è simbolico di un movimento interiore; è un mondo di corrispondenze sottili. (...) L'intero mondo fisico è il simbolo dei movimenti universali. Quindi il nostro corpo è il simbolo dei nostri movimenti interiori. Il mondo intero, l'intero mondo fisico è come una cristallizzazione, è una materializzazione, una cristallizzazione, dei movimenti degli altri piani dell'universo*» (*Conversazioni* 1953, pag 74).

Anche il primo volume dell'Agenda inizia con questa piccola poesia che Mère scrisse nel 1893, quando aveva quindici anni:

"*In ogni cosa, in ogni atomo*

c'è la Presenza Divina.
La missione dell'uomo
è di manifestarla".

Questo fu anche il compito della Mère in quanto donna, visto che la donna ha un contatto energetico più intenso con la Vita e con l'evoluzione perché essa stessa è l'espressione della Shakti, ovvero dell'energia dell'universo, della creazione, della manifestazione. Non è un caso che nel ventre della donna avvenga il processo alchemico della nascita di ogni nuova vita, non è un caso che in questa era l'energia femminile ritorni a manifestarsi così intensamente.

Prosegue la Mère: «*Allorchè i diversi organi saranno sostituiti da centri di concentrazione di forze, diverse di*

qualità e di natura, che agiranno ciascuna secondo un modo proprio – si tratta di un concetto ancora non ben compreso dal corpo, proprio perché ancora di là da venire quanto a realizzazione. Mentre il corpo può capire davvero solo quello che è sul punto di poter fare» (Ibidem, pag 50).

In fondo ci sembra normale che a una lucertola ricresca la coda, che un bruco diventi farfalla o che da due piccolissime cellule nasca un individuo così complesso come è l'Uomo: tutti esempi di metamorfosi.

È l'energia a formare la materia, è l'energia a muovere gli universi e ogni cellula del nostro corpo, le cellule stesse sono energia. Un'ameba si muove

e cambia forma. Perché non potrebbe essere possibile a un corpo umano non più soggetto all'irrigidimento? Non è forse vero che prima diventa disfunzionale l'energia di un chakra del nostro corpo e successivamente si presenta la malattia sul piano somatico? Anche la scienza più avanzata riconosce ormai questa verità.

In questa ottica il corpo è coscienza da risvegliare e può supermentalizzarsi, ovvero essere al servizio della supermente, anziché della mente. La coscienza del corpo è nella Coscienza individuale.

«*Esistono libertà di ogni sorta*» dice Mère. «*C'è una libertà mentale, una libertà vitale, una libertà spirituale.*

Ma c'è una libertà completamente nuova, diventata possibile con la Manifestazione supermentale: la libertà del corpo. (...) E quando dico libertà, non si tratta di una percezione psicologica né di uno stato interiore di coscienza. Si tratta di ben altro e di molto meglio. Si tratta di un fenomeno nuovo nel corpo, nelle cellule del corpo (...) Il corpo com'è normalmente vive sempre con l'impressione di non essere padrone di se stesso: le malattie gli entrano dentro senza che esso possa contrastarle davvero (...) L'unico potere che ha il corpo è di difendersi (...) Ebbene, con la manifestazione supermentale il corpo è accaduto nel corpo qualcosa di nuovo: il corpo ha

sentito di essere padrone di se stesso, di tenere i piedi davvero per terra.»

«*Quando si fa lo yoga una delle prime esperienze – l'esperienza della kundalini, come la chiamano qui in India – è appunto quella dell'elevazione della coscienza, che rompe la durissima corazza alla sommità del cranio per emergere finalmente nella Luce (...) Ebbene, con la manifestazione supermentale questa esperienza è avvenuta nel corpo* » (Ibidem, pagg. 128-129 e segg.).

La più autentica guarigione è questa, che non si può più chiamare guarigione, ma forse risveglio, mistero, trascendenza, trasmutazione, illuminazione...

Nella mia professione mi occupo anche di questo: il salto di coscienza, la trasformazione da cui tutto dipende nella nostra vita, come amiamo, come facciamo l'amore, come ci sentiamo, come ci ammaliamo, come guariamo.

Nessuna scienza che non consideri questo potrà mai rispondere alle domande fondamentali su di noi, su chi siamo; eppure le domande sono lì, ogni volta che dalla trama dell'illusione qualcosa sfugge a infrangere la rete del consueto.

Così, osservando e studiando le vicende dei guariti, vivendo le vicende della cosiddetta terapia con le persone che si rivolgono a me, ho immaginato che tutto questo potesse essere riassunto

in quello che ho chiamato “triangolo della guarigione quantica”.

Le forme geometriche hanno un grande potere sulla psiche, lo sapevano gli antichi quando utilizzavano i simboli nelle loro iscrizioni.

La figura geometrica del triangolo è strettamente legata al numero tre. Il simbolismo universale del triangolo si ritrova in tutte le tradizioni, come manifestazione del ritorno all’unità primordiale. Esprime prevalentemente l’idea della divinità, riscontrabile nella simbologia della trinità, come anche l’idea dell’ascesi dell’uomo verso la trascendenza divina, il microcosmo che si innalza verso il macrocosmo e viceversa.

Nella tradizione pitagorica, il triangolo simboleggia l'ascesa dal molteplice all'uno.

Secondo l'interpretazione alchemica, nell'ordine delle figure chiuse, il triangolo si colloca tra il cerchio e il quadrato, come un'entità intermedia tra la sostanza quasi astratta, ovvero spirituale, e la materia che ricade invece sotto i nostri sensi.

Per mezzo del triangolo equilatero vengono rappresentati i quattro elementi: il triangolo equilatero con il vertice in alto è simbolo del fuoco; se attraversato da una linea orizzontale diviene simbolo dell'aria; il triangolo con il vertice in basso è simbolo dell'acqua mentre se con un trattino orizzontale diviene

simbolo della madre terra.

L'equilibrio dei due triangoli è dato dalla loro unione nella forma dell'esagono stellato, cioè la rappresentazione grafica del sigillo di Salomone, incrocio dei due triangoli inversi.

Il triangolo è anche nella piramide...

Lasciatevi per qualche istante trasportare dai simboli, che sono la lingua dell'inconscio perché il triangolo della guarigione è effettivamente la rappresentazione di un viaggio profondo nei misteri che ci abitano.

Il triangolo della guarigione si estende tra i suoi tre vertici di conscio, inconscio e superconscio, come la visione conscia per noi umani si estende

nelle frequenze del visibile comprese tra l'infrarosso dell'inconscio e l'ultravioletto del superconscio.

Il triangolo della guarigione quantica

Il triangolo della guarigione è in realtà il triangolo dell'autoguarigione che passa da tre processi fondamentali: il recupero del potere personale, l'autoguarigione emotiva e

l'autoguarigione energetica.

Il recupero del potere personale agisce nel vertice del conscio, innanzitutto.

Al vertice del conscio abita il dominio dell'Io, simboleggiato dalla luce visibile e connesso al potere personale che ci riconosciamo.

Questo è il primo passaggio di guarigione, quello che si ritrova in tutti i guariti o lunghi sopravviventi, traduzione dei cosiddetti *long survivors* della letteratura medica anglosassone.

Tutti questi soggetti hanno infatti compiuto un primo salto quantico al momento della diagnosi: hanno, come si dice, accettato la diagnosi, ma rifiutato la prognosi. Cosa significa?

Significa che, di fronte alla comunicazione di una diagnosi di patologia, hanno accettato di averla, cioè hanno preso atto di ciò che stava accadendo, senza negarlo, senza ostinarsi a voler fare la stessa vita di prima, accettando persino la possibilità di poter morire.

Ma hanno considerato bene cosa sia una diagnosi.

Una diagnosi è una descrizione dei fatti così come appaiono al momento dell'indagine. Non è mai bene negare una diagnosi, sarebbe come ricevere della posta senza aprirla.

Nelle prime fasi può essere utile ricorrere a quel meccanismo che fisiologicamente utilizziamo ogni volta

che viviamo un trauma, chiamato dissociazione: una sorta di distacco, una specie di estraniazione, che fa sentire un poco come anestetizzati.

È stato riscontrato che in pazienti portati d'urgenza in pronto soccorso per sintomatologia cardiaca, quelli che minimizzavano e sdrammatizzavano avevano una migliore prognosi di chi si faceva prendere dalla gravità del problema.

Ma, a parte le prime fasi che seguono la diagnosi, per il resto è bene prenderne atto e non negarla.

La dissociazione a lungo porta semplicemente a cercare di far finta di nulla, di fare tutto come se niente fosse.

Tuttavia contemporaneamente è

altrettanto necessario smarcarsi dal meccanismo che la comunicazione della diagnosi induce e cioè l'identificazione con la malattia e con la prognosi.

Tutti coloro che ce l'hanno fatta, innanzitutto, sono riusciti a non cedere alla paura di tutto ciò che la diagnosi potrebbe comportare, rimanendo lucidi sul fatto che la diagnosi è solo una fotografia statica di un quadro del momento. La modalità con la quale viene comunicata la diagnosi riveste anche il suo ruolo: spesso i medici stessi non sono stati informati delle ricerche che dimostrano che lo shock di una diagnosi può far crollare di oltre il 50 % il tasso di linfociti T4, uno dei parametri dell'efficienza del sistema

immunitario.

Ricorderò sempre un mio paziente che a distanza di cinque anni da un intervento di resezione totale della prostata per carcinoma prostatico, perfettamente riuscito, senza neppure necessità di svolgere chemioterapia successivamente, versava ancora in uno stato di paura e prostrazione. Non poteva dimenticare le parole della dottoressa al momento della diagnosi: “La situazione è messa male”.

Ci volle una tranche di EMDR per dissolvere la memoria traumatica che causava continui problemi urinari, di fatto sine materia dal punto di vista urologico.

Una volta formulata la diagnosi,

giunge il momento della prognosi che è responsabile di un modellamento subconscio davvero insidioso.

Anche in questo caso è bene comprendere cosa sia effettivamente la prognosi: un'ipotesi relativa alle conseguenze che la malattia potrebbe avere o all'aspettativa di vita.

La prognosi dice ciò che accade alla maggior parte delle persone se verranno trattate facendo quello che si fa nella maggior parte di casi.

Ma non vi dice se voi rientrate in quella percentuale o se fate parte della minoranza delle persone e non vi dice cosa accadrebbe se venisse fatto anche qualcosa di diverso oltre ciò che si fa abitualmente.

È qui che i guariti o i long survivors mettono in gioco il loro margine di unicità, autonomia, creatività, quello che li salverà per davvero, al di là di tutte le terapie che potranno comunque fare.

Preso atto della diagnosi, non si accontentano di rientrare passivamente nella prognosi, di aderire a un protocollo che va bene per tutti, di abdicare al proprio margine di decisionalità sulla situazione.

Proprio perché non hanno negato la diagnosi, ma la stanno guardando in faccia, si riprendono il diritto di esistere al di là di essa, delle statistiche e delle generalizzazioni.

Ricordo il caso di un giovane uomo, un ingegnere robotico e artista,

Salvatore Iaconesi, unito nella vita e nel lavoro, sotto il marchio di AOS – Art is Open Source, con la compagna Oriana Persico.

La diagnosi di tumore cerebrale lo conduce in ospedale, in attesa di intervento. Ma lui che è visionario, come lo sono gli artisti, chiede di avere il dischetto della sua TAC, vuole vedere la lesione, osservarla, "giocare" con le sue forme, come avrebbe fatto con una delle sue creazioni artistiche.

Invece non si può.

Per avere il dischetto dovrebbe essere dimesso e richiedere la cartella.

E così ha fatto. Come ci racconta al Dreamers day, in memoria di Stefano D'Anna, autore del meraviglioso libro

La scuola degli dei e in celebrazione della School of Dreamers: "Mi sono dovuto dimettere da paziente per poter guardare in faccia la mia malattia...".

In un certo senso i guariti riacquistano uno statuto di non coincidenza con la malattia, o meglio con ciò che della malattia viene detto loro.

La vogliono vivere in prima persona, rivendicano il diritto all'unicità della loro esperienza.

Il che è concettualmente il contrario della statistica.

La statistica, così come è oggi, infatti ha due bias fondamentali: uno di tipo tecnico, l'altro di tipo concettuale.

Ce lo ha spiegato magistralmente il prof. Rodolfo Fiorini, bioingegnere al

Politecnico di Milano, durante un convegno organizzato dalla prof.ssa Giulia Cavalli alla Società di Psicoanalisi della relazione.

Sul piano tecnico, la statistica come la conosciamo fino a oggi non riesce a spiegare la cosiddetta *sinmathesis*, cioè il sistema non scomponibile in parti, quello nel quale la somma delle parti non fa il sistema.

Io amo gli esempi semplici e per spiegare questo concetto faccio sempre l'esempio del risotto alla milanese: se voi ponete su un tavolo il riso, la cipolla, il vino bianco, lo zafferano e il burro non otterrete un risotto e nemmeno se li mescolate tutti assieme in una terrina avrete il risotto.

La somma delle parti non fa l'intero.

Servirà il calore del fuoco, e l'azione di chi lo prepara, la conoscenza dei tempi e modi giusti e così via...

Questo è l'equivalente della sinmathesi, questa è la coerenza quantistica di cui il sistema necessita per funzionare come abbiamo visto nel capitolo dedicato alla danza delle particelle.

La statistica per il momento, come ci dice Fiorini, riesce a cogliere dimensioni solo fino alle grandezze del 10 alla meno 12; ma noi sappiamo che, ad esempio, nei microtubuli accadono scambi dell'ordine del 10 alla meno 27, non computabili statisticamente...

Siamo sicuri di una misurazione fino a

dodici cifre dopo lo zero, e se i cambiamenti che ci servono accadessero proprio nella tredicesima cifra dopo lo zero, quella di cui non possiamo essere sicuri con le attuali misurazioni?

Al convegno tutti noi medici e psicologi eravamo esterrefatti nel sentire un ingegnere o, come ama specificare lui, bioingegnere, parlare della complessità del *bios*, citando Dora Bateson, la figlia del grande Gregory, studiosa di sistemi, per spiegarci come deve cambiare la statistica, anzi come nel suo laboratorio al Politecnico è già cambiata, con nuovi software in grado di cogliere la complessità di sistemi non lineari.

Fiorini ci ha persino raccontato del

premio istituzionale conferito a un gruppo di studiosi che con il reperto grottesco di onde cerebrali di un pesce morto registrate con risonanza magnetica confermano quello che alcuni hanno timidamente sussurrato per anni: l'affidabilità delle misurazioni strumentali di cui disponiamo non è assoluta e i falsi positivi o gli artefatti la dicono lunga su questo.

L'esperimento fu svolto nel 2009, autore un ricercatore dell'Università della California, Craig Bennett, il quale sottopose a risonanza magnetica funzionale un salmone morto. La tecnica, usata per verificare quali aree cerebrali si attivino di fronte a certi stimoli, ha rilevato segni di attività neuronale nel

salmone al quale erano state "mostrate" alcune immagini di persone. Una specie di scherzo, insomma, di cui lo stesso Bennett, rievoca il *New Scientist*, non si aspettava lo stupefacente risultato: «*Quell'attività neuronale naturalmente non c'era, il salmone era defunto. Ma il segnale era lì!*».

Allora il sistema naturale è più di ciò che la misurazione può rilevare.

Esempi di sistemi multischemi sono il sistema nervoso, connettivo, muscolare, il sistema immunitario, endocrino...

Sono sistemi in cui non si può capire nulla del funzionamento misurando singole parti o trattando il sistema secondo una matematica lineare che segue lo spazio-tempo.

Sono sistemi nei quali agiscono costantemente i meccanismi di *biofeedback* e *biofeedforward*, cioè sistemi nei quali ogni stato precedente e successivo del sistema lo influenza: sono sistemi circolari.

Fiorini scherza, ma dice una verità quando afferma: «*Per la statistica attuale basta un emisfero solo, il sinistro, ma noi ne abbiamo due!*».

In un certo senso la persona che accetta la diagnosi, ma al contempo assume una posizione di attività invece che di passività, vuole usare entrambi gli emisferi.

Per l'emisfero sinistro la prognosi e i dati statistici, per il destro l'esperienza unica e irripetibile che agisce in maniera

circolare, cioè non decorre secondo uno schema prestabilito ma, a mano a mano che accade, si fa e si regola di conseguenza, in un moto circolare.

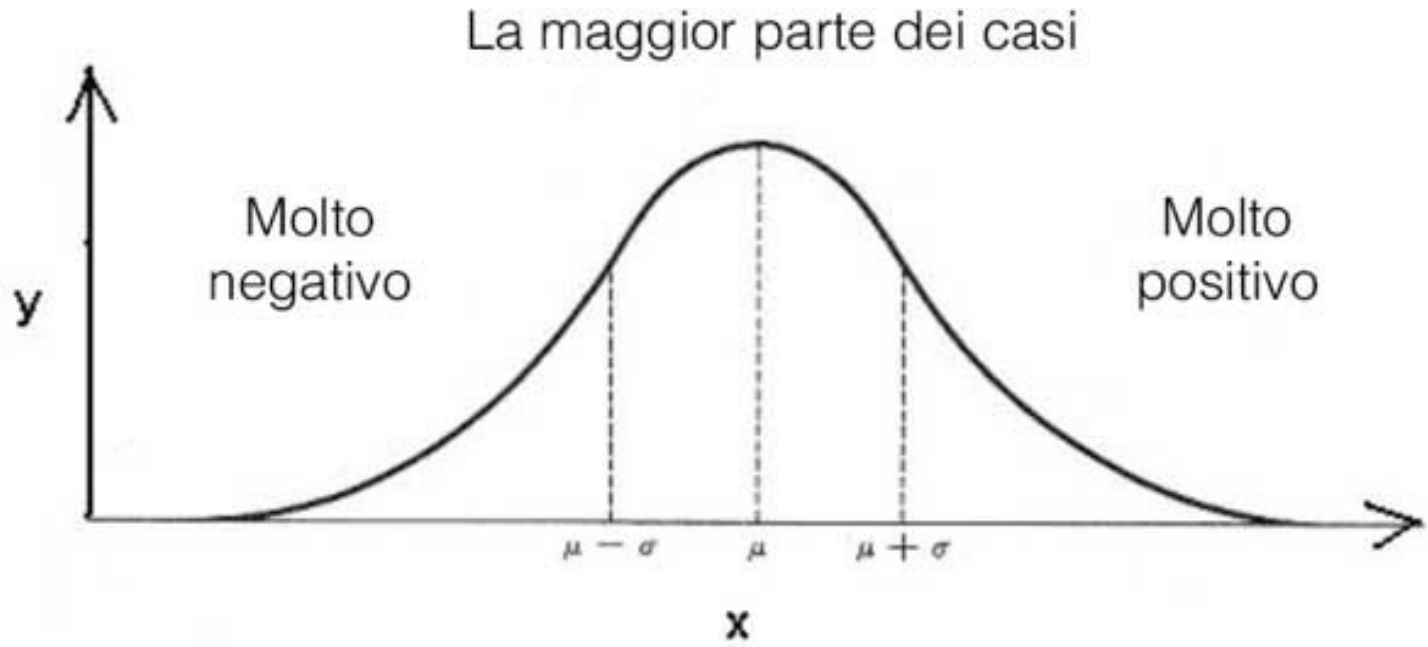
E qui veniamo al *bias* concettuale della statistica.

La statistica, o meglio, la statistica per come è oggi, tende alla generalizzazione, cioè a occuparsi della maggioranza.

In una classica curva gaussiana, la statistica si concentra sulla porzione centrale, quella della maggior parte delle persone, ma in questo modo dimentichiamo le configurazioni eccezionali, che tuttavia sono quelle che potrebbero interessarci proprio perché vanno diversamente da come ci

aspettiamo.

Tutte le grandi scoperte scientifiche sono avvenute grazie alle code della gaussiana!



La statistica in un certo qual modo teme, alle volte persino combatte, le eccezioni.

Ma le persone sono eccezioni viventi e in questo sta il loro potenziale di autoguarigione.

Non posso rinunciare a raccontare un aneddoto. Lo faccio senza intento polemico, solo per mostrare i paradossi della statistica: in un protocollo può accadere che sia più importante rientrare nei criteri che mostrare una differenza, come è accaduto a una mia paziente che era in lista per essere inserita in un protocollo che sarebbe dovuto iniziare a breve. Giunta però di fronte al medico che doveva arruolare i pazienti – si usa proprio il termine "arruolare" che ha inevitabilmente una risonanza con la guerra – si è sentita dire: "Mancano gli esami del sangue, solo l'eco le hanno fatto e per giunta è negativo, non rientra nei criteri!". Come se fosse una cattiva notizia! In realtà

l'eco dimostrava l'assenza di lesioni epatiche, il che era naturalmente un'ottima scoperta...

Un altro caso che sembra un aneddoto riguarda un'altra mia paziente con epatite C cronica, non responsiva all'interferone, che era in lista per la nuova costosa terapia antivirale.

La signora nel frattempo stava seguendo terapie di biorisonanza e il suo indice di fibrosi che risultava sopra il 9, dopo circa un anno, totalizzava uno score di 7,7. Tuttavia, secondo l'epatologo, non era possibile, probabilmente il primo esame era sbagliato.

La statistica, alle volte, imprigiona i pazienti ma anche i medici.

È chiaro che un singolo reperto di un caso come quello della signora non può e non deve farci gridare al miracolo o pensare che la biorisonanza di per sé sia la cura adatta; questi risultati dovranno essere verificati su larga scala, ripetuti, validati, ma il punto è che la statistica tende a renderci ciechi al nuovo che vive nelle eccezioni.

Invece anche e proprio in medicina, le più grandi scoperte sono avvenute spesso per caso, persino per errore.

La penicillina che tante vite ha salvato, tanto per fare un esempio, deriva dalla muffa che Fleming, rimasto assente dal suo laboratorio per una breve vacanza, aveva visto inibire la crescita batterica in una capsula di

coltura.

E molti magari non sanno che la penicillina più potente fu quella scoperta da Mary Hunt su un melone: la cosiddetta, appunto, “muffa Mary”.

I grandi scopritori sono semplicemente osservatori che hanno occhi per vedere quello che gli altri ignorano, lasciando che i loro schemi mentali precostituiti inghiottano la novità dietro l’angolo di ogni giorno.

Sono le code della gaussiana, quelle che si discostano dalla maggioranza, dove ci sono i misteri da scoprire, dove ci sono le eccezioni, che, si dice, confermano la regola, ma al tempo stesso la completano.

Cosa fare dunque di fronte a una

diagnosi seria o grave?

Vediamo un piccolo vademecum di sopravvivenza a diagnosi e prognosi!

Il primo passo è riparare lo shock della diagnosi: prendere del tempo, innanzitutto.

A meno che non siamo in acuzie, non bisogna fare tutto in fretta, senza neppure soffermarsi un poco a scegliere dove, da chi, come farsi curare.

Naturalmente la diagnosi fa paura, muove emozioni, angosce, domande.

Allora il secondo step è quello di calmare il sistema nervoso autonomo e il sistema limbico che sono come incendiati dallo stato di allerta.

Varie tecniche di *debriefing* possono venirci in aiuto, così come anche varie

tecniche di defusione emotiva, come EFT o TFT possono essere molto utili.

Una prima strada semplice, gratuita e a disposizione di tutti, però è la respirazione.

Il respiro ci accompagna come respiro craniosacrale nella vita gestazionale, e poi come respirazione polmonare dalla nascita alla morte e racchiude in sé i segreti della vita.

La respirazione addominale attiva il nervo vago e con esso il controllo del sistema parasimpatico.

La respirazione è nell'anima più profonda della meditazione, dello yoga e di tutte le pratiche antiche.

Perciò, prima di tutto, respirate.

Un passo successivo è quello

dell'attivazione del nostro cervello del cuore, attraverso semplici esercizi di coerenza cardiaca, profondamente indagati nella loro valenza di longevità e benessere dall'ormai noto HeartMath Institute di Boulder Creek in California.

Io stessa nei miei CD *Autoipnosi* ho inserito una traccia intitolata *Dialogo con il cervello del cuore*, per la valenza estremamente potente che ha.

A questo punto potete spingervi alla ricerca di un posto sicuro interiore, potete immaginare un luogo, reale o di fantasia, in cui siete al sicuro da tutto e da tutti, metafora della coscienza Io sono, che è al di là del tempo, della morte, dell'identificazione con qualcosa o qualcuno.

Da quel luogo siderale potete porvi alcune domande, prima fra tutte: “Qual è la cosa peggiore per me di questa diagnosi in questo momento?”.

La domanda “Qual è la cosa peggiore per te?” è di solito utilizzata per vittime di traumi, ma a volte la comunicazione stessa della diagnosi è appunto un trauma.

Alcuni studi, tra cui quelli di Janet Konefal della scuola di medicina dell’Università di Miami, mostrano che lo shock di una diagnosi può far crollare di oltre il 50% il tasso di linfociti T4, che è uno dei parametri di funzionamento del sistema immunitario.

Allora la domanda “Qual è la cosa peggiore per te?” permette di

circoscrivere il vissuto di angoscia e iniziare a costruire una mappa per affrontare la situazione.

A questo punto è il momento di ripristinare la percezione del futuro: ricordo il racconto a un mio corso Anatomia della guarigione Master, di due colleghe, una delle quali aveva subito l'asportazione di un tumore della mammella e poi aveva fatto chemioterapia.

Durante tutto il tempo delle terapie, con l'aiuto dell'amica e collega che la assisteva nell'ipnosi, la prima si immaginava nel futuro creando eventi oltre la linea del tempo presente, in modo tale, direbbe il fisico quantistico, da far collassare dal campo dei

potenziali futuri realtà che la ancorassero alla prosecuzione della sua vita terrena.

Così si era immaginata l'anno dopo alla comunione della figlia dell'amica, e poi tra due Natali e così via...

Secondo gli studi di Janet Konefal, ricostruire la linea del tempo futuro è in grado di ripristinare il valore dei T4.

Superato lo choc della diagnosi, cominciano le domande: perché proprio a me? Come mai? Cosa devo fare?

La diagnosi è come una battuta d'arresto alla vita nella sua routine e induce necessariamente al bilancio della propria esistenza.

Ma i bilanci sono la peggior cosa da fare.

Non hanno in verità alcun senso. Ciò che serve è invece individuare alla svelta cosa è veramente importante per se stessi.

Molte persone di fronte a diagnosi serie e destabilizzanti si sono rese conto che buona parte delle cose che occupavano la loro vita non erano quelle veramente essenziali per loro... la guarigione è cominciata così.

Ecco dunque che in questa fase le letture che narrano le vicende dei guariti o che parlano del ruolo della nostra psiche nella salute e nella malattia sono fondamentali: ad esempio *Guarire* di David Servan Schreiber, *Guarigioni stra-ordinarie* di Ian Barasch e Carlyle Hirschberg, *La mente supera la*

medicina di Lyssa Rankin, *Guarire con la nuova medicina integrata* di Enzo Soresi sono alcuni dei titoli che io stessa consiglio o, come mi piace dire, prescrivo.

Leggendo queste storie, sarà facile vedere emergere le credenze limitanti, rispetto al "tutto è possibile" che le guarigioni stra-ordinarie, quelle documentate, naturalmente, mobilitano e ottenere molti spunti per soddisfare le domande della mente razionale e sfatare i dubbi che in questa fase di solito la affollano.

Le credenze limitanti poi si potranno ribilanciare anche con l'aiuto di un professionista, cioè potranno essere ristrutturate con opportune tecniche in

grado di agire sulla mente subconscia.

Tra le varie tecniche disponibili, certamente PSYCH-K risulta essere una delle più efficaci, oltre a essere stata indagata in merito alle basi neurofisiologiche del suo funzionamento e della sua efficacia clinica.

Ritengo sia molto importante soffermarci qualche istante sul tema delle credenze e del rapporto che esiste tra credenze e speranza.

Sono molti gli esempi di come credere alla certezza di una fine imminente o, viceversa, di come una guarigione possa addirittura uccidere o salvare.

Si tratta di casi in cui l'effetto della profezia autoavverantesi è massimo,

così come dello shock carismatico.

Sono le situazioni in cui l'effetto placebo o nocebo trovano la loro massima espressione.

Non esiste medico che non abbia avuto notizia, o personalmente constatato, di un paziente ammalato di cancro e guarito nonostante tutto, a dispetto della gravità del suo stato e della mancanza di esaurienti spiegazioni mediche.

Notissimo il caso dell'*amabile signor Wright*, documentato dallo psicoimmunologo Bruno Kopfler nel 1952.

Il signor Wright era affetto da linfoma. Dopo avere sperimentato con risultati scarsi o nulli le terapie

convenzionali, i medici si erano resi conto che al paziente restava ben poco da vivere. Le masse a livello dei linfonodi superficiali avevano raggiunto le dimensioni di un'arancia, le metastasi avevano attaccato numerosi organi vitali, in particolare il polmone.

Le cure dei sanitari si limitavano ormai al minimo, in attesa dell'inevitabile fine. Ma il signor Wright di morire non aveva affatto voglia. Aveva letto di un nuovo farmaco sperimentale, il Krebiozen, ed era fermamente intenzionato a provarlo. Il Krebiozen risultò ben presto privo di qualsiasi efficacia, ma nel frattempo si era diffusa la voce che potesse assicurare guarigioni miracolose. Wright

tanto fece che riuscì a convincere il medico di reparto a includere il suo nome nella lista degli ammalati sottoposti a sperimentazione con il nuovo preparato. Il sanitario gli iniettò il farmaco un venerdì sera e se ne andò a casa.

Di ritorno il lunedì mattina, si aspettava di trovare il paziente già morto, date le precarie condizioni in cui lo aveva lasciato. Quale non fu la sorpresa nel vederlo a spasso nel corridoio conversando amabilmente con infermieri e portantini! Le masse superficiali si erano ridotte del cinquanta per cento e la respirazione non era più affannosa. Dopo dieci giorni dalla prima somministrazione del

preparato “miracoloso” il paziente non presentava più alcun segno visibile di malattia e poté essere dimesso con la diagnosi di “remissione completa”. Il placebo aveva funzionato!

Purtroppo di lì a poco cominciarono a comparire sulla stampa i servizi sull’inefficacia del Krebiozen e Wright fu tra i primi a leggerli.

In capo a due mesi si ripresentò in ospedale con i classici segni della ricaduta. Il medico pensò di sfruttare a quel punto l’effetto placebo, convinto com’era che nel caso della spettacolare remissione fosse in gioco un qualche fattore che avesse poca attinenza con la biochimica e molta invece con la testa del paziente (vale a dire la fede nel

farmaco).

Informò quindi il signor Wright che sarebbe stato sottoposto a una nuova sperimentazione con un nuovo derivato del Krebiozen, rinforzato e più potente.

Il signor Wright, persona di indole docile, acconsentì. Dopo avere messo in atto un elaborato cerimoniale, facendo aspettare il paziente per lunghi giorni in ansiosa attesa, il medico gli somministrò un sostituto inattivo del Krebiozen, cioè un placebo. Entro pochi giorni dall'iniezione le masse linfonodali cominciarono a regredire e il versamento pleurico iniziò a scomparire.

Wright era stato restituito di nuovo alla vita.

Lasciò l'ospedale e per i mesi successivi godette di ottima salute.

Questa nuova tregua si interruppe drammaticamente quando l'American Cancer Association diede l'annuncio ufficiale: il Krebiozen era del tutto privo di efficacia nel trattamento del cancro.

A distanza di pochissimi giorni dalla lettura di quel comunicato il signor Wright ricomparve in ospedale con il corpo disseminato di tumefazioni.

Come ebbe a dire il medico curante: "La sua fede era perduta, l'ultima speranza svanita".

Il paziente morì due giorni dopo...

Di fatto la fede e la speranza, due parole chiave nella biologia delle guarigioni straordinarie e inspiegabili,

crollarono all'annuncio dell'American Cancer Association e il signor Wright non aveva più trovato nulla, né fuori, né dentro di sé a cui aggrapparsi.

L'esempio molto noto è indicativo di come una credenza, una fede, un forte convincimento, un fatto mentale induca trasformazioni tali nella mente e nel corpo da attivare potenti ed efficaci difese contro una malattia considerata inguaribile.

Meno noto il caso citato da Alain Moenaert nel suo libro *Le dodici tappe della guarigione*, relativo a un impiegato delle ferrovie che rimase chiuso accidentalmente in un vagone frigorifero. Era venerdì sera e sapeva che sarebbe rimasto chiuso fino al

lunedì e dunque che sarebbe morto di freddo.

Il lunedì lo trovarono in effetti morto, con tutte le stigmate di un decesso per ipotermia.

Piccolo particolare: il compressore del frigorifero non era acceso, la temperatura non era mai scesa al di sotto dei sedici gradi.

Un altro studio comparso sul *Word Journal of Surgery* (J.W.L. Fielding, 3:390, 1983) racconta di un gruppo di pazienti affetto da carcinoma dello stomaco a cui era stata somministrata solo una soluzione fisiologica, cioè acqua di fatto, invece del farmaco specifico. I malati, convinti di essere sottoposti a chemioterapia, presentarono

in un terzo dei casi una vistosa caduta dei capelli, uno degli effetti collaterali meno bene tollerati dai pazienti oncologici in trattamento con i farmaci antitumorali e che in misura variabile incide da un minimo dell'1% a un massimo del 50-60% dei casi trattati. E se questa variabilità di incidenza di effetti collaterali dipendesse oltre che dal paziente anche "dalla entità" di nocebo somministrata dal medico prescrittore?

Volenti o nolenti, il placebo, ma anche il nocebo, ci costringe a riesaminare le nostre conoscenze rimettendo al centro dell'indagine scientifica, l'uomo nella sua interezza e globalità.

Può bastare la sola suggestione a spiegare il placebo?

La speranza è una mera dinamica psichica o ha dei correlati fisici?

Dopo una prima seduta con un giovane ragazzo di appena diciannove anni, che giungeva da me per una difficoltà relazionale e alcuni disturbi fisici ritenuti funzionali, che pur tuttavia non trovavano beneficio in nessun trattamento, ricevetti una mail dalla madre del ragazzo, con toni davvero molto duri.

Mi accusava di aver alimentato in lui false speranze di guarigione, come se poi esistessero speranze vere o false.

Ma forse bisogna intendersi su cosa sia la speranza: la speranza non è una

certezza, è una possibilità, oltretutto oggi correlata a un'attivazione di sistemi fisiologici e perfettamente aderente al mondo quantico.

Risposi alla signora spiegando che la speranza non può mai essere vera o falsa, perché consiste semplicemente nel considerare tutte le possibilità e focalizzarsi tra due convinzioni su due possibili futuri, su quello che voglio che si realizzi.

Fu molto interessante vedere come in realtà nella sincronicità tutto sia perfetto: il ragazzo riteneva di avere soprattutto problemi con il padre, ma nella prima seduta un lapsus sulla madre mi aveva indotta a fargli notare che l'inconscio era di altro avviso circa

l'irrisolto da affrontare.

Alla seduta successiva, avendo io richiesto che, in quanto maggiorenne, fosse informato di quello scambio di mail, il ragazzo giunse e mi raccontò di come la mail aveva dato origine a uno scambio di grande autenticità con la madre, che aveva dissolto i vissuti conflittuali verso di lei, come potemmo constatare nella seduta.

Dobbiamo considerare che mente e corpo interagiscono in modo complesso, a livelli diversi, per realizzare quelle specialissime condizioni di attivazione che permettono l'accesso a un meccanismo di autoguarigione, come ben spiegato in un articolo da Salvo Catania, responsabile della Breast Unit

della Clinica Columbus di Milano.

La suggestione da sola non basta a spiegare l'effetto placebo. La pietra miliare nell'indagine scientifica dell'effetto placebo è sicuramente quella riportata dalla rivista *The Lancet* (D. Levine et al. 2-23,654, 1978): per la prima volta gli effetti sorprendenti del placebo venivano ricollegati a uno specifico assetto dei neurotrasmettitori cerebrali, le molecole deputate alla trasmissione delle informazioni dentro e fuori il cervello. In quello studio venivano presi in considerazione due gruppi di pazienti affetti da forte mal di denti.

Al primo gruppo fu somministrato un placebo e, come atteso, si verificò una

riduzione significativa del dolore.

Anche il secondo gruppo ricevette il placebo, ma mischiato al naxolone, un antagonista recettoriale delle endorfine, cioè in grado di bloccare la liberazione di endorfine, che sono neurotrasmettitori deputati in particolar modo a innalzare la soglia del dolore e indurre quindi uno stato di analgesia.

In questo gruppo di malati l'effetto placebo risultò sorprendentemente ridotto a dimostrazione di come il placebo agisse, almeno in parte attraverso la liberazione di endorfine.

La contemporanea somministrazione di un antagonista specifico, il naxolone, ne aveva bloccato la liberazione.

Studi successivi (Gracely, *Nature*,

1983) hanno documentato che l'effetto placebo dipende dalla liberazione di endorfine, ma non esclusivamente e che comunque la risposta analgesica ottenuta in corso di ipnosi è del tutto svincolata dalla eventuale liberazione di endorfine, considerato che la somministrazione di naxolone, in corso di ipnosi, non la inibisce affatto (E. Goldestein et al. in *Proceeding of the National Accademy of Sciences*, 95:2041, 1975).

Qualunque sia il meccanismo sotteso all'effetto placebo, e sicuramente si tratta di un meccanismo alquanto complesso, questo può indubbiamente costituire un substrato neurobiologico che presiede alle "guarigioni impossibili", le quali, come ricorda

Lewis Thomas costituiscono "l'ipotesi tenue cui aggrapparsi con forza nella ricerca di una cura".

Del resto, se esiste una "guarigione spontanea inspiegabile" deve altresì esistere una biologia della guarigione spontanea, collegata all'attivazione del guaritore interno così ben delineato da Mariano Bizzarri, nel libro *La mente e il cancro*, dove, senza cedere alla tentazione di facili scivolamenti nella medicina alternativa, rimanendo saldamente ancorato alla medicina scientifica, parla di guarigioni miracolose con l'ipnosi e l'autoipnosi, ma fa riferimento sistematicamente a riviste prestigiose e studi rigorosissimi della medicina convenzionale.

Un altro medico rigoroso che si è occupato dei misteriosi e affascinanti meccanismi del placebo è Enzo Soresi, che addirittura parla di "placeboma": l'effetto placebo, che nasce dall'interazione psiconeuroendocrinoimmunologica, è probabilmente codificato nei geni.

Soresi evidenzia a questo proposito come la presenza del placeboma determini ad esempio una migliore risposta ai farmaci, come nel caso degli antidepressivi.

La risposta biologica allora equivale a un miracolo ed esiste una biologia della speranza che è tutt'altro che un'illusione.

In quest'ottica allora va visto il rifiuto

di programmarsi secondo le statistiche: come una scelta tra due convinzioni, quella del placebo e quella del nocebo.

Giunge allora il tempo di assumere una posizione attiva: rifiutare la prognosi significa cominciare a mobilitare tutte le forze per affrontare la nuova sfida che la vita pone e, a questo punto, si può cominciare a rivedere la malattia come un'opportunità.

Chiara mi dice che ne valeva la pena, che la malattia è come un dono della vita che l'ha restituita a se stessa.

Anna mi parla di un cammino per la rinascita, per la comparsa di una nuova versione di sé.

Sembra un gioco di parole, ma non è forse questa effettivamente la re-

missione?

Una nuova missione da compiere.

Questo è il gioco che piace all'anima.

Allora qui potrebbe essere il momento adatto per costruire un nuovo obiettivo di vita.

Quando abbiamo raggiunto la consapevolezza del nostro potere sul piano conscio abbiamo sostanzialmente ribaltato le nostre credenze sulla malattia e sulla guarigione.

Abbiamo accettato la diagnosi, ma rifiutato la prognosi.

Abbiamo imparato a mutare la prospettiva e a vedere ciò che ci sta accadendo come un'opportunità, come la possibilità di una trasformazione inattesa, è vero, imprevista, ma fonte di

una novità che ci apre le porte a un'esperienza che forse mai avremmo pensato di fare.

È solo a questo punto che possiamo transitare sul vertice dell'inconscio dove mai saremmo potuti andare a parare prima di affrontare il vertice del dominio dell'Io.

Al vertice dell'inconscio, come in un viaggio di iniziazione, come nel viaggio dell'Eroe, ci attende l'autoguarigione emotiva, nella quale iniziamo a volerci occupare dei fattori emotivi che intercorrono nella nostra condizione.

Al vertice dell'inconscio corrisponde idealmente il campo dell'infrarosso e il mondo dei processi somatici, intesi come materia che vive una vita propria,

con una propria intelligenza e programmazione biologica, un *logos* del *bios*, appunto, una logica della vita al di là della nostra mente.

Quando giungiamo a questo vertice, ci siamo assunti a livello conscio la responsabilità di ciò che ci sta accadendo.

Quello che prima avremmo rifiutato come se si trattasse di una colpa, e cioè rispondere alla domanda sul senso che la malattia possa avere nella nostra vita, qui diviene quasi naturale.

Responsabilità: dal latino, *responsum abilitas*, la capacità di rispondere appunto.

In questo vertice di coscienza usciamo dal ruolo di vittima impotente

per entrare nella dimensione di co-creatori della realtà che stiamo vivendo, non nel senso che sia colpa nostra, ma nel senso che ciò che sta avvenendo, sta avvenendo dentro di noi e così come la nostra intelligenza biologica lo ha creato, allora in qualche modo deve poterlo risolvere.

Non ci riteniamo colpevoli del problema, di certo nessuno vuole ammalarsi, ma siamo comunque responsabili di ciò che faremo da ora in poi.

In questa fase entrano in gioco i concetti della malattia come programma sensato, del sintomo come espressione significativa di un conflitto e così via.

Molto spesso però a questo livello si

incorre in un insidioso errore: lo psicologismo spinto.

Si psicologizza tutto, così ogni malattia sembra diventare psicosomatica.

E ogni malattia è psicosomatica, ma non nel senso che origina dalla mente, nel senso che noi siamo psicosomatici e non si può in realtà mai smembrare questa unità che si compenetra nelle nostre stesse cellule.

Invece la psicosomatica classica ha cercato di trovare nella psiche la fonte di ogni malattia.

Psiche e soma sono intrecciate, ma il soma ha le sue leggi che sono ben al di là della psiche, anzi potremmo dire che sono le leggi della parte più profonda

della psiche... quella inconoscibile...

Scoprire il messaggio o funzione del sintomo che è il baluardo delle cosiddette nuove medicine è un passaggio importante nel processo di autoguarigione, ma non è il traguardo e non è affatto detto che arrivati a quel punto si ottenga la guarigione.

Comprendere il messaggio che è insito nella malattia permette l'ingresso nella fase di autoguarigione emotiva nella quale ci immergiamo nell'inconscio della materia biologica e dissolviamo i traumi del passato, superiamo le convinzioni limitanti e trasmutiamo gli archetipi transgenerazionali e collettivi che ci hanno guidato fino a quel momento.

Ma non è il punto di arrivo.

Sarebbe davvero una follia applicare al corpo le categorie della mente.

Questo fa una certa psicosomatica: invece il simbolismo del corpo è altra cosa, rimanda all'esperienza e l'esperienza è unica, irripetibile.

Il corpo ha le sue leggi e anche i suoi significati.

Il corpo si plasma ben prima che la mente elabori le parole e si plasma sulla base di esperienze fisiche: odori, sapori, il tatto... come veniamo lavati, toccati, accarezzati, nutriti... come ci muoviamo nello spazio, se siamo impediti nei gesti da un ostacolo.

Questo si traduce in posture, modi di muoverci, in fisiologia dei muscoli e dei

connettivi, in tono a predominanza simpatica o parasimpatica...

Aspetti fisici prima che psichici. Il simbolismo che viene dal corpo parla ad esempio della immobilità del movimento, impedito della relazione con lo spazio... parla della spazialità di un trauma.

Di recente, grazie alla cara collega Daniela Scaglione, oncologa integrata e rolfer, ho conosciuto il massimo esponente mondiale del Rolfing, Hubert Godard.

Abbiamo chiacchierato insieme, ne ho apprezzato l'elegante gentilezza.

Anche lui ballerino che a causa di un infortunio prende la strada che l'anima aveva scelto per lui.

Parliamo del corpo, delle vie della paura preverbale, della gestosfera, la sfera dei nostri gesti in cui inconsciamente viviamo che è oltre i nostri confini, come un'aura energetica di movimento.

Parliamo di simbolismo del corpo, *bottom-up*, dal basso verso l'alto, il contrario delle medicine che cercano la decodifica del significato del sintomo a mo' di dizionario dei sintomi.

Mi racconta di un caso del giorno prima.

Una paziente con la scoliosi, insorta intorno agli otto/nove anni.

Aveva subito un grave lutto familiare in quel periodo. Ma la cosa interessante che Hubert nota, mentre la signora parla,

è la grande disparità che mostra nella mobilità del corpo sul lato destro e di cui è naturalmente del tutto inconsapevole.

Indipendentemente da qualsiasi significato simbolico precostituito della scoliosi, Hubert lavora mobilizzando il lato destro del corpo: ed ecco il ricordo traumatico.

Non tanto la morte del padre in sé, ma il vederlo portare via inerte dalla stanza, verso l'uscita che era appunto alla destra del suo campo visivo di bambina attonita.

Le vie delle nostre memorie corporee contano più di qualsiasi interpretazione.

Così è vero che la mammella è probabilmente collegata al materno, ma

le associazioni inconsce di ognuno sono uniche. Una mammella per una top model potrebbe essere collegata a tutt'altro...

Il simbolo è unico e irripetibile per ognuno, come ognuno fa le sue associazioni e ognuno ha il suo legame con gli archetipi. Allora queste sono mappe simboliche che possono servire in un'opera di confronto per far emergere i simboli interiori di ciascuno.

Come vedremo, sono mappe che servono per traghettarci verso il salto quantico e possono aiutarci a giungere al vertice dell'autoguarigione energetica.

Questo me lo ha insegnato una collega e amica che di fronte a una diagnosi di neoplasia metastatica aveva deciso di

affiancare alle cure fisiche il percorso psicologico, ma al tempo stesso non era troppo interessata alle leggi biologiche, alle letture dei conflitti, ai libri sui significati dei sintomi.

Lei mi parlava dei suoi sogni, da psicoanalista qual era.

Io inizialmente tendevo a volerla riportare al sintomo, ma la potenza dei suoi sogni era tale da far sì che io facessi un passo indietro dalla tecnica... così abbiamo costruito le sue associazioni.

Essendo psicoanalista lei mi ha mostrato come la psicoanalisi che io stessa ho studiato e sperimentato su di me abbia un senso, ma vada del tutto ribaltata o forse semplicemente riportata

all'origine di ciò che era: un viaggio nell'inconscio alla ricerca dei suoi simboli.

Così nei sogni la malattia trova espressione in una lei che presidia la frontiera di un paese sconosciuto.

Una lei che dice: "Di qui non si passa".

Non sa perché, non sa nemmeno cosa stia presidiando, non sa cosa c'è al di là della frontiera.

Lo fa e basta, perché così vuole suo padre e così vogliono gli antenati.

Mi racconta il sogno, e usiamo l'ipnosi per riviverlo, invece che interpretarlo alla maniera della psicoanalisi intellettualizzata, e la chiave giunge.

La frontiera è la landa del suo inconscio, della sua libertà di essere come è davvero, non come è sempre stata per compiacere il padre.

Le parole del padre sono state per lei: "Non puoi fare ciò che vuoi, sei un medico, al servizio".

Ma lei ha un animo ribelle, di ricercatrice indipendente e originale.

Si sogna guaritrice nei giorni dopo, sogna se stessa che prepara a se stessa un'ampolla alchemica da bere.

Qui transitiamo nel reame del superconscio, idealmente corrispondente all'ultravioletto e alle immagini archetipiche che sono nel codice dell'anima.

Qui accade il vero salto quantico,

preannunciato dal fatto che cominciamo a fare quel che non ci eravamo mai concesso per paura del giudizio degli altri, per timore di disattendere doveri e aspettative.

Qui non abbiamo più paura.

Ecco che la mia collega mi dice: "L'altro giorno ho perso la pazienza... io che non lo avevo mai fatto, non ho perso il controllo, si intende, ho perso la pazienza. Me lo sono concesso".

E sogna se stessa con altri connotati che dice "adesso basta", "un sogno nel quale ero stufa", mi dirà e proseguirà poi: "Adesso sono calma, sono tranquilla, ora so cosa devo fare e non ho alcuna paura".

Poi abbassa un istante lo sguardo e

aggiunge: “Beh, io non sarei mai arrivata qua se non mi fosse accaduta la malattia, ne valeva la pena. Mi sembra folle, fino a un mese fa non lo avrei mai detto. Per me ci voleva questo, tutto questo. Altrimenti non avrei mai cambiato la mia rigida razionalità, questo cambio di coscienza non sarebbe mai avvenuto”.

Qui si entra in contatto con qualcosa di essenziale di cui ci si era privati e si incontra la gioia pura del momento presente, che è persino indipendente dalla guarigione fisica.

Siamo nel campo dell’intuizione, dell’unione con il tutto, della celebrazione cosmica persino.

Qui consiglio una lettura, quella della

guarigione di Anita Moorjani, nel libro *Morendo ho ritrovato me stessa* di cui avremo modo di parlare nei prossimi capitoli.

In questa fase gli archetipi divengono uno strumento potente.

Un archetipo è una matrice di senso, una convinzione implicita che agisce nel nostro inconscio dall'inconscio collettivo.

L'archetipo del mago, dello stregone o dello sciamano trova ora la sua attivazione.

Il mago come colui che penetra e conosce i segreti della natura e sa utilizzarli.

Non li combatte, ma li conosce, si allea a essi.

Sembra magia, ma è natura.

Lo sa bene il salice che è più magico della quercia in questo.

Uno dei fondatori del judo era solito raccontare come durante una potentissima nevicata in Giappone, che rimase negli annali, ebbe una grande lezione dal salice che poteva vedere dalla sua finestra.

Era accanto a una quercia, ma, a differenza di quest'ultima, che stava ritta e fiera sotto il peso della neve, il salice fiocco dopo fiocco si piegava, sempre di più, umile e cedevole.

Ma il mattino dopo la mole di neve della notte aveva spezzato la quercia, mentre i rami del salice piegati fino a terra, si erano così inclinati da far

scendere la neve, che era scivolata per gravità sul terreno e stavano liberi dal fardello dopo essersi arresi al carico.

Abbiamo paura di arrenderci, perché temiamo che significhi rassegnarci, e infatti il confine è molto labile, e questo movimento della resa interiore deve giungere, nella maggior parte dei casi, solo dopo un accurato lavoro emotivo, ma vi è nella resa qualcosa di potentissimo, qualcosa che fa accadere quelli che chiamiamo miracoli.

Nella resa vi è il segreto della flessibilità, nella flessibilità la longevità e la salute.

Buone domande per guidare la resa sono: “Per cosa dovrei ringraziare per questa condizione che sto vivendo? Se

tutto fosse perfetto così come è, per cosa lo sarebbe?”.

Come fare a compiere questo viaggio dall’autoguarigione emotiva all’autoguarigione energetica che completa il salto della coscienza quantica? Seguitemi nei prossimi capitoli e vi svelerò tutto quello che finora ho appreso sul mistero profondo della connessione mentecorpo e corpo-mente e sulla coscienza quantica fino alla coscienza delle cellule.

9. Dalle emozioni all'energia: malati, folli o maestri?

Quando nel triangolo della guarigione cominciamo a muoverci dal vertice del conscio al vertice dell'inconscio si schiudono per noi le porte del piano di realtà simbolico, procediamo dall'oggettivo e dal soggettivo verso i simboli che informano la materia,

riceviamo cioè vestigia dei significati, ci raggiunge l'eco del campo quantico.

La rete, la danza delle particelle sembra fare capolino al di sotto della densità materiale che fino a poco prima ritenevamo essere la sola realtà.

È in questo delicatissimo frangente che intravediamo barlumi di collegamenti tra ciò che ci sta accadendo, ad esempio una malattia fisica, e l'anima.

È in questa fase che vogliamo occhi per vedere ciò che non si vede, come se potessimo immaginare di vedere oltre lo spettro del visibile altre frequenze.

Gli antichi sapevano bene che esiste il mondo che si vede a occhi aperti e il mondo che si vede a occhi chiusi.

Sono due mondi diversi.

Il primo è il mondo delle cose, l'altro quello dei sogni, delle fantasie, dei ricordi, delle immagini che provengono da dentro.

Il mondo dello sciamano, il mondo dello psicanalista.

Quale è quello più reale? Domanda ingannevole. Sono diversi piani del reale per diversi piani della coscienza.

Con gli occhi chiusi cambia tutto: il focus si sposta dallo spazio esteriore allo spazio interiore e trova l'esperienza che non si può dire, né tantomeno standardizzare.

Trova l'inconscio e le sensazioni ed è qui che ha inizio l'autoguarigione emotiva.

Chiudete gli occhi, per qualche istante. Sperimentate il mondo del buio interno.

Giungeranno macchie di colore, immagini, intanto la mente continuerà a vagare... *monkey mind never stops* dice il mio maestro di yoga, ma con gli occhi chiusi qualcosa d'altro può farsi vivo.

Di solito le prime immagini giungono piuttosto scure, tra i toni del rosso e del carminio, del sangue e del nero.

Immagini o frammenti di memorie, dal passato, individuale o collettivo...

È il reame dell'infrarosso, l'inconscio, il corpo nella sua accezione di funzioni, meccanismi dell'ordinaria fisiologia, il corpo nella sua veste più densa.

Anche il sintomo è denso: nella metafora quantistica potremmo dirlo come un rallentamento di quelle onde di probabilità di cui abbiamo a lungo parlato.

Il sintomo come un'energia molto densa e rallentata nel corpo, espressione di un'informazione che giunge dal passato, secondo le categorie del tempo lineare.

Il sintomo come una comunicazione di una questione posta anche molto tempo fa, rispetto a cui non abbiamo avuto finora responsumabilitas.

Il sintomo come una soluzione di una questione non espressa e non giunta alla coscienza.

Il sintomo però anche come

espressione di una soluzione dal futuro materializzata a ritroso nel tempo quantico circolare.

Qualcuno ha detto, ed era un malato di tumore, l'autore del meraviglioso libro *Il cavaliere, la morte e il diavolo*, Fritz Zorn, che il tumore, giunto ad attraversare e porre fine alla sua breve vita, erano le parole non dette, le lacrime non piante, il piacere non goduto, la mancanza d'amore; e che il tumore gli aveva restituito la vita non vissuta, perché vissuta dall'età di diciassette anni in uno stato di morte emotiva che convenzionalmente prenderebbe il nome di depressione.

Così quando giungiamo al vertice dell'autoguarigione emotiva, si profila

di fronte a noi il viaggio a ritroso, parafrasando il prof. Biava, alla ricerca del senso perduto: Biava ne parla rispetto alle cellule tumorali, immaginando attraverso la sua terapia basata sulle staminali un viaggio per recuperare il senso che abitava quell'organo alla sua origine, nella sua versione sana e armonica e pare aver lasciato il posto a un altro significante, di altra natura, di altro senso.

Come medico del lavoro studiava la cancerogenesi ambientale e rimase colpito dal fatto che se i cancerogeni venivano somministrati nel periodo in cui si formavano gli organi nel feto, non si riusciva mai a indurre tumori. Invece appena terminata l'organogenesi la

somministrazione di cancerogeni induceva il tumore.

La domanda era: perché prima no e poi sì?

Perché durante l'organogenesi erano presenti tutti i fattori di differenziazione delle cellule staminali che si erano formate dalla prima cellula staminale totipotente fecondata, la cellula uovo.

In quella fase il codice epigenetico è presente in tutta la sua interezza e complessità; dopo sarà diviso e frammentato, se così si può dire, nei diversi organi e tessuti a seconda di quale parte del codice sarà utile per quel tessuto o apparato.

Questi fattori di differenziazione sono essenzialmente proteine e microRNA

(quello che un tempo veniva chiamato DNA spazzatura).

Queste sostanze somministrate a tumori umani sono state in grado di rallentare il melanoma del 40%, il tumore alla mammella del 40%, la leucemia linfoblastica del 100%, l'adenocarcinoma del rene del 35%.

Questi fattori funzionano perché hanno la proprietà di regolare l'espressione genica, dicono ai geni se attivarsi o spegnersi.

Attivano la proteina p53 che decide l'apoptosi, o morte cellulare.

E agiscono solo sulle cellule tumorali perché le cellule tumorali sono cellule staminali.

Sono sostanze che colpiscono

specificatamente il tumore, che dunque appare una malattia reversibile, legata a cellule che sono riprogrammabili o che possono essere uccise se non recuperabili, ma in ogni caso fatte uscire dal ciclo delle moltiplicazioni.

Ma lo stesso Biava nota come i pazienti che non rispondevano erano quelli che non riuscivano ad attuare un cambiamento nella loro vita, e in un certo senso la malattia sembrava essere l'unico modo di uscire da un'esistenza rimasta senza senso.

Anche Biava giunge alla conclusione che il nostro organismo funziona come un'unica rete psicosomatica in cui mente e corpo sono intimamente connessi.

E forse uno dei punti cruciali è

questo: quella malattia che giunge ha un senso? È soltanto un guasto? Un casuale inceppamento della macchina?

Oppure ha un senso.

Qui anche le concezioni terapeutiche si sfrangiano in molte posizioni.

Anche coloro i quali inneggiano alla componente psichica come fattore concorrente nella guarigione assai sovente parlano di atteggiamento combattivo, combattere la malattia, sconfiggerla e così via...

Ma la malattia sarà davvero un nemico giunto da chissà dove a farci del male?

Ci sono anche coloro che dicono che la malattia è una disarmonia, oppure un nonsenso.

Un noto psicoanalista disse a una persona che successivamente si rivolse a me affetta da un tumore: "*Il tumore non ha senso*".

Certo, il sintomo non parla le parole della mente, è un nonsenso da questo punto di vista, ma è davvero muto?

Ci sono coloro i quali utilizzano l'ipnosi per creare immagini di macrofagi che giungono nel sito della lesione e spazzano via tutto come un bravo esercito...

Ma la metafora della guerra si adatta alla risposta alla malattia?

E poi ci sono coloro i quali fanno perdonare la malattia, ritenendola l'espressione di ferite emotive, ne catalogano in numero di cinque ad

esempio, o secondo categorie emotive, come nella metamedicina.

Ma la malattia è solo l'espressione di un irrisolto che emerge?

Esistono anche le visioni della malattia come programma biologico, una risposta strettamente biologica che segue leggi precise e risponde a un conflitto biologico.

Interessante visione di un'ipotesi esplicativa, ottimo spunto per comprendere il non detto biologico che la medicina convenzionale non può e non sa spiegare: nella medicina meccanicista non si può dire perché ti è venuta una certa malattia, perché proprio a te e perché in quell'organo e non altrove.

La malattia nel paradigma convenzionale è venuta, chissà poi da dove è venuta: per caso, per lo stress, per lo stato infiammatorio cronico, per lo stile di vita... nessuna di queste spiegazioni rende ragione dell'origine della malattia, proprio a te e proprio così.

Rende ragione dei passaggi successivi alla sua origine, spiega come a livello biochimico e cellulare e poi tissutale e organico il processo si sia evoluto, ma non la sua origine.

In altri termini siamo nella stessa situazione di chi di fronte alla spiegazione che il nostro universo sia nato dal Big Bang, chiede: *"What banged?"*. Cioè se c'è stato un Big

Bang, una grande esplosione, chi ha fatto bang?

Lo studio delle malattie come programmazioni biologiche che rispondono a un senso vede indubbiamente uno spiraglio di comprensione aprirsi, perché permette di comprendere la malattia come risposta biologica basata sulla funzione stessa del tessuto che viene a essere aumentata o ridotta in base al tipo di conflitto che la vita ha portato quell'essere a vivere, e al tipo di tessuto coinvolto; ma ancora non può spiegare perché quel conflitto ha prodotto in quell'individuo e non in un altro – esposto alla stessa situazione – quel sintomo, e perché in quell'organo

piuttosto che in un altro.

Oltretutto, anche se si tratta di potenti indizi diagnostici, non è affatto detto che giungendo a questa conoscenza la persona guarisca.

Tutte queste forme di interpretazione della malattia non garantiscono la guarigione.

Le ho studiate e le integro in vario modo, oltre a molte altre, ma ho ben compreso che nessuna è la risposta.

Sarebbe al contrario persino puerile e addirittura pericoloso pensare di poter, ancora una volta, trovare la soluzione che, nuovamente, in modo meccanicistico, possa rispondere al mistero dell'individuo.

Pensare che una malattia fisica

guarisca occupandosi della psiche in questo modo, cioè cercando l'equazione "sintomo-significato" o "sintomo-emozione" è quanto mai ingannevole e la medicina rigorosa fa bene a prendere le distanze da tutto questo.

Il corpo ha le sue leggi che sono ben al di là della sua comprensione.

Il corpo è il cosmo, il corpo è lo spirito e come tale si ribella a qualsiasi identificazione nuovamente razionale.

Come ho già spiegato nel precedente capitolo la verità del corpo sta nella sua irriducibilità: tu puoi parlare come parlano gli altri, ripetere quello che dicono, compiacerli nei comportamenti ma il corpo, quello no, non lo potrai mai zittire.

Il corpo è la natura e la natura va oltre le nostre regole e le nostre azioni.

Così nelle crepe di un muro cresce un fiore, le radici degli alberi nelle città rompono l'asfalto per crescere e nessuno può impedire all'acqua di cadere quando piove.

Questa la potenza della natura, questa la potenza del corpo. Conoscere, amare, celebrare il corpo è un viatico per l'illuminazione e per la coscienza più alta.

Quello che ho, infatti, compreso profondamente, e in questo periodo proprio grazie alle nuove acquisizioni della fisica dei quanti in medicina, è che nel mondo dell'energia che sottende i corpi, sono le informazioni a viaggiare

al di sotto di tutto ciò che si vede.

I filosofi, come amavano chiamarsi gli alchimisti, ragionavano in questo modo: se nell'universo esistono i corpi – i corpi del mondo minerale, vegetale, animale, i corpi dei pianeti e degli uomini – devono esistere delle "leggi", delle matrici che fanno i corpi a loro immagine e somiglianza.

La fisica dei quanti ci conduce allo stesso punto con il concetto di informazione e onda di probabilità che collassa con l'osservazione.

Allora possiamo immaginare due cammini, esattamente come nell'albero delle Sephirot, dall'alto verso il basso e dal basso verso l'alto, tra la coscienza e la materia e viceversa, esattamente come

la corrente di Ida e Pingala, attorno a Shushumna Nadi riprodotta anche nel Caduceo simbolo della nostra arte medica.

Somatizzazione e simbolizzazione potrebbero allora riflettere la duplice corrente: ciò che viene somatizzato scende nel corpo, rallentando l'onda della probabilità e facendosi carne; ciò che viene simbolizzato ascende dal corpo ritornando a essere informazione, spirito, per restare nella metafora.

Ma ancora dobbiamo guardarci dalla dualità che abita questa visione: così il simbolismo del corpo è il soma dello spirito.

Il simbolismo, la coscienza del corpo concede una forma allo spirito e non vi è

dunque più alcuna distinzione tra somatizzazione e simbolizzazione.

Nella nostra realtà carnale e terrestre la somatizzazione è la simbolizzazione del corpo e la simbolizzazione è la somatizzazione del simbolo.

Il sintomo allora è un guardiano e custode di un'idea originaria, di una matrice di senso che in esso è stata rallentata ed espressa, come il ricordo di una questione non espressa ad altro livello, come la memoria che grida nel deserto della coscienza sorda a essa.

Un problema somatico in questa logica rappresenterebbe un'informazione che da vibrazione che era si è fatta incarnata e fissa.

Guarire il sintomo allora significa

riassorbire l'energia sufficiente, ovverosia compiere il salto quantico, o più salti quantici, perché l'informazione passi dallo stato rallentato di materiale densità a uno stato vibratorio differente, più veloce, più rapido.

Carla Perotti nel suo libro *La madre dei mondi* ne parla come di flessibilità che il corpo acquista là dove la luce penetra fin nella scorza più densa e dura della materia. Attilio Piazza parla di trasparenza.

Dice la Mère: «*Se la forma potesse farsi flessibile e le cellule del corpo potessero essere risvegliate alla capacità di cambiare di pari passo insieme alla coscienza non ci sarebbe più bisogno di una dissoluzione, la*

morte non sarebbe più inevitabile». E ancora: «*Se potessimo infondere sufficiente coscienza dentro la materia così che il suo ritmo di crescita si armonizzasse con le parti più sottili dell'essere, e diventasse sufficientemente plastica da seguire il processo interiore, allora non ci sarebbe più rottura dell'equilibrio e la morte non sarebbe più una necessità*».

La materia viene acquistando le qualità di flusso e di potenziale che sono proprie della coscienza e allora inconscio e superconscio si uniscono e abitano il corpo.

Qualsiasi mezzo può servire a questo, compreso il farmaco... dipenderà dallo stato di coscienza, dalla fase, dalla

situazione.

Tuttavia il più delle volte, soprattutto con patologie gravi, croniche, degenerative, sappiamo che non basta il farmaco e neppure gli approcci complementari.

Ciò che non si è compreso è la necessità che tutto questo venga applicato con il quantum di energia che serve alla coscienza.

I guariti hanno fatto questo.

È indubbio che tutti, dopo aver messo in discussione se stessi, il proprio potere personale, e avere affrontato sul piano conscio la questione del poter guarire o meno, siano giunti al vertice dell'inconscio dove si sono avventurati, più o meno a lungo, nella ricerca dei

perché, nella ricerca dei messaggi.

Ma deve essere ben chiaro che qualsiasi impianto di comprensione del messaggio contenuto in una condizione è solo e soltanto una delle innumerevoli mappe che possiamo utilizzare e la mappa, ormai lo sanno tutti, non è il territorio.

Le mappe tuttavia, all'inizio di un percorso di autoguarigione, sono molto utili: per uscire dall'inibizione e dall'impotenza che la diagnosi produce, per cominciare ad affrontare la paura che certe diagnosi producono in chi le riceve e forse anche nell'inconscio del medico stesso.

Avere a disposizione una mappa che mi dia un'iniziale spiegazione di ciò che

mi sta accadendo, al di là del caso, della sfortuna, dell'inquinamento, della cattiva alimentazione, dell'autoimmunità, della predisposizione genetica, può fare davvero la differenza nell'attivare le risorse della mia autoguarigione.

Una mappa serve per iniziare a capire come muoversi, dove andare, come stanno funzionando le cose.

Una mia paziente operata per un carcinoma del colon, oltre a chemio e radioterapia, aveva intrapreso con molta convinzione anche una dieta stretta con soli succhi e zuppe vegetali. Curiosamente, quasi con orgoglio me ne parlava dicendomi quanta fame avesse. Dopo qualche tempo un sospetto

gonfiore addominale ingravescente richiese nuovi controlli che evidenziarono lesioni epatiche di fronte alle quali la reazione della signora fu di totale impotenza, paura, sconforto. La prima soluzione fu l'ulteriore restrizione dietetica come prescritto abitualmente dalla dieta in questione.

La prognosi fu durissima: tre mesi.

La mappa del conflitto biologico secondo il quale le lesioni epatiche erano la risposta biologica alla restrizione alimentare fu in grado di produrre un salto di coscienza: la signora comprese quanto in realtà si sentisse affamata e quanto si sentisse affamata da sempre, dall'infanzia e non solo di cibo, ma anche di cure, essendo

vissuta in una famiglia non solo poverissima ma anche maltrattante.

Immediatamente ne conseguì la scelta di riprendere ad alimentarsi non già secondo una dieta, ma solo con ciò che le fosse andato e la decisione di sottoporsi alle cure proposte, prima rifiutate perché ritenute ormai inutili, comprensive di trattamenti convenzionali e anche di medicina quantistica.

Allo stato attuale sono passati molti, molti più mesi dei tre pronosticati, l'addome è tornato normale, la risposta immunitaria ottima a detta dei medici che la seguono in questa parte di terapia.

Le mappe non devono essere vere e neppure complete.

Se le applichiamo come vere entriamo in un pericoloso campo nel quale si sentono fare affermazioni che sono contrarie alla concezione della medicina integrata, come ad esempio quella di rifiutare le cure somatiche.

Se la mappa è vera e la applichiamo come tale, imbrigliamo di nuovo la persona in un'altra gabbia.

La persona ha bisogno di strumenti per procedere nella sua evoluzione di coscienza, non di interpretazioni appiccicate da qualcun altro seppure intelligente e preparato.

La persona ha bisogno di quegli strumenti e quelle mappe, che oltretutto possono cambiare nel tempo, che le permettano di modificare la sua

prospettiva, dalla quale, come ci insegna la fisica dei quanti, tutto dipende in ultima analisi.

Vibrazioni, che si trasmettono dagli organi di senso al cervello, decodificate secondo matrici: interpretazioni di dati sensoriali... questa è la realtà che la fisica ci insegna.

Allora, come la persona decodificherà il dato sensoriale del sintomo, farà la differenza e se avrà una matrice, cioè una mappa migliore, nel senso di maggiormente potenziante per se stessa, allora avrà molte più chances di attivare la guarigione da dentro.

Perché, una volta attivata la matrice, cioè decodificato in un certo modo il messaggio, si innescheranno tutti quei

passaggi biochimici che la PNEI ci insegna, attraverso neuropeptidi, citochine, ormoni, che plasmeranno nuovamente il corpo.

Allora nuove mappe possono avere diverse ricadute sul corpo fisico, ma qualsiasi "cartografia" più o meno emotiva, spirituale, biologica del corpo non è mai il corpo stesso che parla la sua lingua: le mappe servono per modificare la percezione, l'interpretazione, la prospettiva con la quale ci approcciamo a questo mistero che è il corpo che abbiamo, il corpo che siamo.

Se ci pensate, è la nostra interpretazione degli eventi che scatena l'emozione. Voi potreste star leggendo

questo capitolo e pensare: “Ma cosa sta dicendo? Non sono d’accordo”. Oppure pensare: “Ecco, mi capita di nuovo che leggo un libro che non mi dà risposte, è sempre così!”. Oppure ancora dire a voi stessi: “Questo libro sta rimettendo in discussione tutte le mie credenze, mi sta facendo fare un salto di coscienza”.

Ciò che proverete sarà il risultato dell’interpretazione che avete dato di ciò che vi sta accadendo.

Allora avere una mappa che vi dice che la malattia ha un senso, che è un programma biologico che sta operando in voi per la vostra guarigione, che la malattia è un irrisolto che si fa corpo, o l’espressione di una ferita, e così via... vi aiuterà ad attivare un’interpretazione

che innescherà una nuova e migliore risposta del vostro stesso corpo.

La migliore mappa sarà quella che al momento vi risuona di più, quella con cui letteralmente dunque la vostra energia entra in risonanza.

Da questo momento in poi comincia un viaggio dentro di voi che siete gli unici e i soli detentori dei vostri significati.

A occhi chiusi, al buio che si crea chiudendoli, sentite e vivete il corpo e questa fase di contatto con l'inconscio qui deve portare, al buio delle palpebre chiuse con lo sguardo rivolto dentro.

Qui può avvenire la prima essenziale tappa che tutti i guariti indicano come cruciale.

La profonda sensazione che la malattia non sia giunta per caso.

La sincronicità che è il tempo dell'anima giunge a farvi intravedere che c'è un collegamento tra voi e la malattia che state vivendo.

Ma, come abbiamo detto, il messaggio che il sintomo porta può esprimersi su più livelli, e decifrarlo può richiedere più di una mappa.

Cominciamo con il dare il nome alla condizione.

Questo passaggio è fondamentale e lo applico ormai con tutti i pazienti che si presentano con un disturbo di tipo fisico.

Vi è stato detto che siete affetti da... e avete accettato quel nome. In questo passaggio è implicata una dinamica

profonda e delicatissima: siete indotti a pensare che avete una certa malattia, nel senso che vi è venuta e quindi anche il corpo è colpito da essa.

In realtà il corpo la sta facendo.

Il corpo inteso come intelligenza profonda di cui stiamo parlando dall'inizio del libro sta sviluppando questo sintomo.

Se siete voi a dare il nome alla vostra condizione recuperate la dimensione di essere voi a farla, o quantomeno qualcuno che è in voi e si sta esprimendo così.

Oltretutto la fisica dei quanti ci dice che l'atto del dare il nome equivale a creare nel campo.

Dunque scegliendo voi il nome, e mi

sono sentita dire i nomi più svariati, da disarmonia a paura a nebbia fino a "felicita", scelto da Maria Cristina per identificare il tumore desmoide che si manifestava nel suo collo, state creando una nuova condizione informazionale.

La parola crea, come suono, come frequenza: pensate alla risonanza che ha la parola cancro. Pensate alla parola tumore, già molto diversa, o neoplasia: persino Umberto Veronesi, in diverse dichiarazioni, anche citate sul sito stesso dell'IEO, ha ribadito la necessità di non utilizzare più la parola cancro, decisamente più inquietante e mortifera di tumore o neoplasia.

Oggi sappiamo che non è solo un fatto psicologico; la fisica dei quanti ci

spiega che si tratta di un'informazione in grado di creare un campo morfico che si autoalimenta.

Per questo chiedo alla persona di non utilizzare mai più altro nome che quello che ha scelto per designare la condizione a meno che non senta lei stessa di volerlo cambiare e di chiedere a tutte le persone coinvolte, compresi i medici, di utilizzare quel nome.

A parte qualche riluttanza iniziale di qualche collega, in linea generale nessuno tra parenti, amici e curanti si è opposto, forse considerandolo soprattutto un artificio psicologico, più che uno strumento informazionale, ma poco importa.

Ciò che conta è che in questo modo si

opera una prima ristrutturazione energetica nell'inconscio.

Sono solita anche testare il nuovo nome con test kinesiologico per valutare la congruenza inconscia e superconscia.

Se do il nome alla condizione le permetto di esistere, accetto che ci sia, ma nel momento stesso in cui glielo permetto, ritorno a esercitare un impatto su di essa, o quantomeno sulla componente funzionale che quella condizione riveste.

A questo punto siamo pronti per un altro cruciale passaggio, quello dalla condizione al processo.

Una volta che abbiamo definito la condizione siamo pronti per superarla.

Infatti è molto diverso pensare "sono

malato" o "sono arrabbiato", oppure "ho una malattia" o "ho della rabbia", o ancora "il mio corpo ha una malattia" o "nel mio corpo c'è della rabbia".

Si riferiscono a stati di coscienza differenti e stati di integrazione mente-corpo differenti.

Se il mio corpo ha una malattia o ha della rabbia, c'è una scissione tra me e il mio corpo.

Se io ho una malattia o ho della rabbia, si tratta di una condizione che in qualche modo continua a essere esterna a me come soggetto intero, come totalità, come *olos*.

Se "sono malato" o "sono arrabbiato" la condizione comincia a trasformarsi nel processo: forse vi farà una certa

impressione, ma noi siamo abituati a dire “ho il tumore” come se si trattasse di qualcosa di esterno che arriva e si forma.

Invece il tumore, come qualsiasi altra cosa lo facciamo noi.

Rabbia, raffreddore, depressione, febbre, allergia, calcoli renali, colite, attacchi di panico sono processi che noi come unità psico-soma stiamo creando, siamo noi a farli!

Allora una volta che abbiamo mutato il nome alla condizione, possiamo cominciare a uscire dalla malattia come entità.

Finché internamente la chiamate cancro, sclerosi multipla, depressione, malattia autoimmune, rimane un’entità

che vi minaccia.

Per una proprietà specifica di quelle parole: esse non sono più parole "libere", in grado di evocare in ciascuno le sue proprie associazioni, come la parola "cielo" o "amore" potranno evocare in ognuno associazioni uniche e irripetibili.

Parole che descrivono un processo, ma sono diventate diagnosi, non sono più parole libere, sono forme-pensiero che portano con sé una deriva di conseguenze, di esiti (quelli che ci indica la statistica), che segneranno la strada, in qualche modo, dentro di noi.

Questo va bene per definire degli interventi medici sul piano tecnico, il che è perfetto sul piano strettamente

fisico-meccanico, ma non va altrettanto bene per quanto attiene all'intervento che può essere diretto alla persona, all'attivazione dell'effetto placebo dentro il soggetto, al favorire il salto quantico della coscienza nella persona.

Anche sclerosi multipla, ad esempio, è un nome, in effetti, ma in quanto diagnosi, è una forma-pensiero, cioè un pensiero in grado di informare il campo psichico, relazionale, e, per tutto ciò che PNEI e neuro-quantistica ci insegnano, anche di informare il corpo, le risposte ai trattamenti, il potenziale di autoguarigione.

Quando cambiamo il nome alla condizione, e poi accettiamo che siamo noi che la stiamo facendo, che è un

processo dentro di noi, che sta accadendo, allora cominciamo a rendere di nuovo fluido il corso delle informazioni dentro di noi.

La malattia smette di essere entità e diviene processo.

Da uno stato di allarme, passiamo a uno stato di ricerca, ascolto, osservazione, evoluzione.

Immaginate se un bambino venisse cresciuto, sin da piccolo, con la credenza che la malattia, ciò che viene chiamato con questo nome, sia un processo che corrisponde a una risposta della intelligenza del nostro corpo a un mutamento delle condizioni.

Come sarebbe la sua percezione della malattia? Come reagirebbe a un

sintomo?

Conosco un'insegnante di scuola elementare che ha cominciato a spiegare ai suoi alunni che quando uno in classe starnutiva, e aveva il raffreddore, non era malato, ma il suo sistema immunitario stava già guarendo la condizione e ha riscontrato che molti meno bambini stavano a casa malati durante la stagione invernale.

Quando passiamo dalla condizione al processo, cominciamo anche a recuperare la libertà degli infiniti potenziali che si aprono davanti a noi: assumiamo una prospettiva quantistica nella quale osserviamo probabilità che possono o meno verificarsi.

Torniamo in un flusso liquido di

coscienza, se così possiamo dire...

Se siamo noi a "fare" ciò che sta accadendo, si tratta di uno degli infiniti potenziali, e forse potremmo cominciare a fare altro.

Famosa la frase di una delle prime pazienti seguita con il suo metodo ipnotico da Carl Simonton che disse: "Se io ho fatto e sto facendo questo tumore, allora io posso non farlo".

Fu una dei casi che risposero straordinariamente alla terapia ipnotica con una remissione importante.

Una volta che siamo entrati in questa dimensione del processo, siamo pronti per iniziare a interagire con il processo stesso.

Entriamo nel flusso nel quale

possiamo dialogare con ciò che accade.

Allora cominciano le domande, allora siamo curiosi: ci interessano il significato della condizione, il piano simbolico della condizione.

Riappropriandoci del nome della condizione e transitando nel concetto di processo, siamo transitati dal piano oggettivo a quello soggettivo di realtà, nel quale valgono le nostre libere associazioni, i nostri vissuti, la nostra originale individualità, i nostri significati.

E da questo piano giungiamo al piano simbolico, nel quale il soggetto attraversa una fase che fa evolvere la sua coscienza attraverso l'attribuzione di un senso.

È la coscienza, la sua elevazione, il suo lavoro alchemico, che può orchestrare, in alto come in basso, la trasformazione che è insita sempre nella guarigione, a ogni livello, somatico o psichico.

Allora la fase simbolica apre la strada a un ampliamento della coscienza che è funzionale al processo di guarigione.

Questo ci permette di comprendere in che modo il sintomo possa anche essere non solo l'espressione di un conflitto o di una ferita irrisolta, ma anche il trasferimento di un altro problema mediato nel corpo.

L'inconscio cerca di dirci qualcosa attraverso il suo linguaggio, che nella

fase simbolica di autoguarigione può essere dunque decodificato.

È molto importante sottolineare che non si stabilisce qua una equazione tra sintomo e significato come spesso l'ho sentito spiegare.

Non si tratta di trovare per ogni sintomo il significato corrispondente, del genere "ogni sintomo-un messaggio", bensì di attivare nella persona un movimento di simbolizzazione che espande la coscienza, che mobilita nuove reti neurali, e da nuove reti neurali possono emergere nuove soluzioni creative allo squilibrio che ha originato quello che chiamiamo malattia.

Comprendete allora come la simbolizzazione non vada usata in modo

meccanico; mi permetto di dire che nulla mai, o mai più, andrebbe usato in modo meccanico.

La simbolizzazione non significa che una volta che hai trovato il significato del sintomo allora guarirai necessariamente.

Significa che comincerai ad agire sulla neuroplasticità e sull'epigenetica.

Ricercando i significati, la coscienza muta, mutano i network cerebrali che vengono attivati, la ricerca ci spiega come il DNA sia una antenna che risponde alle parole e alle emozioni.

Allora la fase simbolica è di fatto uno strumento neuroplastico ed epigenetico.

Può darsi che già questo conduca alla guarigione del sintomo stesso ma questo

è da considerarsi come un effetto collaterale dell'ampliamento di coscienza che agisce come fattore neuroplastico ed epigenetico e dunque catalizza il salto quantico, l'attivazione di un nuovo programma, il mutamento dell'energia.

I casi dei guariti attraverso il processo simbolico dovrebbero essere attentamente studiati dalla medicina convenzionale *evidence based*, per individuare i fattori coscienziali che hanno influenzato DNA e reti neurali a tal punto da far accadere la trasformazione.

Vediamo alcuni esempi di cosa intendiamo per piano simbolico del sintomo.

Una mia paziente giungeva per un'emicrania.

Nel corso della psicoterapia, dopo un primo parziale breakthrough di rabbia nei confronti della figlia, cominciò ad avere attacchi di prurito violentissimo, che le causavano anche delle vere e proprie lesioni da grattamento.

Mi diceva: "Quando mi vengono questi attacchi di prurito mi strapperei la pelle di dosso".

Alcune sedute dopo, durante un breakthrough nei confronti della sorella, che era sempre stata ritenuta migliore di lei e che l'aveva umiliata in molti modi, immaginò di scuoiarla, di strapparle appunto la pelle di dosso.

Il sintomo comparso con la

mobilizzazione emotiva parlava di un'immagine inconscia che stava per venire alla luce.

Il comparto somatico a volte ci dice in modo localmente preciso qual è il conflitto che vi sta sotto.

Altre volte è l'espressione di un conflitto, ma anche il tentativo di soluzione.

Altre volte ancora il sintomo è un errore di apprendimento, come potrebbe accadere ad esempio nelle fobie e in senso traslato e metaforico anche nelle allergie.

Quando si viene a manifestare una fobia, assistiamo a un inconscio spostamento da uno stimolo che genera un conflitto, come ad esempio la

sessualità associata a qualcosa di sporco, a un oggetto in realtà slegato dal conflitto, oppure legato a esso per via di una libera associazione, come un animale: il ragno, ad esempio.

Anche un'intolleranza potrebbe scaturire in un certo qual modo da un'erronea associazione del sistema immunitario di un pericolo a un antigene prima tollerato.

Il sintomo può essere anche un vantaggio, o essere la fonte di un vantaggio o il mezzo per evitare qualcosa di sgradevole, come vedremo nel prossimo capitolo.

Infine può essere anche l'espressione di un debito transgenerazionale.

I cambiamenti epigenetici, infatti, una

volta comparsi in una generazione, possono essere trasmessi alle successive: Moshe Szyf, ricercatore della McGill University di Montreal in Canada, studia le interazioni tra madri e piccoli dei ratti.

Alcune madri, nell'esperimento di Szyf, passavano molto più tempo delle altre a coccolare i piccoli, leccandoli e lisciandoli, e questi mostravano da adulti notevoli differenze rispetto agli altri: erano meno paurosi e meglio adattabili e, a loro volta, tendevano a ripetere verso la loro prole gli stessi atteggiamenti ricevuti, come se vi fosse una vera e propria trasmissione di quei caratteri relazionali.

Lo potremmo immaginare come una

sorta di DNA emotivo.

Nel piano simbolico abbiamo l'opportunità di decifrare tutti questi codici, e comprendere profondamente come noi esseri umani ragioniamo per simboli e agiamo per archetipi.

Quando siamo nel piano simbolico, ci stiamo avvicinando al mondo archetipico, che, come è ben noto, è il mondo dell'anima, ma anche, e questo forse è meno noto, il mondo della coscienza quantica.

Che siano ereditati per via transgenerazionale, o che si formino nell'infanzia, questi caratteri costituiscono le matrici emotive che guideranno i percorsi dell'energia, le vulnerabilità negli organi target e le

memorie che negli organi si adageranno come ricordi biologici e cellulari.

Le fasi dal concepimento alla prima infanzia sono sempre in gioco e i "binari", le memorie si tracciano lì.

Lo stress infantile gioca infatti un ruolo significativo nelle patologie adulte, come ha dimostrato lo studio ACE (Adverse Childhood Experience) svolto presso l'Università di San Diego.

Si ritiene che possa giocare un ruolo decisivo proprio nelle recidive, le quali sarebbero dunque espressione di una matrice che, dal punto di vista quantico, continua a informare il campo energetico che sottende la biologia di quella persona.

Ecco perché ha senso occuparsi delle

emozioni, dei blocchi, delle ferite irrisolte: non per trovare le cause, ma per poter trasformare le matrici, effettuare uno spostamento, come lo chiama la mia paziente Anna C., un cambiamento di posizione che trova nella consapevolezza la sua fonte.

Per raggiungere questo piano non dobbiamo fare altro che chiedere all'inconscio che abita nel corpo. La tecnica embodying, che ho creato proprio per favorire la capacità di calarsi totalmente nel corpo, si è rivelata molto utile proprio nel far emergere dall'intelligenza corporea, raggiunta attraverso la percezione, la memoria immagazzinata nel soma.

Quando giungiamo in questa fase

cominciamo a considerare anche l'influenza del contesto, il che è decisamente un fatto quantistico.

Si tratta di considerare quanto l'energia del campo in cui siamo immersi possa influenzare tutte le nostre risposte.

Il campo può fare la differenza, come spiega molto bene Anita Moorjani nel suo libro *Dying to be me*: lei, che aveva praticato medicina ayurvedica e attuato pratiche non convenzionali integrate, aveva notato una netta differenza di risultati quando si trovava in India per un periodo e quando faceva ritorno a Singapore dove abitava e si relazionava con persone che non credevano nell'efficacia di quelle tecniche.

Quando era in India era facile che la credenza collettiva fosse allineata con le medicine che stava seguendo e che incontrasse medici aperti da questo punto di vista.

Questo aveva sortito un incremento dell'efficacia delle cure, che invece perdevano di efficacia quando rientrava a Singapore.

Rapportarsi al campo e regolarlo può essere davvero fondamentale: addirittura in alcuni casi il fatto di avere un campo attorno non allineato è stato leva per catalizzare un salto quantico, laddove anziché provare rabbia, la persona è diventata creativa.

Quando gli altri premono, è quello il momento in cui abbiamo la possibilità di

trasmutare l'avversità in energia di ricerca.

Una volta che la coscienza ha intrapreso la strada dell'espansione si comincia a palesare nella sua essenza più profonda, quella di essere in fondo soprattutto una spinta evolutiva.

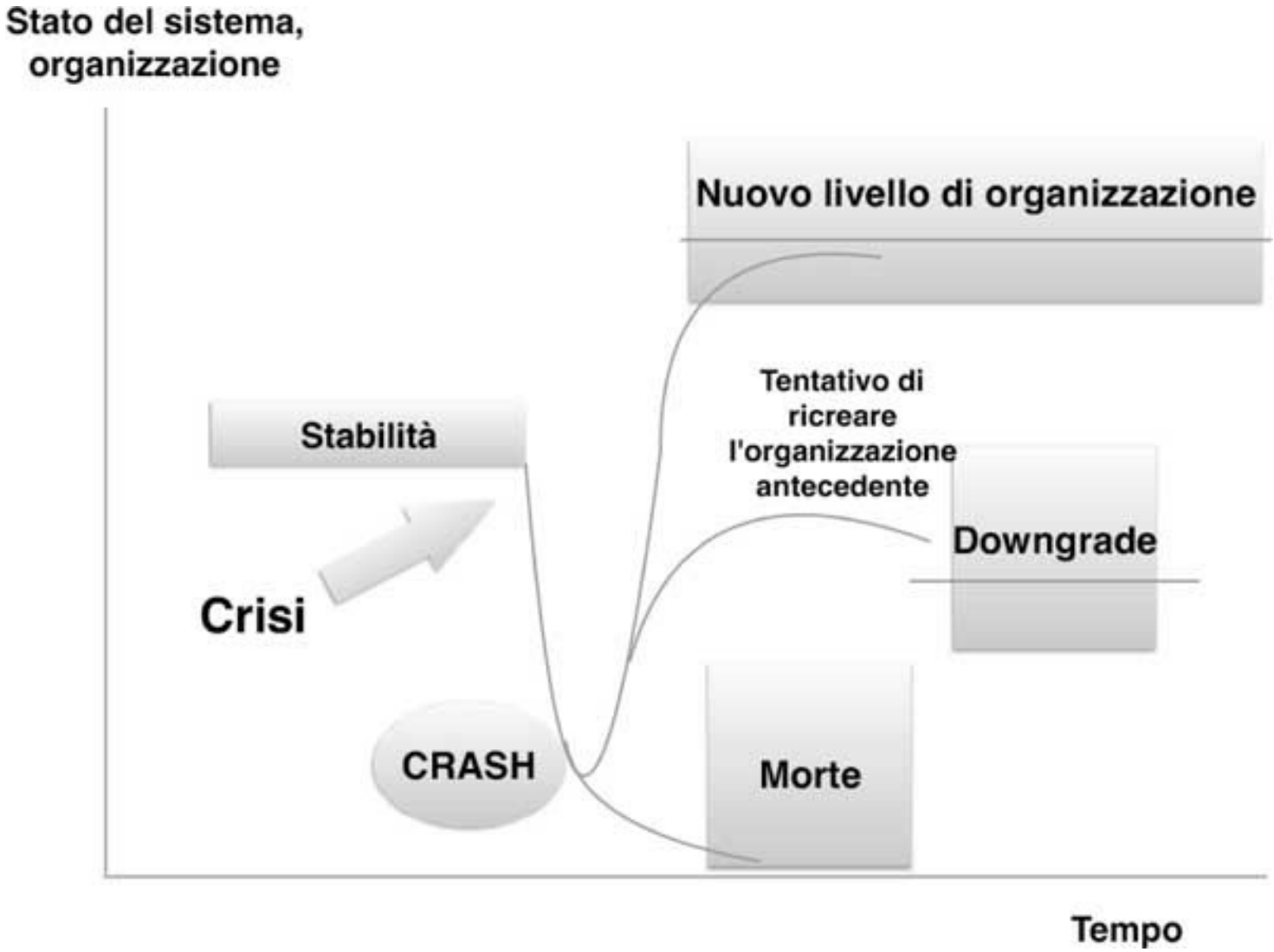
Seguitemi nel prossimo paragrafo e saprete come.

MALATTIA E GUARIGIONE COME EVOLUZIONE

BIOLOGICA

L’anno scorso in corrispondenza dell’EXPO sono stata invitata al padiglione ungherese a prendere parte a una prestigiosa manifestazione con Erwin Laszlo.

In quella sede si parlava di evoluzione dell’ecosistema, e Laszlo proiettò uno schema di questo genere.



Il modello evolutivo della trasformazione

Nell'evoluzione accade sempre che da uno stato di relativa stabilità, per crisi successive, si giunga a un crash, a una rottura dell'equilibrio, alla caduta.

Qui siamo a un crocevia: da un lato la

morte; dall'altra, il tentativo di ricreare il vecchio schema che conduce a un downgrade, cioè alla ripresa di un funzionamento comunque inferiore rispetto a prima oppure alla risurrezione, con la creazione di un nuovo schema e un nuovo modello di stabilità diverso dal precedente.

Pensate all'epoca in cui sul pianeta si ritirano le acque.

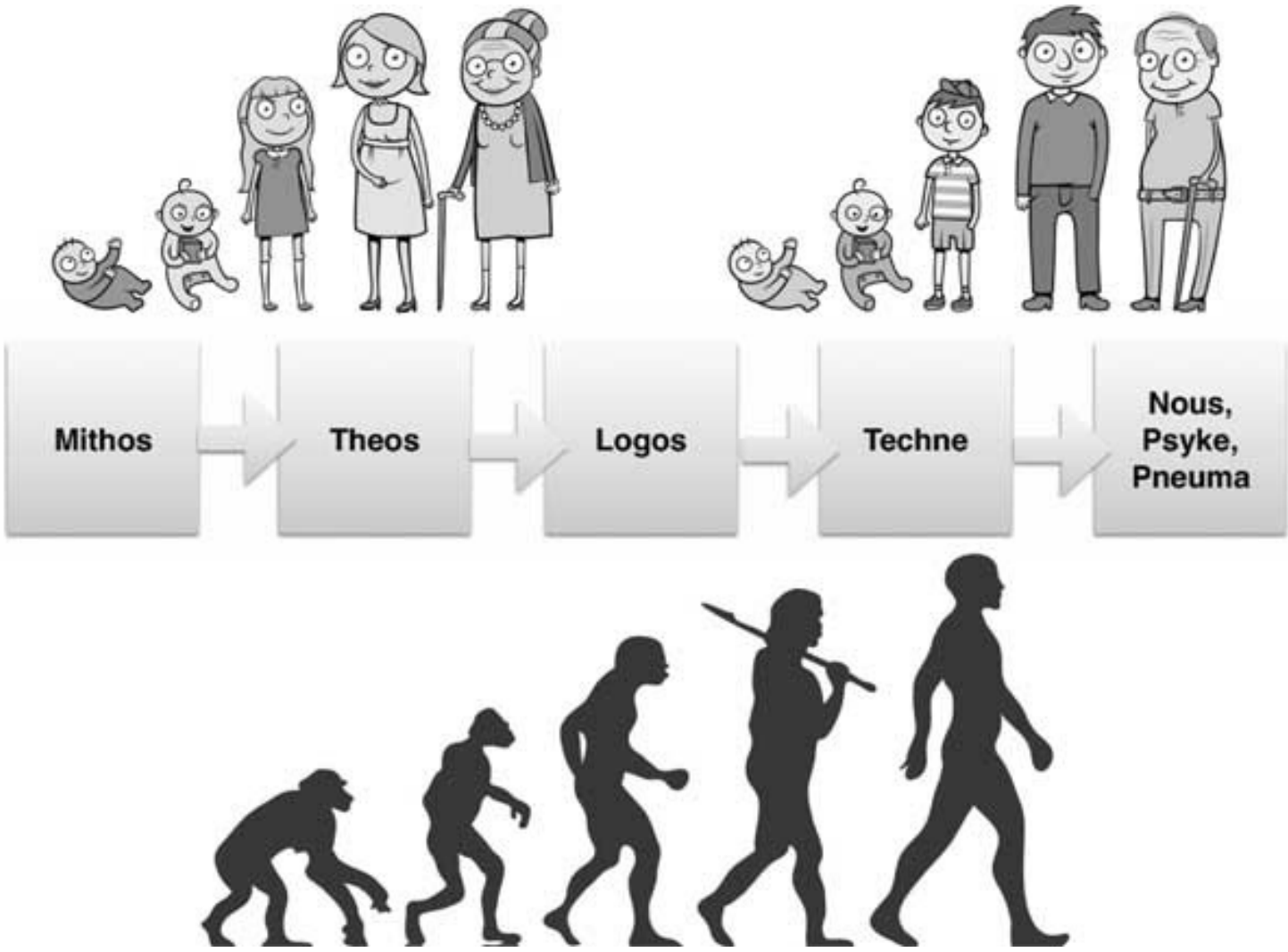
Gli esseri acquatici devono uscire dall'acqua e stare sulla terraferma, dotarsi di un nuovo programma, mettere zampe al posto di pinne, avere un derma e un'epidermide al posto delle squame inadatte a schermare dalla luce diretta del sole... Una nuova specie insomma.

Laszlo conveniva con me che questo

processo si applica perfettamente a quanto accade nella guarigione.

La guarigione come evoluzione biopsicologica, che dà vita a una nuova specie di essere che esprime altri programmi, un nuovo equilibrio, diverso dal precedente.

La metafora dell'evoluzione biologica è molto potente, ma altrettanto lo è quella dell'evoluzione sociale, anche questa discussa con Laszlo quel giorno, e da me rimaneggiata con l'introduzione di concetti junghiani come segue.



Le società dapprima sono state dominate dal *mithos*: gli dei sono vicini, sono tanti quante le qualità degli uomini.

Siamo nel pantheon greco, nella cosmogonia induista...

Gli dei abitano la terra, interagiscono con gli umani.

Julian Jaynes, ne *Il crollo della mente bicamerale e l'origine della coscienza*, identifica in questo tipo di società la società dell'Iliade, nella quale la mente degli uomini è bicamerale, divisa in un emisfero destro, che parla al sinistro come fosse la voce degli dei, quella che oggi per la moderna psichiatria sarebbe una allucinazione: la mente bicamerale è dunque la fonte della religione e del culto.

Nella società del *mithos*, la divinità è immanente, è intorno a noi, ci parla direttamente e noi la sentiamo come una voce reale.

Questo nella ontogenesi di ogni individuo è il mondo dell'infanzia: il bambino può immaginare personaggi che

per lui esistono davvero, sono reali quanto il resto della realtà.

Le fiabe rappresentano questo mondo mitico che alberga nella psiche in formazione del piccolo.

Magia, divinità, soprannaturale sono mescolati all'umano in un unico intreccio.

Fantasia e realtà si confondono... qui gli archetipi impersonati nei personaggi della fiaba – eroe, mago, strega, drago, principessa – agiscono dall'inconscio collettivo, dalle matrici psicogenealogiche sul singolo...

Nell'evoluzione delle società e anche nell'ontogenesi dell'individuo giunge poi il tempo di *theos*: le società monoteiste, che immaginano un dio che

sta altrove, che per scendere sulla terra si deve appunto incarnare.

Nella lettura di Jaynes siamo nel mondo di Odisseo. La mente bicamerale si è unita in un'unica coscienza di sé e Odisseo sa che quando parla Atena, parla attraverso la sua voce interiore.

Il divino è dentro di noi, nell'anima, ma il divino in quanto essere è lontano.

Non si può nemmeno rappresentare, ci dice l'ebraismo.

Nell'ontogenesi questo è il passaggio della preghiera, della richiesta rivolta verso l'alto, dell'inizio di una disgiunzione tra la realtà divina e quella umana, tra il cielo e la terra.

In queste società il volere divino regola ancora la vita e la religione, da

religo, riunisco, è la via per la ricongiunzione tra i due mondi.

Ma nell'evoluzione segue il tempo del *logos*.

Sono le società basate sul pensiero, dal 1700 in poi.

Il logos è il nuovo dio, l'intelletto. Dio è morto dice qualcuno.

Il mondo umano diventa sempre più umano, troppo umano direbbe Nietzsche. La nostra vita trova fondamento nella scienza, nel pensiero.

Vogliamo capire con l'intelletto.

È il tempo della scuola, dello studio con la mente razionale.

Non c'è più tanto posto per le illusioni dell'infanzia.

Accade un'altra dissociazione, dopo

quella tra umano e divino.

La dissociazione tra mente e corpo: la mente domina e ciò che non si può spiegare con la mente è falso.

Qui abita la morale del bene e del male, di ciò che è giusto e sbagliato. La separazione duale, il giudizio.

E infine dal *logos,* l'ultimo passo è stato quello di *techne*.

La tecnologia: non più il pensiero, ma la materia.

Ultima fatale dissociazione.

Chi come Laszlo si occupa di ecosistema, sa benissimo che *techne* condurrà piuttosto in fretta alla morte del pianeta.

Perché *techne* considera solo il risultato e vede la natura e le persone

come mezzi per uno scopo.

Siamo nel mondo del lavoro, della società produttiva. Dobbiamo produrre, questo è il nostro fine.

E produrre per consumare.

Come dice il Dalai Lama: «Quello che mi sorprende degli uomini occidentali è che perdono la salute per fare i soldi e poi perdono i soldi per recuperare la salute. Pensano tanto al futuro che dimenticano di vivere il presente in tale maniera che non riescono a vivere né il presente né il futuro. Vivono come se non dovessero morire mai e muoiono come se non avessero mai vissuto».

E adesso? Siamo al crocevia evolutivo: morire con *techne* o trovare

un nuovo stato di equilibrio.

La guarigione di una società come la guarigione di un individuo.

Una medicina di *techne* o una nuova medicina che forse sia l'integrazione di *mithos*, *theos*, *logos* e *techne*?

Questo fanno i guariti.

Riuniscono in sé tutte le dimensioni, questo fa la medicina integrata. Per questo possiamo dire che è una medicina con l'anima.

MALATI, FOLLI O MAESTRI?

Se proseguiamo il discorso che abbiamo introdotto nel precedente paragrafo, intuiamo come la persona che guarisce faccia un salto evolutivo che la conduce a un nuovo stato di equilibrio e a una nuova identità, una nuova coscienza, che si riverbera nella stessa sostanza di cui è fatta.

Questa la vera opportunità della malattia, come delle prove della vita in generale: condurci a nuovi livelli di organizzazione, a nuove espressioni di noi stessi.

Nella coscienza cosmica o quantica sono inscritti i programmi biologici, perché la coscienza è l'architetto che vive assieme alla sua forma.

La coscienza quantica si connette alla

cosmica e può modificarsi.

Allora la domanda è: come maneggiare la coscienza quantica? Come dialogare con essa? Antiche conoscenze erano in contatto con tutto questo, poi le abbiamo dimenticate.

Meditazione, ipnosi, stato alterato di coscienza sono le vie per raggiungere la coscienza quantica che in un certo senso è la custode dell'integrità del progetto che siamo.

Nei prossimi capitoli vedremo come diventare noi stessi maestri, i maestri che già siamo in realtà, come passare dal maestro esteriore al maestro interiore.

Ora possiamo cominciare a intuirlo.

Sappiamo ormai che ciò che accade

nel nostro corpo è al di là della nostra mente conscia.

Il conflitto biologico non ha niente a che vedere con il conflitto psicologico.

Ci sono persone che hanno conflitti psicologici aperti da anni e non per questo svilupperanno una patologia somatica.

Tutte le nevrosi ne sono un esempio.

Possono dare luogo a vari sintomi, ma non è detto che accada.

Il conflitto biologico è altra faccenda. Sappiamo che ha a che fare con le leggi alchemiche della vita in noi, la stessa che orchestra la guarigione di una ferita, la differenziazione delle cellule di un embrione, il riconoscimento da parte di un macrofago della cellula estranea o

alterata da eliminare.

Il conflitto biologico ha a che fare con un binario, che determina in un certo senso il perché proprio a me e perché proprio lì.

Una memoria che in termini epigenetici favorisce l'espressione di un certo profilo di vulnerabilità piuttosto che di un altro.

Anche in questo caso dobbiamo evitare il rischio meccanicistico: la biologia non è matematica ed è sempre possibile che a fronte di un evento che fa risuonare un binario di vulnerabilità non si sviluppi alcuna patologia, se accadono altri eventi che smussano il potenziale traumatogeno o se la persona compie appunto un salto quantico di

coscienza.

Se questo non accade si attiva un processo che il corpo stesso, l'unità psicosoma stessa compie, per riparare la ferita, attivando di fatto meccanismi arcaici... come accade nella società di *techne*, in un momento di crisi nella quale le persone cominciano a manifestare un nuovo bisogno di spiritualità, cioè un ritorno a *theos* e *mithos*, ciò che è accaduto nella nostra società con la New Age.

Così accade anche nella società delle nostre cellule.

S e *techne*, che è meccanica e ripetitiva, non riesce a fronteggiare un trauma o una situazione di crisi, la società cellulare recupera un

funzionamento arcaico, con cellule *theos*, totipotenti, le cellule staminali, che applicano le leggi della società di *mithos*, leggi diverse da quelle ordinarie.

Leggi dell'embrione, dove proliferazione e distruzione avvengono in modo diverso, anche incontrollato persino.

Allora la medicina integrata che una collega durante un corso ha definito "medicina pensante", deve sapere che sta accadendo tutto questo.

Le singole fotografie degli esami diagnostici non rendono ragione, come ci ha spiegato il prof. Fiorini, del processo ad alta complessità circolare che si è messo in atto.

Cosa deve fare una medicina pensante? Deve vegliare sul processo... *Medicus curat, natura sanat.*

La medicina pensante interviene a fare sì che il processo che è già una soluzione di per sé non divenga dannoso perché eccessivo o perché privo di un meccanismo di spegnimento.

In questo caso la terapia anche farmacologica va utilizzata, ma come presidio per proteggere la macchina biologica qualora la riparazione tramite il programma arcaico divenga eccessiva.

Un po' come se durante una guerra le persone ricominciassero a pregare Dio sotto la spinta della paura, ma poi, prese dall'eccesso religioso, ripristinassero

un integralismo e si mettessero a combattere le crociate invece che occuparsi di far terminare la guerra in atto.

Mentre allora la medicina pensante si occupa di supportare il processo con tutti i mezzi che possono essere utili per il contenimento degli eventuali effetti collaterali della riparazione, ci si può avventurare nel mondo della comprensione del processo, soprattutto per evitare che in futuro si presentino altre recidive.

A questo fine ci occupiamo delle ferite emotive e della loro riparazione. La forza del sentire che si sprigiona, l'energia emotiva che si origina può allora offrirsi per il salto quantico.

Talora a questo livello accade lo shock emotivo, che si basa sull'effetto placebo e fa scaturire una nuova coscienza e un nuovo programma.

In un certo senso, se l'energia emotiva che si sprigiona è sufficiente, come avrebbe detto Freud l'abreazione è sufficientemente intensa, il *breakthrough* si dice in ISTDP abbastanza profondo e sentito, il salto quantico può accadere.

Come il conflitto biologico si è originato nel senzatempo, in un istante, in cui corpo, mente e psiche si sono coinvolti assieme, così il potere dell'emozione può catalizzare esattamente lo stesso coinvolgimento e nel senzatempo riparare il trauma,

agendo proprio là dove esso è accaduto.

Ma non è sempre detto che questo accada e soprattutto non è detto che ci protegga dalla recidiva.

Cosa sono infatti in una prospettiva energetica le emozioni?

Sono matrici di energia nel campo sottile, nel mondo dei quanti.

Allora una persona potrebbe ad esempio riparare il conflitto che ha con la figura paterna, attraverso un'esperienza emotiva correttiva con il suo terapeuta sul quale, per un certo tempo, ha inconsciamente proiettato la figura paterna rivivendo il conflitto; ma chi ci dice che non continuerà a muoversi nell'orizzonte della matrice paterna, a questo punto non più

conflittuale ma riparata, ma comunque senza liberarsi mai di questa informazione?

Continuerà a essere qualcuno che ha riparato la relazione con il paterno non qualcuno che non ha mai avuto alcun problema con il paterno... Qualcuno che ha dimenticato tutto questo ed è libero da questa identificazione.

Allora quando affrontiamo un conflitto legato a una ferita emotiva che pare correlarsi a una malattia, passiamo dallo statuto di esseri dominati dalla mente, dalla razionalità, dal pensiero a esseri senzienti, che sono a stretto contatto con il loro corpo emotivo, che si muovono nel karma... siamo esseri ancorati alla terra, alla forza di gravità

che agisce nel campo duale.

Possiamo riparare una ferita emotiva ma non ci disidentifichiamo mai da essa: o è conflittuale o è riparata, ma pur sempre ci condiziona in qualche modo.

Finché siamo in questa posizione non siamo liberi davvero, siamo ancora sotto l'influsso della gravità emotiva, infatti il corpo emotivo è considerato un corpo denso.

Quando possiamo davvero svincolarci da quella informazione emotiva prima conflittuale e poi riparata?

Solo quando passiamo dal pensare al sentire, e infine all'essere. Quando giungiamo all'essere, siamo senza attributi.

Nel pensare diciamo “sono malato”, nel sentire diciamo “soffro”, nell’essere diciamo “sono”.

Lì siamo nella coscienza quantica.

Per passare dal sentire all’essere dobbiamo trasmutare le emozioni, armonizzarle. Dalla legge di gravità, dalla legge del karma alla legge dell’armonia. Ecco il crocevia.

Se rimaniamo nella posizione del pensare, di fronte a una diagnosi non possiamo che essere malati.

Se entriamo nel sentire e lì rimaniamo abbiamo due opzioni: affrontando il conflitto, l’energia emotiva è tale che ci conduce al salto quantico nell’essere, nella coscienza quantica.

Sono i casi di shock carismatico ed

effetto placebo.

Ma se questo non accade prendiamo la via della follia: siamo totalmente nel sentire, preda di esso, cerchiamo sempre più conflitti per ripararli, sappiamo tutto dei significati e restiamo sempre gli stessi, facciamo tutti i corsi di psicosomatica e metamedicina e interpretiamo tutto con la mente...

Tra l'uomo normale e l'uomo illuminato, diceva Osho, c'è in mezzo l'uomo folle.

In fondo nella schizofrenia accade questo: di fronte a un conflitto irrisolvibile, al doppio legame di due conflitti coesistenti nei quali la soluzione dell'uno esclude quella dell'altro, l'unica via è impazzire,

sovvertire l'ordine e dissociarsi dalla realtà.

Oppure?

Possiamo trasformare il sentire.

Divenire maestri di noi stessi; coloro i quali discendono e ascendono liberamente lungo la via del tempo.

Coloro i quali guadagnano la libertà del perdono quantico, superano le inversioni energetiche e viaggiano nel vuoto.

Cambiano la sostanza di cui sono fatti. Cambiando posizione attivano anche epigeneticamente un altro programma come accade per il bruco e la farfalla: stesso DNA, due fenotipi del tutto diversi.

I maestri sono in grado di modificare

persino l'istinto biologico, come accade a certi meditanti esperti di cui abbiamo già parlato, che possono addirittura arrivare a modificare la loro biologia, il tempo delle apnee, la resistenza al freddo e così via.

Fanno questo attraverso l'armonizzazione dei sensi.

Il sentire è pur sempre di natura reattiva, dominato dalla reazione attacco-fuga, dall'allarme che consegue allo stimolo.

Il maestro sente ma equilibra costantemente, sente acutamente, più degli altri ma padroneggia, non pendola attorno all'evento, lo domina e fluisce, scorre attraverso le energie e le orchestra secondo la sinfonia della sua

anima.

A questo è dedicata l'ultima parte del libro.

10. Voglio guarire ma (non) ci riesco: l'inversione energetica

Siete giunti fino a qui, forse qualcosa di quanto avete letto finora vi ha colpito, avete scoperto dimensioni che non conoscevate, la vostra mente razionale si è aperta a nuove prospettive...

Per qualcuno questo è già un salto quantico di coscienza.

Ma al tempo stesso, perlomeno per altri, potrebbe risuonare una voce che dice: “Fantastico, ma io come faccio?”; oppure: “Ho capito tutto, ma perché non ci riesco?”, ovvero: “Voglio fare il salto, voglio guarire, ma non accade”, e così via...

Qualcuno ha chiamato questo stato “inversione”: quel qualcuno era Roger Callahan, psicologo padre della TFT, la Thought Field Therapy, una terapia alternativa basata sui principi dell’agopuntura in grado di agire sul campo del pensiero come recita il suo nome.

L’inversione psicologica o

energetica, come è stata chiamata nei diversi casi, fa riferimento proprio allo stato elettrico dell'organismo: misurando con un millivoltmetro la polarità del corpo di un soggetto, Callahan si accorse che quando il soggetto era sano la polarità era positiva; viceversa, in presenza di stress, malattie, ma anche conflitti interiori, emozioni represse, la polarità diventava negativa.

Studi analoghi sono in atto proprio oggi anche presso la Facoltà di Fisica di Trieste, con l'apporto del gastroenterologo Fabio Burigana, condotti su pazienti oncologici confrontati con soggetti sani nella risposta muscolare ai campi magnetici.

Peraltro il concetto si collega chiaramente al sistema dei meridiani della medicina cinese, secondo cui se i meridiani sono in equilibrio, non è possibile ammalarsi.

Per comprendere appieno il senso dell'inversione un buon modello è quello tratteggiato dal dott. Roy Martina, che ha individuato quattro ipotetiche zone di progressione dalla salute alla malattia.

La zona cosiddetta verde, corrisponde al perfetto funzionamento di tutti i fondamentali sistemi che governano la nostra vita, il sistema energetico, quello biochimico e quello cellulare.

Nella zona verde il nostro corpo ha la massima capacità di rispondere a uno

stress, correggere un'alterazione secondo la norma della matrice originaria di quella funzione. Anche la coscienza nella zona verde ha la massima capacità di leggere in chiave simbolica e sincronica gli eventi. Il collegamento con il superconscio è attivo ed è l'anima ad agire nella nostra vita. Siamo nel piano di realtà dell'uno e del simbolo, a livello della felicità incondizionata, non nel senso che non proviamo tristezza o rabbia, ma nel senso che il nostro stato interiore non dipende da nessun evento esterno.

Entriamo nella zona gialla se il sistema elettrico o elettromagnetico del nostro corpo per qualsiasi ragione perde energia.

Possiamo immaginare che tutto ciò che si manifesterà sul piano tridimensionale abbia origine dapprima come disturbo del sistema elettrico: non dobbiamo dimenticare che la medicina convenzionale misura solo l'attività elettrica di cuore e cervello ma ogni organo, tessuto e cellula, come ormai anche la medicina quantistica ci dice, produce energia.

Possiamo dire che le ragioni per cui più comunemente il sistema di bioregolazione elettrica si altera riguardano conflitti interiori, emozioni represse, traumi: soprattutto se tali traumi hanno messo a repentaglio la nostra unità biologica psichesoma.

Naturalmente nulla ci traumatizza se

non ha trovato risonanza nel nostro sistema di credenze, nei nostri giudizi e pensieri.

In questi casi ci troviamo nella situazione in cui il sistema o viene a perdere energia (il salto quantico in direzione della riduzione di energia del sistema, per l'appunto) o si ingorga di energia repressa come quella sequestrata da un'emozione conflittuale in qualche area del nostro sistema.

Ed è qui che si suppone accada l'inversione, energetica e psicologica.

Sul piano energetico la polarità si inverte.

Sul piano psicologico i segni sono piuttosto facilmente riconoscibili: si diventa autodistruttivi, autosabotanti,

depressi.

Il soggetto non ha voglia di essere felice, non trova ragioni per sentirsi meglio, diventa decisamente lamentoso, poco ricettivo a qualsiasi aiuto, tende a curarsi meno oppure si boicotta su un unico aspetto della propria vita, come ad esempio uno specifico sintomo.

Questa è stata la grande scoperta di Callahan: alcune persone non guariscono, anche se ritengono di volerlo, perché sono energeticamente e psicologicamente invertite.

Dalla zona gialla naturalmente si può passare alla zona arancione nella quale i processi biochimici sono alterati e di solito la disfunzione diviene misurabile, fino alla zona rossa nella quale le

cellule degenerano in un danno vero e proprio e di questo ho già parlato in *Anatomia della guarigione*.

Nel nostro viaggio verso la coscienza quantica tuttavia ci interessa in particolare lo sblocco dell'inversione perché, se sbloccata l'inversione, ci aspettiamo un recupero delle capacità di autoguarigione del corpo che si esprimono massimamente nella zona verde.

Spesso se una terapia, per quanto ben fatta e collaudata, non produce risultati dobbiamo chiederci se non vi sia presente un'inversione energetica.

Le vie per affrontare adeguatamente l'inversione energetica sono ancora tutte da scoprire e buona parte della mia

attuale ricerca clinica va in questa direzione.

È vero che è l'anima ad autodeterminarsi, in definitiva nel nascere e nel morire quando è il tempo che accada, e giungeremo a parlare anche di questo; ma è altrettanto vero che là dove vi siano blocchi o inversioni riconoscibili, è naturale attivare la responsabilità di farvi fronte penetrando sempre più i processi misteriosi che li sottendono.

In primis il riconoscimento della presenza di inversione avviene attraverso il lavoro emotivo e può essere testato anche in via kinesiologica, in prima visita.

Innanzitutto è il rinvenimento di

blocchi, difese, resistenze che testimonia la presenza di inversione.

Un mio paziente, che chiameremo Paolo, aveva ricevuto una promozione sul lavoro.

Quasi non ci poteva credere! Tornato nel suo ufficio dopo aver parlato con il suo direttore aveva dovuto sedersi e respirare, gli sembrava un sogno: dopo soli sei mesi di lavoro nella nuova azienda veniva promosso a una posizione di responsabilità come project manager per le filiali estere con un cospicuo aumento di stipendio. Beh, pensò, sono stato bravo! Segretamente era quello che avrebbe voluto, era proprio quello che aveva sognato. Venne in seduta subito dopo, era raggiante e

condividemmo la soddisfazione.

La sera, a casa, mentre ancora stava in una dimensione sognante prese in mano il telefono e chiamò sua madre.

«Mamma?»

«Che c'è?! Qual è il problema?!»

«Nessun problema, mamma. Volevo darti una buona notizia! Mi hanno offerto una promozione, un posto di responsabilità nelle filiali estere!»

Silenzio. Attimi di silenzio nei quali Paolo cominciava a sentirsi in qualche modo a disagio.

Poi la madre prese a dire: «Decisamente pesante. Per di più con trasferte all'estero. Pensi di farcela?».

«Beh, io credo di sì...»

Paolo conosceva perfettamente questa

modalità della madre. Era accaduto per anni che lui tornasse a casa con un bel voto e che la risposta fosse qualcosa del genere “hai fatto il tuo dovere” o “cosa hanno preso gli altri?”, oppure “il compito in classe era facile”, e così via. Sua madre era così, con tutti, anche con se stessa e lui lo sapeva bene.

Eppure in quel momento cominciò a provare rabbia, così iniziò a parlare animatamente delle opportunità di quel lavoro finché la madre tagliò corto dicendo: «Beh! se tu pensi che sia una buona opportunità, sono contenta per te».

«Grazie, mamma».

Mettendo giù il telefono, Paolo si disse: “Cosa mi aspettavo, sono

trentasei anni che la conosco, poteva fare qualcosa di diverso?”.

La rabbia stava per salire, ma qualcosa bloccò l’affiorare dell’emozione: un pensiero.

“Comunque mia madre mi vuole bene, alla fine è mia madre, mi conosce e vuole il mio bene. Semplicemente non è capace di gioire, tutto qui e ha paura che mi stanchi.”

Se ne andò a dormire e non ci pensò più.

Ma la settimana dopo, lo vidi decisamente cambiato. Intanto la sua psoriasi, ragione per la quale si era rivolto a me, che lo bloccava con le ragazze, aveva avuto una nuova riacutizzazione; poi, parlando della

nuova prospettiva di lavoro, mi parve molto diverso.

Mi disse che si sentiva molto ansioso all'idea di tutta quella responsabilità.

Io non sapevo nulla della telefonata, ma mi parve chiaro che fosse accaduto qualcosa. Oltretutto Paolo mi comunicò che non riusciva più a trovare dentro di sé l'entusiasmo del primo momento; anzi, non appena sentiva salire l'entusiasmo, veniva colto dall'ansia.

Le microespressioni del suo volto mentre parlava mostravano tristezza e la mimica era improntata quasi al senso di colpa.

Chiesi se fosse successo qualcosa e Paolo non si ricordava di nulla in particolare, a parte la telefonata con la

madre. Raccontandomela, vidi alcune microespressioni di rabbia, nonostante Paolo continuasse a esporre dubbi, rimuginazioni... le stesse della madre.

Paolo non aveva compreso che lui, non più sua madre, stava sabotando la sua promozione.

Da piccolo aveva imparato man mano a gestire la delusione per le reazioni della madre, prevenendole e facendosi gli stessi ragionamenti che avrebbe fatto lei, così ora questi ragionamenti erano interiorizzati in lui.

Oltretutto aveva imparato inconsciamente ad allontanare la rabbia e a non sentirla, dicendosi che la madre gli voleva bene e agiva per il suo bene.

I sentimenti di orgoglio provati al

momento della promozione venivano dissolti dai dubbi e, se risalivano, creavano ulteriore ansia che alimentava ulteriori dubbi perché Paolo non aveva imparato a essere a suo agio con l'orgoglio e la soddisfazione.

Paolo aveva sviluppato un intero armamentario di difese per evitare di sentire emozioni con cui non aveva imparato a stare a suo agio, la rabbia e la gioia.

Era a suo agio con la colpa e con la tristezza che non mettevano a repentaglio il rapporto con la madre.

Questa la chiamiamo inversione.

Si basa su difese, che sul piano tecnico sono processi inconsci con i quali gestiamo emozioni conflittuali o

causa di distress o che non abbiamo imparato a sentire.

In ultima analisi, tutte le difese sono strategie per gestire la paura di sentire ciò che non abbiamo avuto la possibilità di imparare a sentire o ciò che è dentro di noi conflittuale o potenzialmente traumatico.

Le difese sono lo strumento alla base della resistenza, la forza che opera nell'inversione psicologica con il nome di Super-Io, o giudice interno.

Nel caso di Paolo il giudice interno faceva resistenza alla possibilità di provare stabilmente orgoglio e gioia per la promozione in modo da evitare il conflitto con la madre, dicendo a Paolo: "Ha ragione lei che ti vuole bene... se

prendi la promozione e poi non ce la fai?”.

Quando Paolo comprese questo meccanismo, oltre ad avere accesso a tutta la rabbia repressa nei confronti della madre prima, e di se stesso che aveva perpetrato il meccanismo poi, capimmo anche perché nonostante il buon andamento della terapia, la psoriasi, come invece mi era accaduto in altri casi, non accennasse a migliorare più di tanto.

Come per la promozione, il meccanismo era lo stesso: se la psoriasi fosse migliorata, e poi Paolo non ce l’avesse fatta nell’approccio con le ragazze?

La psoriasi era protettiva rispetto al

fallimento, esattamente come Paolo si era protetto dalla delusione data dall'atteggiamento della madre dicendosi le stesse cose che diceva lei.

A volte il sintomo può adempiere a una funzione positiva inconscia: essere malati può, in altri termini, comportare un vantaggio.

Quando siamo piccoli, noi siamo estremamente sensibili ai modi in cui i nostri genitori o chi ci accudisce reagiscono alle nostre emozioni e a come le esprimiamo.

Associamo la paura a reazioni negative verso determinate emozioni, e sulla base di questo aggiustiamo il nostro repertorio emotivo, omettendo ed evitando quelle emozioni che abbiamo

capito provocare distress nei nostri genitori che finiscono per provocarlo anche a noi.

Le nostre difese nascono così nei primissimi tempi della nostra vita di relazione, alcune forse anche già nella vita prenatale come eredità biologico-emotiva.

Nei primissimi anni di vita le difese rappresentano il mezzo tramite il quale gestiamo situazioni difficili, cercando sempre di salvaguardare la relazione con i nostri genitori che sono le persone più importanti per la nostra sopravvivenza.

In questo senso la difesa – sebbene finisca per creare un autosabotaggio dentro di noi e magari, anni o decenni

dopo, presentarcene il conto con la comparsa di un sintomo – comporta in quel momento un vantaggio: quello di garantirci la cosa più preziosa, la sopravvivenza.

Ma attenzione: le difese rappresentano la migliore soluzione che possiamo trovare quando siamo piccoli. Una volta adulti, esse potrebbero rivelarsi decisamente controproducenti e dannose.

Il clima emotivo è cambiato ma noi non ce ne accorgiamo e continuiamo a vivere con lo stesso inconscio copione.

Stiamo ancora rispondendo ai nostri sentimenti come se essi fossero qualcosa che dobbiamo temere, ma non è così.

Stiamo ancora cercando di proteggere

gli altri dalle nostre emozioni e noi stessi dalla reazione degli altri, però questo non serve più.

La nostra naturale capacità di sentire è compromessa da modi vecchi di gestirla e così la nostra crescita emotiva e il nostro flusso energetico ne risultano bloccati.

È necessario precisare che le difese non sono di per sé negative: sono naturali, utili, universali, ma dipende da quali difese usiamo, da quanto sono rigide e in quali contesti le utilizziamo.

Soprattutto dipende dal fatto che il nostro repertorio possa essere plastico a seconda delle situazioni e che non vi sia, ad esempio, un evitamento costante e rigido di una o più emozioni in qualsiasi

situazione.

Maggiore è la rigidità dell'apparato difensivo, maggiore l'alienazione da sé, la corazza corporea, la solitudine.

Nella mia osservazione clinica, ad esempio, nella totalità dei casi di persone che hanno sviluppato una malattia oncologica ho riscontrato la presenza di difese di repressione nel corpo e soprattutto di autoattacco, ovvero quella strategia di difesa per cui, per gestire una emozione conflittuale, ce ne diamo la colpa o ci svalutiamo.

Oltretutto quanto più a lungo le difese hanno agito, tanto più sono state interiorizzate e anche memorizzate negli stessi schemi corporei.

Questo aspetto è molto importante

perché rende ragione della tipica situazione nella quale la persona ha seguito molte terapie, ma senza esito positivo, e non realizza affatto il muro difensivo che la blocca, per via della mancanza stessa di consapevolezza che la difesa induce.

Lo stesso terapeuta, se non è formato per il tempestivo riconoscimento delle difese e non le mette in discussione fin da subito, rischia di finire nel tranello della resistenza e parlare con le difese della persona invece che con la persona che resta celata dietro il muro.

Lo stesso atto terapeutico, la stessa meditazione, la stessa ipnosi e così via possono produrre risultati completamente diversi se applicati in

presenza di difese autosabotanti o inversione o in assenza di esse.

Ricordo Anna, con la quale stavamo utilizzando l'ipnosi, a lei particolarmente congeniale, per affrontare la sua patologia neoplastica con risultati davvero notevoli anche sul piano fisico.

Ma Anna un giorno giunge davvero demoralizzata.

I sintomi sono tornati tutti e lei è abbattuta.

Mi colpisce molto questo repentino cambiamento: indago, ma sembra che non sia accaduto nulla a parte alcune telefonate con una cugina e la sorella, entrambe molto scettiche e negative, per esperienze personali, sul ruolo che

sedute di ipnosi avrebbero potuto avere rispetto ai sintomi fisici.

Mentre me ne parlava, Anna si rendeva via via conto di quanto avessero avuto su di lei un forte impatto. Ma ciò che apparve più chiaro a me era il meccanismo difensivo in atto.

Anna aveva provato grande rabbia verso le due donne che le avevano telefonato, probabilmente per sapere come stava, ma finendo per smontarla, volendole togliere "false illusioni".

Ma non aveva espresso la rabbia. Non l'aveva proprio sentita, anzi si era detta che non contava nulla quello che le avevano detto.

Contemporaneamente però, si era accorta che i suoi sintomi erano

regrediti, ma non proprio del tutto e aveva cominciato a concentrarsi su ciò che non andava piuttosto che su ciò che andava.

Questo era stato un processo inconscio, non consapevole.

Nel giro però di pochi giorni tutto era tornato come prima e lei era arrabbiata con se stessa, come se non fosse stata abbastanza brava a guarire "di più".

E questo era il modo in cui il suo giudice interno l'aveva sempre redarguita, doveva essere brava, fare tutto e avere i risultati migliori.

Ciò era alla base dell'inversione energetica, tanto che solo quando fu in grado di lasciare andare questa difesa, ebbe una vera e propria rinascita

interiore.

Il primo passo allora è iniziare a diventare consapevoli delle difese che attuiamo e di come esse siano all'essenza strategie, in realtà, sabotanti, per evitare la paura.

Ma non si può affrontare nulla se si è impegnati a evitare la paura di sentirla.

Per cominciare a stare con la paura e imparare a farne l'esperienza, il che la ridurrà man mano, una buona modalità di aiuto personale è la mindfulness.

Stare presenti a se stessi: dirsi "ok, mi sto sentendo frustrato, imbarazzato, mi vergogno", e così via... "ne prendo atto", e aspettare. Intanto cominciare a ricordare che la tentazione di rimuginare, o cercare un perché o

evitare di sentire, viene da lontano, quando da piccoli cercavamo di gestire tutto questo in base alle reazioni dei nostri genitori e facevamo il meglio che potevamo.

Prendersi una pausa dal commento e dal giudizio, pensare "ho fatto il meglio che potevo fare" ci può aiutare.

Benedetta si rivolge a me perché da quando è adolescente passa da una crisi anoressica a un'altra, ha frequenti infezioni genitali e non riesce a vivere una vita piena e soddisfacente.

Ha subito abusi pesanti da piccola, assistendo anche agli abusi sulla sorella.

Ha fatto decenni di psicoterapia e anche EMDR, ma senza risultato.

Benedetta è vittima di una potente

inversione.

Dopo le prime sedute con il modello graduato di ISTDP, capiamo quanto la resistenza sia attiva, e al tempo stesso una difesa dissociativa che ci impedisce di premere troppo sul sistema emotivo.

Benedetta è stanca di tante terapie e comprendo che non potrebbe reggere un iter comunque piuttosto lungo come quello del format graduato, percorso però obbligato perché, al tentativo di aumentare la pressione emotiva, Benedetta va incontro a malesseri che inficiano la vita quotidiana.

Allora decido di integrare il lavoro con PSYCH-K, bilanciando insieme a lei una credenza che apra la strada a una nuova rete neurale.

L'affermazione è: "So chi sono quando sono me stessa", scelta con il test kinesiologico.

Ma il bilanciamento apre la strada a una crisi di malessere che Benedetta subito mi riferisce e affrontiamo come una punizione che il giudice interno sta attuando su di lei, come se non potesse permettersi di essere se stessa davvero, anche se è questa la frase che lei ha scelto e il sistema superconscio approvato.

Ciò che emerge chiaramente è che se Benedetta sapesse chi è quando è se stessa, dovrebbe accettare che le cose siano andate come sono andate e lei non può farlo perché, nonostante fosse solo una bambina, da anni si domanda, ma

quasi non riesce ad ammetterlo a se stessa, perché il senso di essere colpevole è troppo soverchiante, perché non ha reagito, perché non ha detto di no.

Sa con la mente che non poteva, ma il giudice dice: “Non è vero, potevi farlo e non l’hai fatto. Sgualdrina!”.

Affrontare questa inversione è l’unica via per ottenere una trasformazione... seguitemi nei prossimi paragrafi e vedrete come.

I TRIANGOLI DELLA CONSAPEVOLEZZA

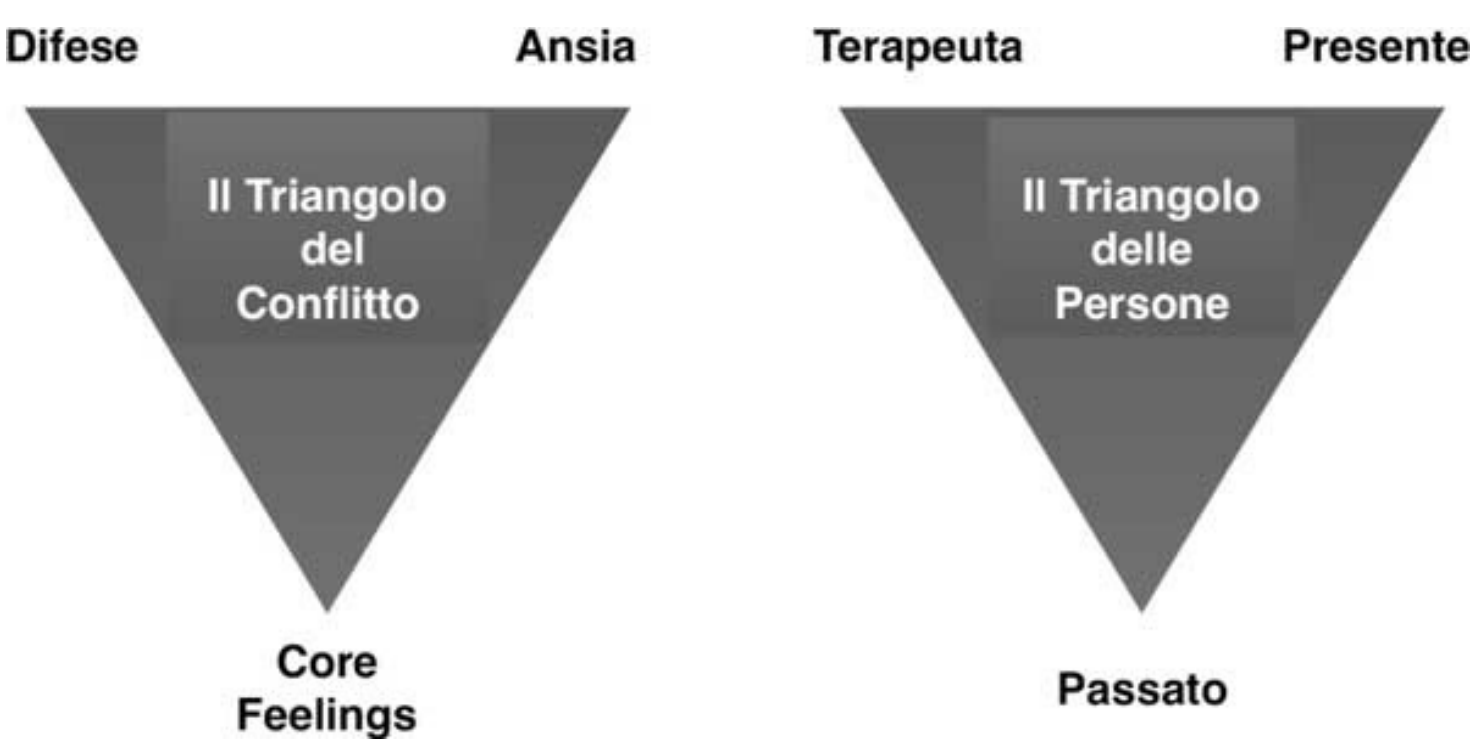
Intorno agli anni ’50 del secolo scorso, uno psicoanalista della Tavistock Clinic di Londra, Henry Ezriel, diede una forma grafica alla relazione tra difese, emozioni nascoste e ansia, riprendendo il triangolo del conflitto freudiano, già utilizzato dallo psicoanalista David Malan, in collegamento con il triangolo delle persone.

Questi triangoli sono un’ottima sintesi grafica dell’intero processo e guidano il terapeuta nello svolgimento della seduta, ma ho scoperto anche che per molti dei miei pazienti, a cui li ho mostrati in seduta, apprenderli è servito per comprendere meglio ciò che stava accadendo loro, riconoscere i meccanismi difensivi e accedere alle

emozioni nascoste.

Come vedete nella figura, ogni vertice del triangolo del conflitto rappresenta una delle componenti della vostra esperienza emotiva. Al vertice inferiore ci sono le emozioni e i sentimenti inconsci (che chiamiamo *core feelings*) e ha un preciso senso che siano posti in quel vertice: essi sono fondamentali e vengono dal basso verso l'alto, dal profondo dell'inconscio e del corpo verso la mente.

Alla superficie, nei due vertici superiori, ansia e difese che, per l'appunto, sono ciò che vediamo agire in superficie nella nostra vita e alla frontiera tra noi e il mondo.



Il triangolo del conflitto e delle persone

Nel triangolo delle persone al vertice inferiore il passato, i copioni, che manovrano in modo automatico le nostre relazioni fintanto che non penetriamo con un salto di coscienza questi programmi e li lasciamo andare dopo averli riconosciuti.

Ai vertici superiori le relazioni del presente e la relazione con il terapeuta.

Sarà proprio la relazione con il terapeuta a muovere l'ansia e le difese attivando la reazione dei copioni del passato e permettendone così la riparazione.

Vediamo allora cosa accade al triangolo del conflitto e delle persone, passo dopo passo.

Qualcosa accade nella vita reale, cioè nelle relazioni del presente, che produce una risposta emotiva e questo potrebbe far emergere un *core feeling*, ma, se è presente un conflitto nell'inconscio riguardo a questo, evidentemente legato a memorie del passato, il sistema limbico e i network sottocorticali entrano in allarme e cominciamo a sentirci ansiosi.

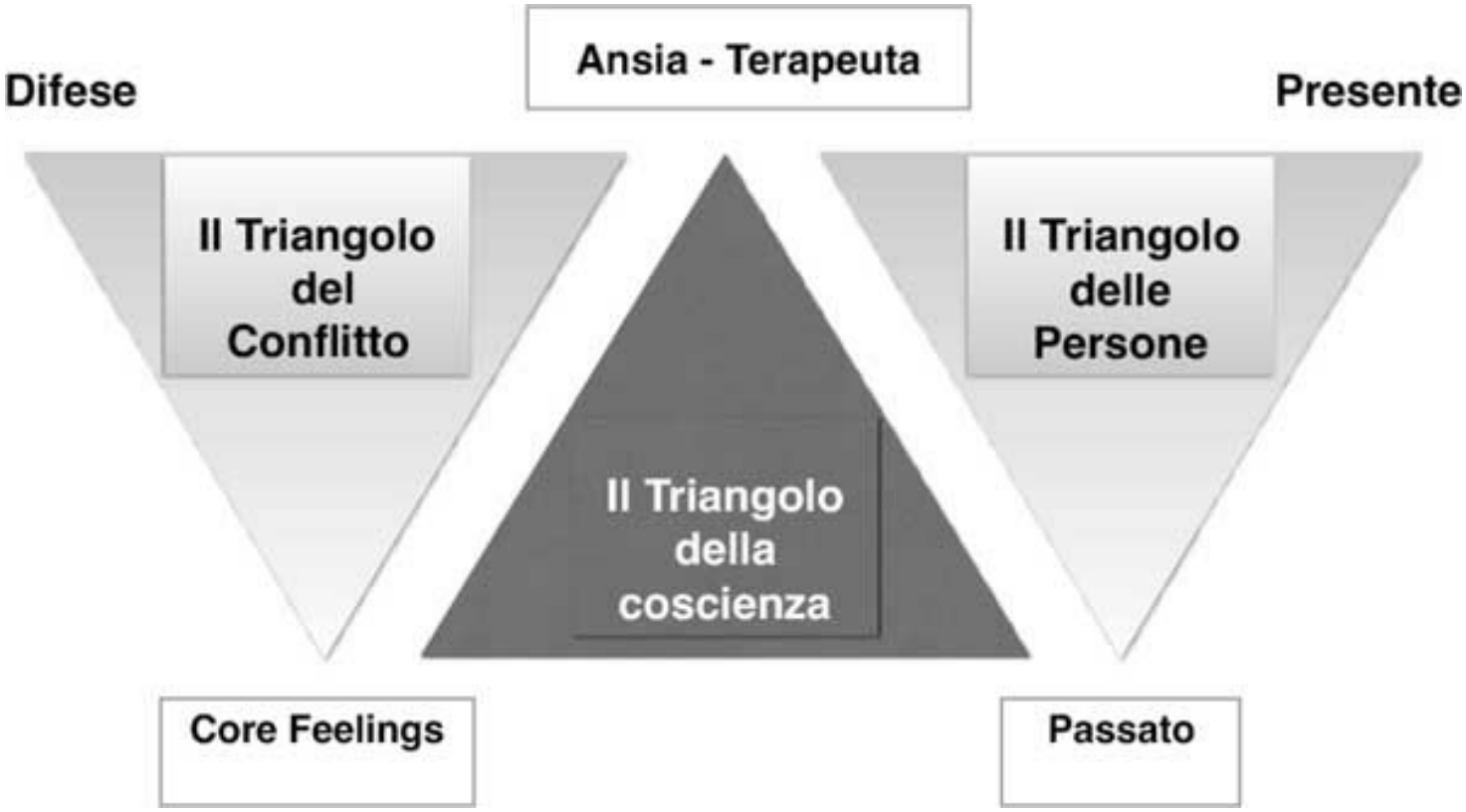
A questo punto entrano in gioco le difese che montano un contrattacco, reprimono i *core feelings* in modo che ansia e paura si dissolvano, e tutto venga riportato all'equilibrio, che è sì disfunzionale, perché non permette l'emersione e la riparazione dei sentimenti profondi, ma almeno è stabile.

Almeno fino alla prossima stimolazione.

Comprendete bene come questo meccanismo possa essere alla base di un'inversione psicologica ed energetica stabile, che ben si traduce nella coazione a ripetere di freudiana memoria.

Il terapeuta si inserisce in questo

processo, richiamando la consapevolezza là dove vi è un processo del tutto inconscio, per cui i triangoli giungono a creare un terzo triangolo che ho chiamato della coscienza, frutto del collegamento tra i due.



Il triangolo della coscienza

In questo triangolo al vertice

superiore troviamo la dinamica ansia/terapeuta: la relazione con il terapeuta genera ansia in quanto il terapeuta non permette alle difese di agire come abitualmente agiscono e questo se da una parte fa salire la paura e il distress emotivo, dall'altra rappresenta la speranza del nuovo che si sostituisce al copione antico e sempre uguale.

Rappresenta la possibilità del salto quantico.

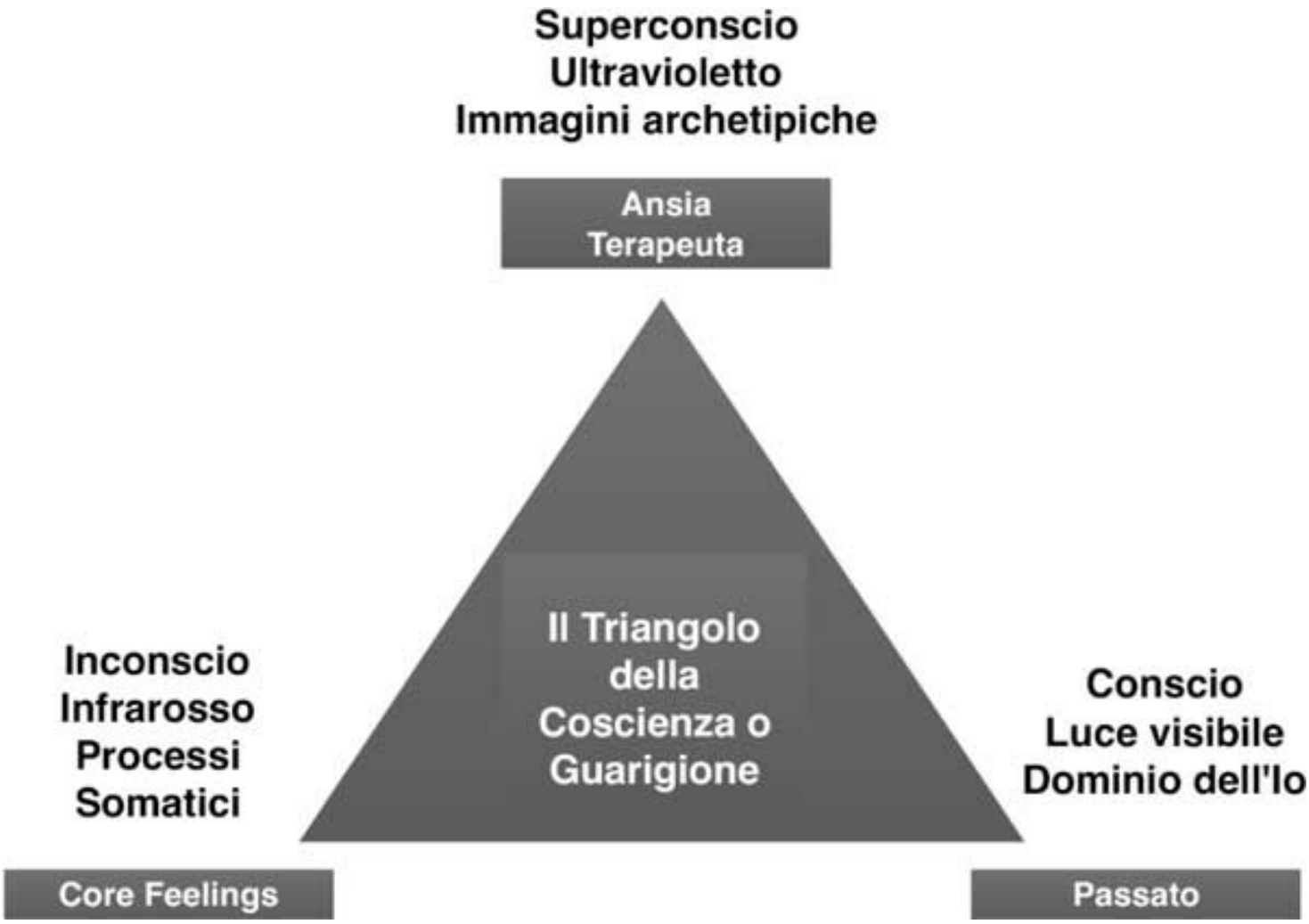
Ai vertici inferiori troviamo il passato da una parte e i *core feelings* dall'altra.

In questo caso il triangolo è invertito rispetto ai precedenti, con il vertice verso l'alto.

Questo sul piano simbolico ha un grande significato: nel processo inizialmente tendiamo al passato, verso i copioni incarnati nelle memorie cerebrali e corporee, ma, a mano a mano che i *core feelings* emergono alla coscienza, essi liberano dalle ferite e dai traumi e dalla dipendenza dal passato, in un movimento di coscienza che è fuori dal tempo, nel senzatempo, svincolato dal passato, liberato, trasmutato e pronto ad andare verso ciò che è leggero, verso l'informazione, verso il mondo del possibile, degli infiniti potenziali e varianti del campo quantico.

In quest'ottica il triangolo che ho chiamato "della coscienza" è il triangolo

del salto quantico ed è sovrapponibile al triangolo della guarigione di cui abbiamo già parlato:



Il triangolo della coscienza o guarigione

Al vertice del passato si affianca il conscio, nel senso che la parte conscia

di noi è quella che cerca i perché nella nostra storia, crede che ciò che proviamo debba trovare una causa in ciò che abbiamo vissuto, applica una logica di tempo lineare e di causa-effetto: "Stai così perché nel passato ti è successo questo e quest'altro".

All'altro vertice, dove troviamo i *core feelings*, si affianca l'inconscio, perché affrontando l'ansia e le difese comprendiamo e percepiamo come il nostro malessere, la nostra inversione energetica, non derivi da ciò che abbiamo vissuto, ma da emozioni che noi non abbiamo potuto rilasciare e vivono ancora in noi, rendendo presente ciò che è passato. Non ci interessa neppure sapere perché, o cosa sia

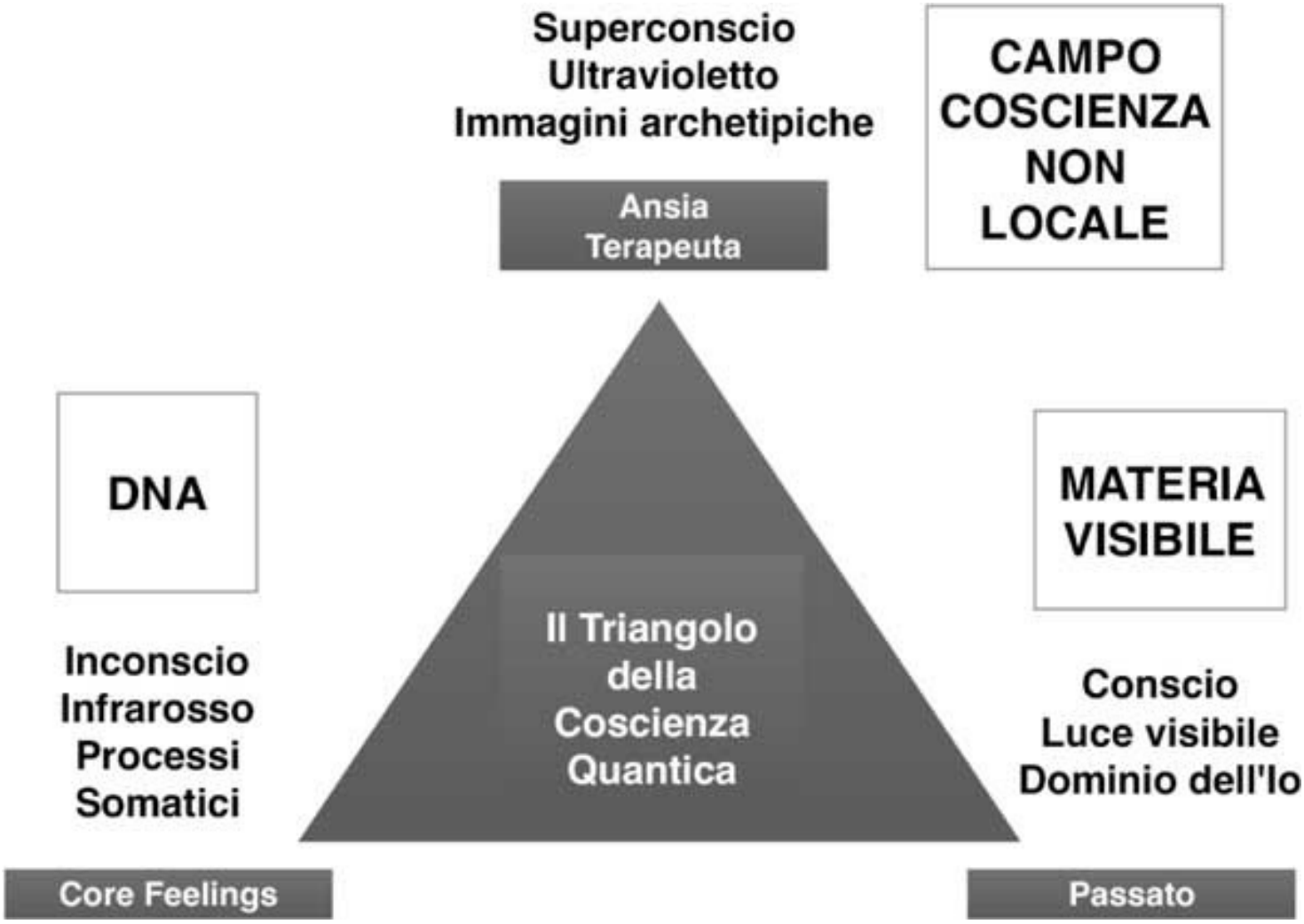
effettivamente accaduto; oltretutto alcune memorie potrebbero essere persino prenatali e dunque mai raccontabili, ci interessa solo il qui e ora di ciò che sentiamo, l'esperienza percettiva che stiamo vivendo.

Questa è una rivoluzione del paradigma psicoterapico e psicoanalitico classico: non è la comprensione del perché che produce la guarigione, non è l'interpretazione del passato, non è il racconto della storia... no, nulla di tutto questo, solo il sentire qui e ora.

Ciò sprigiona energia, quella che serve al salto quantico.

A questo punto grazie a tale energia siamo proiettati nel senzatempo del sé, o

superconscio o anima: qui il tempo non esiste, qui le emozioni sono rilasciate e lasciano il posto ai sentimenti, come vedremo nel prossimo capitolo. Allora il triangolo della coscienza, che è il triangolo della guarigione, può essere riassunto in questo modo. E sul piano quantico arrivare a questa configurazione:



Il triangolo della coscienza quantica

RICONOSCERE LE DIFESE

Forse adesso avrete la curiosità di sperimentare questo viaggio di coscienza...

Allora potete cominciare ad apprendere qualcosa di più sulle vostre difese.

Imparare a stoppare poi una reazione difensiva dentro di voi potrà essere davvero una bella sfida, per varie ragioni, non ultimo il fatto che ci possono essere tante difese quante sono le persone sulla terra, nel senso che ogni pensiero, comportamento, reazione può essere utilizzato come difesa; persino alcune emozioni possono essere usate per coprirne altre, come accade ad esempio con la tristezza che molte donne, soprattutto, hanno imparato a

utilizzare per coprire la rabbia, in quanto socialmente più accettabile.

Tuttavia è possibile tracciare una sorta di classificazione euristica delle difese, utile soprattutto al lavoro di autoriconoscimento.

Peraltro le classificazioni accademiche delle difese sono molteplici e complesse, ma ciò che qui mi interessa è fornire al lettore una mappa utile per l'auto-osservazione.

DIFESE TRA ME E TE

- Distogliere lo sguardo quando un’emozione sta cominciando ad affiorare
- Sorridere o ridere quando effettivamente si sta provando un’emozione diversa, di rabbia o tristezza
- Cambiare il soggetto di un’affermazione, usando ad esempio l’im
- personale
- Ritrattare quello che si sta dicendo
- Minimizzare
- Parlare in fretta o dare sulla voce in modo che l’altro non possa introdursi nel flusso del discorso
- Mettere un muro, stare in silenzio
- Essere evitanti

- Generalizzare o essere vaghi nelle risposte
- Svalutare i sentimenti propri e degli altri o mostrarsi cinici e indifferenti
- Diventare tesi nel corpo
- Avere sintomi in determinate aree somatiche
- Diventare confusi, dissociati, confusi, stanchi

DIFESE TRA ME E ME

Sono modalità che abbiamo appreso

per gestire le nostre emozioni e tenerci lontani da esse.

Sono di lunga durata, croniche e pervasive.

Ce ne rendiamo conto con più difficoltà rispetto alle difese che mettiamo in atto con gli altri, perché, attuandole, smettiamo di sentire sia l'ansia che l'emozione che si muove sotto di essa.

Eccone un elenco:

- Rimuginare sulle cose, la cosiddetta "analisi-paralisi": troppa analisi che blocca l'azione
- Tenere sempre il controllo
- Evitare tutte le situazioni che possono causare emozioni

- Minimizzare l'intensità di un'emozione
- Intellettualizzare, razionalizzare, mantenere un distacco
- Diventare passivi-aggressivi
- Scusarsi e giustificare
- Diventare distratti
- Tenersi sempre occupati e fare costantemente per non sentire
- Vergognarsi o attaccarsi e rimproverarsi
- Avere pensieri ipocondriaci
- Ignorare o negare l'esistenza di un problema
- Avere condotte di dipendenza di qualsiasi tipo
- Essere troppo impulsivi e fare acting out, cioè agiti di discontrollo emotivo

- Utilizzare alcune emozioni con le quali siamo più a nostro agio per coprirne altre (ad esempio, essere arrabbiati ma sentirci tristi)

A questo punto non è molto importante che vi ricordiate tutta questa classificazione.

Piuttosto è importante che questa classificazione serva per attivare la vostra capacità di auto-osservazione che in tutte le tradizioni di saggezza, di spiritualità e persino di esoterismo è la prima strada verso il salto di coscienza.

Attivate i vostri sensi, cominciate a percepire... chiedetevi:

“Cosa sta accadendo dentro di me? Cosa noto? Di cosa sono consapevole? Cosa accade nel mio corpo? Che

sensazioni sto sperimentando? Sto evitando qualcosa? Intuisco il senso di ciò che sto evitando? Potrei avere paura di vedere o sentire qualcosa di me? C'è qualcosa dentro di me che mi rende ansioso? Se non mi difendessi, se non evitassi, se non mi permettessi di ritrarmi cosa proverei?".

Se la risposta è "non lo so", va bene comunque.

Come abbiamo già detto sono le domande a cambiare l'assetto delle nostre reti neurali perché aprono uno squarcio nel consueto.

E se riconoscete alcune difese non aspettatevi che mutino subito. Dite a voi stessi: "Ok, mi sto ancora attaccando, sto andando avanti ancora giustificando

gli altri, oppure evitando, oppure rimuginando... va bene così".

Questo apre gli occhi della consapevolezza di fronte alla paura.

La paura è il più grande problema per l'essere umano, lo sanno bene i buddisti.

Quando smettiamo di giocare difensivamente con i nostri sentimenti è normale entrare più in contatto con la paura che avevamo cercato di evitare grazie alle difese.

E la paura, come afferma Anita Moorjani nel suo libro, è alla base più profonda del meccanismo che ci fa ammalare.

Non c'è cosa più potente della paura per farci ammalare.

L'ansia, però, in questa fase, seppur

poco piacevole, è il segnale che siamo più in contatto con noi stessi e con il nostro vero Sé.

Ma come fare a regolare l'ansia?

Dipende dalla nostra amigdala, responsabile delle risposte attaccofuga, che, come ha spiegato il neurofisiologo Joseph LeDoux, sono in grado di cortocircuitare il resto del nostro cervello.

L'amigdala, il cui potenziale di risposta istintiva e rapida al di là del pensiero razionale ha un inestimabile valore per la sopravvivenza, deve le sue risposte alle lezioni apprese nel passato, personale e collettivo, e le traduce nel corpo.

Sulla base delle più precoci

esperienze negative, la nostra amigdala è pronta a reagire con la paura o l'attacco anche dove non è più necessario.

Ma la buona notizia è che può essere riprogrammata.

Facile a dirsi, molto meno a farsi, starete pensando. È vero ed è il maggior prezzo delle difese: esse ci hanno deprivato della possibilità di vivere esperienze costruttive con i nostri sentimenti che possano dissolvere le memorie di paura.

Ma aprirsi alle emozioni è un processo, un processo coscienziale per il quale la quota di energia che si muove con la paura è esattamente quella che può servire per il salto quantico di cui

abbiamo parlato, tanto che lo stesso Amit Goswami afferma che, senza dubbio, le emozioni possono essere considerate un potente mezzo per l'accadimento del salto quantico.

Allora andiamo scoprendo come esistano modi per calmare il sistema nervoso a mano a mano che avviene l'apertura ai sentimenti e alle emozioni, il che muove un flusso di energia che catalizza, in forma alchemica, il salto quantico coscienziale.

Si tratta di quanto ho elaborato negli ultimi tempi del mio lavoro clinico e di ricerca.

Ho compreso, infatti, che, una volta riconosciute le difese, nei casi di inversione energetica che è di fatto di

frequente, se non sempre presente, quando abbiamo una malattia che affligge il corpo fisico stabilmente e o gravemente, abbiamo a disposizione un potenziale energetico molto alto.

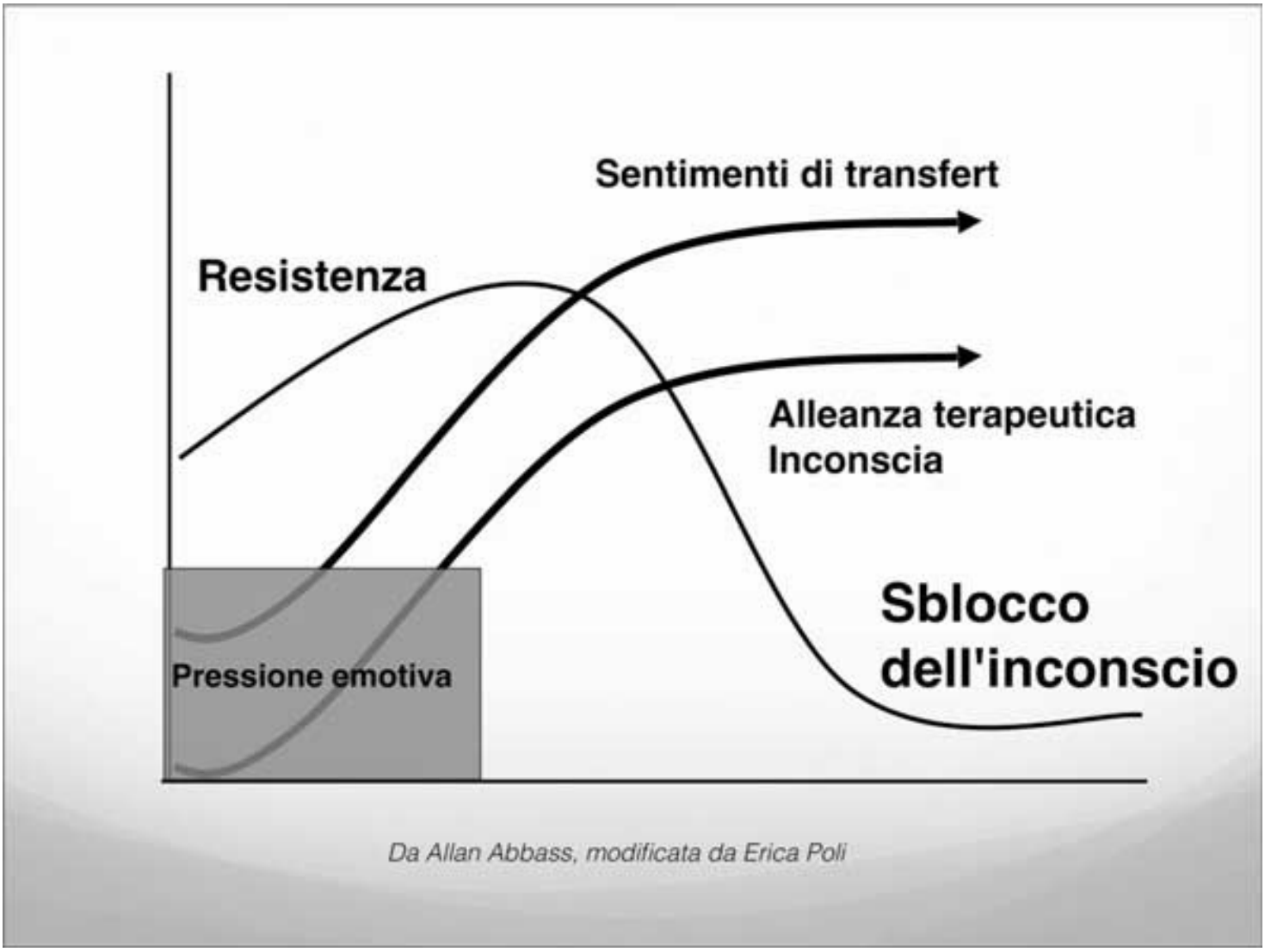
Quanto maggiore sarà la mobilizzazione emotiva ed energetica tanto maggiore la probabilità di un salto quantico e coscienziale.

Come farlo accadere? Il resto del capitolo è dedicato a spiegarvi esattamente questo.

Il primo strumento irrinunciabile è la mobilizzazione delle emozioni tramite l'approccio della ISTDP, Intensive Short Term Dynamic Psychotherapy.

Questa tecnica, di cui ho a lungo parlato in *Anatomia della guarigione*,

permette di esercitare una pressione proprio sul sistema difensivo e di affrontare la resistenza in un gioco di forze che sprigionano un'alta intensità di potenziale, e possono essere rappresentate così:



Le forze in gioco

A mano a mano che la pressione sul sistema emotivo procede, se sono presenti difese, queste cominceranno ad attivarsi e a fare muro, sebbene la persona non voglia consciamente che

accada.

L'identificazione e la chiarificazione delle difese da parte del terapeuta muoverà sempre più la resistenza e le forze del giudice interiore.

Mentre tutto questo accade, mentre i copioni limbici riposti nell'amigdala cominceranno a riattivarsi sempre più, la richiesta del terapeuta alla persona sarà quella di restare presente, come tutte le tradizioni spirituali e filosofiche insegnano, come la mindfulness spiega: restando presente alla mobilizzazione delle emozioni dal sistema limbico e da tutti i circuiti sottocorticali, nel cervello avrà luogo un'integrazione con la corteccia prefrontale mentre nel corpo verrà favorita l'attivazione del nervo

vago e del sistema parasimpatico, effettori della risposta di rilassamento inversa a quella di attacco o fuga e paura.

Possiamo immaginare che sul piano quantico l'esperienza emotiva intensa e al contempo riparatrice che ne scaturirà possa originare, a livello cerebrale e di cervello del cuore, un unico dominio ad alta coerenza quantistica in grado di unificare e allineare le frequenze vibrazionali di tutte le cellule su un piano energetico diverso dal precedente, e quanto più potente sarà questo salto dipenderà da quanta emozione potrà essere mobilizzata e quindi da quanto il muro difensivo potrà cadere del tutto e rapidamente.

Mentre la persona rimane mindful e partecipa attivamente all'intero processo, assistiamo a diverse risposte del suo apparato difensivo, che possono viaggiare in due sensi.

Le difese possono rinforzarsi, cristallizzarsi nella relazione con il terapeuta – quello che la psicoanalisi chiama transfert – fino a proiettare sul terapeuta stesso le emozioni collegate ai copioni del passato: questo rende necessario un vero e proprio *challenge*, una sfida alla resistenza, che il terapeuta farà fino alla *head on collision*, come vengono definiti nella tecnica ISTDP, fino allo scontro frontale con la resistenza.

Questo riecheggia in forma moderna,

in fondo, il viaggio dello sciamano che raggiunge il demone o la forza che impedisce la guarigione e la affronta: in tal caso ciò che accade è che la persona, pur soffrendo per come è stata trattata, ha imparato a fare lo stesso con se stessa e inconsciamente cercherà proprio di riprodurre il medesimo identico meccanismo con il terapeuta, il che, se non riconosciuto e opportunamente affrontato dallo stesso, produrrà il fallimento della terapia, che rinforzerà la resistenza e alimenterà l'inversione psicologica ed energetica.

In queste persone è presente un Io spesso molto forte e un Super-Io ancora più forte, che si erge come un giudice interno con il quale sono del tutto

identificati: queste istanze psichiche si sono formate e sono state strutturate in realtà per far fronte a esperienze di grande sofferenza, tradimento della fiducia, umiliazione, svalutazione.

In questi casi la forza interiore è grande, tanto da aver prodotto un armamentario così potente di difese e strategie di resistenza.

In questi casi parliamo di persone ad alta resistenza, che potremmo definire quindi ad alta inversione energetica e psicologica.

L'altro senso nel quale possono viaggiare le difese, se sono molto regressive e immature, cioè legate a schemi occorsi molto precocemente e in presenza di traumi antichi e profondi in

tenera età, è opposto a quello descritto prima: si tratta delle risposte dissociative, nelle quali la persona non riesce a restare presente nella stanza con il terapeuta, fugge con la consapevolezza, si estrania, si sente ovattata o annebbiata, oppure si presentano sintomi di tipo dispercettivo, alterazioni della visione, paralisi improvvise di un arto, formicolii, fino a sonnolenza, senso di mancamento, perdita letterale di energia nel corpo o in una parte di esso (quello che chiamiamo *flatting*): in questo caso le difese viaggiano sulla linea dell'alterazione cognitivo-percettiva e della repressione e conversione nel corpo.

Queste persone non hanno potuto strutturare un Io forte, e possono presentare un Super-Io tirannico e persecutorio che temono profondamente.

La paura è la loro cifra.

Definiamo questo genere di soggetti in due categorie: ad alta resistenza con repressione o fragili, e in questi casi l'inversione è soprattutto espressa da uno spegnimento del sistema, come quando in un circuito elettrico un filo si guasta e fa spegnere il tutto.

È in questi casi che alla ISTDP che sempre applico in primis, il mio viaggio di scoperta terapeutica grazie alle persone stesse che avevo di fronte, mi ha condotta sempre più alle vie del corpo: la defusione emotiva, cioè

l'alleggerimento del distress emotivo, il troppo carico che il sistema non sopporta, ha bisogno del corpo.

Per la verità oggi lavoro con il corpo anche con le persone ad alta resistenza, ma nelle fasi terminali del percorso, dopo che l'inversione è stata corretta con l'head on collision per favorire il processo di perdono di cui parleremo nel prossimo capitolo.

Le vie del corpo sono tante e di tanti tipi, dalla più semplice eppure profonda, il respiro, fino alle tecniche più articolate come EFT, Somatic Experience, la stessa Embodying creata da me, e così via.

In alcuni casi consiglio alla persona stessa di seguire una delle tecniche

antiche e potenti che agiscono sul riequilibrio del sistema energetico stesso: yoga, tai chi, qi gong, pranayama.

Queste tecniche insegnano alla persona direttamente come l'energia fluisce, insegnano a sentirla, a riconoscerla, affinano le percezioni soggettive e sottili del corpo come entità energetica.

In altri casi, soprattutto se è il lavoro espressivo che si rende necessario, attivo un'integrazione delle sedute con sessioni di artedanzaterapia.

In altri casi ancora la figura coinvolta è quella dell'osteopata, del rolfer o dell'esperto delle tecniche a mediazione corporea in genere.

Negli anni ho dato vita a una équipe

che lavora in modo integrato non solo nel mio studio ma anche in centri dove è possibile praticare queste tecniche con i nostri referenti che sono formati all'approccio integrato e pronti a svolgere un lavoro sinergico.

La parola magica è "regolazione e integrazione": regolare il vissuto traumatico, la resistenza legata al programma inconscio inscritto nel corpo e integrarlo man mano in una struttura sempre più evoluta.

LE VIE DEL CORPO SONO INFINITE

Con la mia équipe, nel centro di terapia di Milano, stiamo sempre più integrando, al percorso della terapia verbale, tecniche a mediazione corporea. Io stessa ho creato la tecnica Embodying che utilizzo spesso in integrazione con la ISTDP e lavora direttamente sul sintomo somatico, attraverso un ascolto del corpo totale, nel quale la coscienza si somatizza, si fa corpo, da cui il nome embodying. Si viene condotti in un altro stato di coscienza, che è profonda presenza al corpo, profonda percezione del dato corporeo e accadono così i prodigi del corpo senziente: messaggi, intuizioni di coscienza lucida del Sé che si profilano alla coscienza dell'Io.

Ho compreso che serve un costante ritmo di associazione al vissuto e dissociazione dal vissuto per costruire nuova capacità.

Una sorta di danza nella quale entriamo in contatto con il vissuto doloroso, terrorizzante o disgustoso, e ce ne distacchiamo con la capacità di osservarlo.

Questa danza sul piano neurofisiologico connette il sistema limbico, incendiato dal trauma, con il sistema corticale soprattutto prefrontale che può dargli un senso.

Corpo e mente si connettono e danzano assieme.

Ciò che accade, infatti, nell'evento traumatico, sia esso un trauma con la T

maiuscola o l'insieme di ferite dell'attaccamento, non è meramente psicologico, ma una complessa reazione fisica, neurologica e psichica. La risoluzione del trauma risiede nel completare e scaricare i processi fisiologici piuttosto che nel ricordare o ripercorrere l'evento.

Le reazioni che avvengono nell'evento traumatico sono essenzialmente istintive, sono controllate dal tronco cerebrale e non possono essere influenzate con l'intelletto o la volontà. Questo spiega come mai gli approcci cognitivi e il lavoro con le emozioni possano migliorare alcuni sintomi ma in alcuni casi non possano essere d'aiuto a

dissolverli.

Soprattutto dove il trauma accade prima dei due anni di età, la memoria della paura come primaria emozione e del dolore sotteso a tutte le risposte emotive di paura, rabbia e così via è sepolto nel corpo.

Le risposte biologiche di base, con cui noi esseri umani reagiamo a una minaccia, percepita o reale, ci orientano verso la minaccia e mobilizzano poi tutte le nostre energie per la lotta o la fuga.

Quando abbiamo successo, il nostro corpo trova le sue vie per ritornare allo stato di equilibrio. Se l'evento ci lascia invece con un senso di essere stati sopraffatti, di sfiducia e di incapacità a

difenderci, allora l'energia di sopravvivenza mobilizzata per la lotta o la fuga non ha letteralmente un luogo in cui dirigersi per scaricarsi e finisce così convertita in sintomi.

Il trauma non risiede nell'evento, ma nella fisiologia del corpo, come ha ben colto Peter Levine.

In questi casi non vogliamo promuovere catarsi, ma aiutare la persona a passare dalla frammentazione all'integrazione, facendo la spola fra piccoli pezzi di materiale traumatico e le risorse di supporto, percependone gli effetti nel corpo fino a riconquistare la continuità del Sé.

Così talvolta invio le persone anche da un professionista osteopata.

Riccardo, ad esempio, soffre da anni di una grave ludopatia.

Ha perso molto, tanto che deve essere amministrato perché una parte del suo stipendio serve per sanare i debiti.

Anche la sua prostata ne risente, con una flogosi emorragica molto provante.

Congiuntamente alle sedute con me, lo invio da Maurizio Costa, maestro di yoga, osteopata, terapista craniosacrale e shiatsuka.

Maurizio, prima ancora che io gli dica nulla, mi parla della sua frammentazione energetica, di come sia sradicato.

Ed è così che lui si sente, così che è da anni.

Il lavoro fisico di radicamento,

insieme alle sedute, lo porta ad affrontare un bisogno di adozione profondissimo che lui ha sentito verso tutte le persone della sua vita, e che lo ha condotto sempre alla dipendenza.

Interrotta l'ultima relazione, per decisione non sua naturalmente, ecco la dipendenza dal gioco.

Il bambino solo e in cerca di casa che è in lui emerge sempre di più.

Associamo anche un trattamento di biorisonanza con Aktom.

Dopo poco Riccardo autonomamente interrompe la dipendenza dal gioco.

Sara ha vissuto con un padre schizofrenico, rimasto vedovo di sua madre quando lei era piccola.

Si presenta con un habitus psicotico,

ma la sua mente è in grado di intuizioni stra-ordinarie.

Soltanto, è dissociata dal resto.

È lei a chiedermi di poter fare anche qualcosa per il corpo che appare appesantito e asimmetrico.

Maurizio mi conferma una dissociazione tra la parte alta e bassa del corpo.

Sara è tutta altrove, la testa da una parte, il corpo dall'altra.

Così faceva quando il padre aveva le crisi paranoidee, con la testa andava via, lasciava lì solo il corpo.

Sentirlo di nuovo per lei è importante, sentire i suoi confini attraverso il tocco di un altro è di aiuto alla ricostruzione di un'integrazione.

Lorena è anorgasmica.

Una lunga convivenza con la vecchia madre che la vuole per sé, come aiuto, l'ha resa sola e calata nel personaggio della zitella.

Affrontiamo molte emozioni in seduta, ma è al corso Carisma per donne, che tengo da anni insieme alla danzaterapeuta Federica Varone, che grazie alla musica e alla danza, si permette di provare piacere...

In quest'ultimo anno, nei casi di chiara inversione energetica, sto anche lavorando con sessioni congiunte di terapia verbale e a mediazione corporea, con Ivan Martani, fisioterapista formato in Somatic Experience, e con Daniela Scaglione,

medico, oncologo e diretta allieva di Hubert Godard, certificata in Rolfing: in queste sedute terapeuta e osteopata o rolfer si integrano direttamente dando vita a una terapia che si co-crea con la persona e rappresenta soprattutto un viaggio di integrazione.

Elena è piena di dolori. Fibromialgia, dicono. Oltre a una depressione trattata con molti psicofarmaci, da decenni.

Due tentativi di suicidio in passato completano il quadro, oltre a venti anni su per giù di psicoanalisi.

Elena sa tutto, anche troppo. È solo in una sessione congiunta con me e Ivan che la mente viene infine bypassata. Ivan le suggerisce di assumere la postura di un abbraccio, mentre parla del padre,

visto che lei dice di immaginare questo.

Un padre idealizzato e odiato al contempo... il suo.

Uomo di carisma e libertino, aveva sempre avuto con Elena un rapporto speciale, la considerava quasi una partner sul piano intellettuale.

E lei ne era lusingata e appesantita al contempo.

Ne aveva parlato tanto. Ma in quell'abbraccio c'era tutto assieme in un istante e soprattutto c'era il terribile giudizio sul padre.

Nell'abbraccio il padre era un feto, piccolino e sofferente.

Il vero trauma non era stato il tradimento del padre nei confronti della madre, molto edipico e perfetto per

l'analisi, e neppure la seduttività di lui, anche questa ottima per le interpretazioni.

No. Il vero trauma era la percezione di un padre fragile e debole sotto il carisma della sua fama.

Un mago di Oz, per una Dorothy che fino ad allora aveva ancora cercato di tenerlo con sé e al contempo lo giudicava crudelmente.

Solo l'esperienza corporea poteva rivelare ciò che era al di sotto di tutte le interpretazioni: la terribile, profondissima paura che se Elena si fosse realmente separata dal padre, perdonandolo e lasciandolo andare, lui sarebbe morto.

Oltre alle tecniche a mediazione

corporea anche la stessa biorisonanza e tutte le metodiche di medicina quantistica possono essere impiegate per affrontare l'inversione energetica.

La biorisonanza sembra avere una ricaduta emotiva, come se, mobilizzando l'energia a livello di organi, tessuti e cellule, fosse più semplice liberare le emozioni che vi giacciono sepolte.

Emblematico fu il caso di un paziente con epatite C, trattato in modo integrato anche con la metodica Aktom, il quale ogni volta che terminava il trattamento aveva un accesso a emozioni di rabbia prima inconsce.

Elisabetta è una giovane donna, da anni paralizzata in una situazione di totale blocco della propria vita. Non

esce quasi mai, ha paura della gente, non lavora.

In passato ha abusato di alcool, unica via per darsi coraggio e uscire di quando in quando.

È gravata da una colite cronica per la quale ha fatto tutte le terapie mediche.

Il gastroenterologo stesso me la invia, conoscendo l'applicazione della ISTDP in questi casi.

L'inversione energetica ed emotiva è chiara: Elisabetta è del tutto identificata con lo stare male, è l'unica sua identità, che ha appreso da entrambi i genitori, psicotica l'una, depresso l'altro.

A ogni domanda risponde dicendo: "Sto male".

Anche Elisabetta ha all'attivo decenni

di psicoterapia.

Bisogna mettere in atto un progetto integrato.

Le sedute hanno inizio e parallellamente Diego Ciriello, esperto di biorisonanza, nel mio studio la tratta soprattutto per la sintomatologia fisica.

Ma la sorpresa è che, una sera, la seduta psicoterapica avviene dopo il trattamento con biorisonanza e l'accesso alle emozioni appare decisamente più facile.

Questo ci sta permettendo di affrontare il nocciolo della resistenza che, un po' come per Benedetta, di cui abbiamo parlato prima, sta nella vergogna e nella colpa che entrambe si danno di essere così come sono.

Anche Elisabetta reagisce con la dissociazione e in questi casi dobbiamo procedere più lentamente ma con l'aiuto della biorisonanza, possiamo accelerare il processo.

Infatti dopo quattro sedute a stretto giro con biorisonanza e ISTDP, la consapevolezza di Elisabetta è mutata: lei stessa mi parla del fatto che in lei è attiva una visione distorta.

Mentre me lo dice è alla soglia della dissociazione, ma il sistema emotivo la tollera.

Tanto che il giorno dopo, per la prima volta dopo anni, riesce ad andare a una festa da sola e senza l'aiuto dell'alcool.

Mi scrive una mail e mi dice: "Per la prima volta qualcosa dentro di me è

stato più forte delle mie paure".

E che ne è di Benedetta? Con Benedetta abbiamo integrato la tecnica Embodying con l'ascolto del suo corpo e l'autotocco.

Benedetta si scopre terrorizzata. Tutto il corpo è un fascio di nervi e muscoli paralizzati dalla paura.

Lavorando sulla mandibola sente che lì c'è un urlo bloccato.

Quando diventa consapevole di questo terrore si apre uno spiraglio di *selfcompassion* perché finalmente Benedetta può sperimentare direttamente il livello di paralisi che aveva da bambina e capire con il corpo che non avrebbe potuto fare nulla se non ciò che ha fatto, dissociarsi e aspettare che

passasse.

Le dinamiche del sistema limbico, il "cervello emozionale" di Paul McLean, e tutti i processi cerebrali al di sotto di questo livello subcorticale, che partecipano alla nostra vita esperienziale e comportamentale, mostrano un funzionamento che non è direttamente collegato alle aree della coscienza.

Una "radice organica" che, come mostra ampiamente Gerald Edelman, influenza i processi corporei inconsapevoli che si trovano al di fuori del regno della coscienza. In queste sedute, dove uniamo la mediazione corporea e anche un differente uso del linguaggio, possiamo mobilitare e

trasformare tali processi fisiologici inconsapevoli, che divengono almeno in parte accessibili alla coscienza, con il preciso obiettivo di riconnettere i livelli organici profondi con il territorio della parola e dei significati.

Le basi scientifiche di questa integrazione affondano le loro radici nei lavori di Henri Laborit che dimostrò che un'inibizione prolungata dell'azione, proprio sul piano del movimento anche fisico, conduce alla soppressione dell'adrenalina e a un anormale innalzamento dei corticosteroidi e della noradrenalina (tutti "ormoni dello stress") e, dal punto di vista psicologico e comportamentale, assistiamo all'instaurarsi di un quadro clinico dove

ansia e depressione rappresentano le derive psichiche del soggetto.

La ricerca di Ernst Gellhorn ha dimostrato che le componenti simpatiche e parasimpatiche del sistema nervoso autonomo (SNA) devono lavorare in alternanza al fine di mantenere in salute l'organismo. Quando condizioni di stimolo creano disturbo nel SNA in modo tale che quest'alternanza si perda e venga sostituita dalla scarica "simultanea" di entrambi i sistemi, si osserva mancanza di coordinazione a livello psicologico e disagio emozionale.

Nell'emozione si riflette lo squilibrio funzionale descritto da Gellhorn, dato che la persona non riesce più a

riconoscere, esprimere e soprattutto regolare i propri stati emotivi, con la conseguente sensazione di agitazione, angoscia, congelamento, dolore somatico, ecc.

L'emozione è infatti il sistema risultante dall'interdipendenza degli elementi che lo costituiscono, ovvero pensieri, azioni e sensazioni: ogni disturbo emotivo, quindi, è segno di disconnessione tra questi tre livelli.

Le sensazioni corporee, le emozioni, le funzioni cognitive, le funzioni percettive, l'immaginazione visiva, le espressioni non verbali, e così via, sono tutti sistemi funzionali che devono svilupparsi, ognuno a proprio modo, e poter essere integrati.

Nei casi di inversione energetica con spegnimento del sistema quello che stiamo comprendendo è che siamo di fronte a una mancanza di regolazione dei sottosistemi che dovranno essere portati a un'interazione funzionale.

Possiamo immaginare che il percorso sia come la ricucitura di strappi e lacerazioni nella quale la mobilizzazione corporea va di pari passo con la comprensione e il sentire all'interno di una relazione terapeutica sicura.

Il campo, l'atmosfera relazionale diviene in questi casi un elemento centrale, in vero senso quantistico.

Ma la fisica dei quanti ci riserva ancora delle sorprese circa le ragioni

più profonde per cui l'accesso e la mediazione corporea può trasformare anche in fretta un trauma di anni.

Una di queste sorprese è che il corpo è un conduttore piezoelettrico.

IL CORPO PIEZOELETTRICO

Il dottor James Oschman ha studiato a lungo alcuni dei meccanismi con cui l'energia provoca la guarigione, comprendendo come il tessuto connettivo del corpo sia un gigantesco

semiconduttore a cristalli liquidi, come ben spiegato nel testo *Energy Medicine in Therapeutics and Human Performance*.

Il trauma emotivo, per quanto profondo, radicato e duraturo, può essere alleviato rapidamente anche in pochi minuti se si usa il corpo in modo corretto.

In fondo, quella che oggi chiamiamo psicologia energetica non è altro se non una nuova applicazione dei principi del qigong, del tai chi e così via...

"Vedo mio padre esalare l'ultimo respiro, mi guarda e sento che vorrebbe parlare ma non ce la fa, il respiro di mia madre è un singulto di dolore che mi trapana le orecchie anche se è

bassissimo, ho la nausea, vorrei piangere ma non posso, mia madre ha bisogno di sostegno, mio padre se ne è andato, mio Dio!, è insostenibile questo dolore...”

Queste le parole che il volto di Paola rivolge in una smorfia di dolore al mio volto proteso e commosso verso di lei mentre Ivan la tratta.

Per anni e anni tutti i terapisti del tocco hanno conservato il risveglio spontaneo del ricordo mentre il corpo viene toccato, manipolato e massaggiato, come un dono prezioso e clandestino, collaterale e segreto del loro lavoro.

Sanno che un massaggio fa riemergere un abuso, il tocco un lutto, la postura un’antica paura che quasi è indicibile.

I ricordi abitano nei tessuti.

Stanislav Grof sapeva bene che quella che lui chiamava "emergenza spirituale", per definire la psicosi, era sempre accompagnata da un vissuto corporeo.

Un mio paziente descriveva così la sua esperienza del primo scompenso schizofrenico: "Un dolore così grande, dottoressa, tutto il corpo che ti brucia, un dolore proprio dappertutto che ti toglie il respiro". Mi colpì il fatto che si trattasse di una descrizione fisica, totalmente calata nel corpo, che, poi, il paziente non sentiva più, complice anche la terapia antipsicotica, peraltro necessaria in quel momento.

Il tai chi con un maestro e la

mindfulness con me diedero risultati davvero inaspettati con una riattivazione della volontà, della voglia di fare che non ci aspettavamo.

Harvey Jackins ritiene che un autentico cambiamento psicologico sia sempre accompagnato da brividi, tremore, tic, gemiti, lacrime, sudorazione o qualche altro segno fisico di liberazione dal corpo di emozioni.

E questo, applicando una delle metodologie che più amo, la ISTDP, lo riscontriamo sempre, come riscontriamo con l'EFT l'arrivo del sospiro o la sudorazione come segnali dell'integrazione corretta dell'informazione e della liberazione emotiva.

Una meta-analisi del 2004 (Moyer et al.) che comparava trentasette studi sul massaggio terapeutico (in *Psychological Bulletin*) concludeva per un'efficacia sovrapponibile a quella della psicoterapia.

Alla luce di questo con la mia équipe stiamo sempre più integrando psicoterapia con tecniche corporee.

Così otteniamo catarsi e consapevolezza insieme, utilizzando in tandem il lavoro psicologico con la manipolazione fisica otteniamo il massimo dell'efficacia.

Del resto, il corpo è la mente inconscia, diceva Candace Pert e addirittura esiste un legame tra zone del corpo coinvolte e differenti stati emotivi

o traumatici.

Nelle rughe d'espressione abitano ricordi, talvolta dolorosi e trattando le rughe, con opportune tecniche di estetica energetica con biorisonanza di cui oggi disponiamo, come l'apparecchio Mystone ad esempio, i ricordi riemergono e possono essere elaborati: questa sarà la medicina estetica del futuro, una medicina estetica con l'anima.

I chirurghi plastici lo sanno, e ci sono studi che addirittura correlano la riduzione della depressione con l'utilizzo del botox.

Oggi però disponiamo di tecniche, quali quelle di cui parlavo prima, che, invece che togliere semplicemente la

ruga, come con il botox, riducendo l'espressività di quel volto, trattano la ruga sotto un profilo energetico ed emotivo con una riparazione che è interiore prima di tutto.

Il corpo dunque è una grande porta verso i lidi delle emozioni e dell'energia.

Linda ha una sclerodermia che ha colpito il suo piede sinistro in modo grave, il che la limita nella deambulazione.

Quando con Ivan le chiediamo di appoggiare il suo piede rattrappito dalla malattia e di ascoltare cosa sente e cosa accade, dal basso verso l'alto sono rapide le associazioni con le radici, con lo stare piantata per terra per bene, con

il suo ruolo di primogenita che doveva curare gli altri fratelli, i quali sono poi cresciuti e si sono fatti una famiglia mentre lei è rimasta la zia di tutti.

Il solo appoggio attento del piede aveva dato luogo a queste associazioni e possiamo immaginare che i suoi geni immediati precoci di cui abbiamo parlato nel capitolo 5 si stessero attivando, mentre parlando il suo piede si rilassava, guadagnava un appoggio migliore sul terreno e più guadagnava appoggio, più le emozioni fluivano.

A distanza di tre mesi il miglioramento è stabile e ci auguriamo che siano intervenuti i geni mediati dall'esperienza a portare un nuovo pattern epigenetico alla luce.

La genetica agisce nella rete psicosomatica e il ruolo svolto da elettricità e magnetismo in ogni terapia (di cui ha molto parlato Norman Shealy) sembra esserne il mediatore.

Il corpo piezoelettrico, l'elettricità, è alla base della medicina antica e sta tornando alla luce in quella moderna.

La piezoelettricità potrebbe dunque essere essenziale per i meccanismi della guarigione.

La piezoelettricità è un meccanismo che crea elettricità da mezzi meccanici.

Cosa hanno a che fare accendigas, sonagli pellerossa e torpedini con cellule e coscienza?

Proprio questo: sono tutte espressioni della piezoelettricità.

Il corpo è un generatore piezoelettrico e molti tessuti come le ossa, i muscoli, molte strutture cellulari come actina, dentina, acidi nucleici possiedono proprietà piezoelettriche.

Il Premio Nobel Szent-György disse che le molecole non dovevano necessariamente toccarsi per interagire, che l'energia poteva fluire attraverso il campo elettromagnetico.

L'impiego dell'elettricità in medicina risale già all'agopuntura, ripresa poi proprio nell'elettroagopuntura di Voll.

Anche la prestigiosa rivista *Archives of internal medicine* ha parlato dei fenomeni elettrici che si attivano nel corpo durante il qi gong e il tai chi: gli stati di coscienza si esprimono in

posture che hanno un correlato elettrico nel corpo.

Esercizio fisico e mondo del divino, posture e coscienza del resto sono correlati in molte culture che vedono l'energia dello spirito come potere di vita e l'esercizio fisico come forma di comunione attiva con lo spirito stesso.

Anche la sessualità rientra in questa visione in molte antiche tradizioni.

Una collega endocrinologa conosciuta al corso HWP di PSYCH-K racconta con trasporto la sua esperienza in quello che era il Medicineless hospital di Pechino, poi chiuso in circostanze poco chiare dal governo cinese che riteneva sovversivi i praticanti di qi gong se in numero troppo alto.

Al Medicineless hospital si potevano trovare fino a ottocento persone a praticare insieme qi gong e il campo energetico potentissimo che si veniva a creare assisteva letteralmente i medici nei loro interventi sul potenziamento dell'autoguarigione.

Io ero piuttosto scettica, sebbene affascinata da queste notizie, peraltro anche raccontate a diversi convegni da Bruce Lipton e Gregg Braden, ma incontrare una persona, per giunta collega, che vi era stata e mi raccontava esattamente questo mi ha fatto ricredere e immaginare un ospedale nel futuro nel quale anche le pratiche corporee facciano parte della terapia in modo sistematico.

Oltretutto la collega dopo una permanenza di mesi al Medicineless ha risolto il suo diabete e attualmente vive in Italia dove necessariamente pratica ormai una medicina totalmente integrata.

Lei ricorda bene l'atmosfera di potenza energetica che si respirava durante le pratiche di ore e ore nei prati antistanti l'ospedale che era un vecchio ospedale militare recuperato.

L'esercizio fisico, soprattutto alcune pratiche specifiche come yoga, tai chi, qi gong come disciplina per condurre in modo più potente l'energia dello spirito nel corpo, incarnare lo spirito e al contempo spiritualizzare la carne.

IL CRISTALLO CONNETTIVO SEMICONDUTTORE

Il connettivo è davvero poco studiato e poco considerato nella medicina occidentale.

Semplice e ubiquo, con le sue fibre organizzate in fasci regolari, dal tendine ai fasci ritorti di collagene fatti di fibrille fino alle cellule, i fibroblasti, è in realtà un enorme cristallo risonante.

Proprio così: le molecole collageniche sono come cristalli liquidi che si trovano nel DNA, in coni e

bastoncelli, nella guaina mielinica, in actina e miosina, nelle membrane cellulari fosfolipidiche, tanto per fare alcuni esempi.

Possiamo considerare il connettivo come un semiconduttore che trasporta informazioni come un Wi-Fi.

Ogni organo del corpo è rivestito di connettivo e questo, se compresso, funziona come un materiale piezoelettrico.

La costante piezoelettrica di un tendine asciutto è quasi pari a quella di un cristallo di quarzo.

Questo spiegherebbe la velocità di comunicazione tra le cellule di un corpo pienamente integrato.

Ciascuna cellula ha poi il suo

scheletro, che sono i microtubuli.

I microtubuli vengono ricostruiti spesso, fino a diverse volte ogni ora: questo non è casuale, accade perché essi si armonizzano con il campo, sono come antenne.

Un tempo considerate le travi dell'impalcatura cellulare oggi sono antenne per una più impalpabile architettura, quelle energetica.

Le integrine ancorano poi il citoscheletro al connettivo ed ecco il tutto connesso e plastico che siamo: la connessione connettivo-cito-scheletro-DNA è la base dell'elasticità e potrebbe spiegare le guarigioni istantanee e miracolose nella misura in cui rende ragione della velocità a cui viaggia un

segnale.

I meccanismi di segnalazione chimica del sistema nervoso viaggiano dai 10 ai 100 m/sec in base al diametro assonico: questa dinamica è troppo lenta per spiegare ad esempio come il battitore di baseball possa colpire la palla che arriva.

Se fosse solo per i segnali neurali non farebbe mai in tempo.

Molte funzioni degli animali superiori non possono essere spiegate in termini di capacità del sistema di segnalazione neurale.

Ciascuna cellula subisce circa centomila processi chimici al secondo che vengono coordinati all'interno del corpo composto da miliardi di queste

cellule.

Una simile coordinazione rasenta il miracolo.

Chi è il direttore di questa orchestra?

Questo è letteralmente un compito cibernetico.

Se invece cominciamo a considerare che i segnali elettromagnetici attraversino un semiconduttore a cristalli liquidi che circonda tutti gli organi e fa risuonare armonicamente i microtubuli presenti nelle singole cellule, di colpo tutto acquista un senso.

Il dottor Andrew Ahn, a Harvard, ha considerato e verificato con una serie di esperimenti nel 2005 (in *Complementary and Alternative Medicine*, 2005) la possibilità che

segmenti di meridiani dell'agopuntura associati con piani di tessuto connettivo possiedano una conduttività elettrica maggiore di punti non meridiani.

Un esempio di meccanismo di segnalazione chimico o fisico è quello della chiave dell'auto: possiamo inserire la chiave nella serratura della portiera, fare in modo che giri, aprire la portiera oppure con la parte elettrica della chiave, soltanto schiacciando un bottone, far aprire la serratura della portiera.

Le frequenze elettromagnetiche in sostanza sono cento volte più efficaci dei segnali chimici nello scambio di informazioni.

Lo stesso meccanismo si ritrova,

come già emerso dagli studi di Herbert Frohlich dell'Università di Liverpool, nei cristalli liquidi dei fosfolipidi della membrana cellulare che vibrano a frequenze appunto dette frequenze Frohlich e sono in grado di sincronizzare le proteine di membrana e il sistema a un determinato livello di coerenza.

Secondo quanto riferito da Lynn McTaggart nel libro *The Field*, quando le molecole raggiungono questo livello di coerenza assumono alcune qualità della meccanica quantistica compresa la non località: arrivano al punto di poter operare in tandem.

Il sistema connettivo allora funziona come un semiconduttore con proprietà di

risonanza armonica.

Quando la coerenza raggiunge un certo livello, l'organismo si comporta come un unico singolo cristallo, tutti gli atomi oscillano in fase: questa coerenza quantistica significa che i segnali vengono trasmessi avanti e indietro in un continuo ciclo di retroazione dalle cellule del cervello ai tessuti virtualmente nello stesso istante.

Il tessuto connettivo e i citoscheletri delle cellule formano un continuum strutturale, funzionale, energetico in ogni angolo, piega, recesso del corpo fino al nucleo e al DNA.

Questa è secondo Oschman la matrice vivente nella quale il connettivo sarebbe un risuonatore quantico in grado di

trasmettere e ricevere segnali con il campo quantico universale.

Allora ogni pensiero potrebbe echeggiare attraverso il sistema di comunicazione connettivo fino ai geni: forse questi sono i segreti dell'autoguarigione.

RAGGIUNGERE IL FETO CHE ERAVAMO

Quello che stiamo scoprendo e

verificando sul campo è come la liberazione di tensioni muscolari e viscerali accumulate nel corpo possa dare luogo persino all'emersione di memorie dello stato fetale.

È accaduto in una sessione congiunta con Ivan Martani e una paziente affetta da tumore con una lesione sternale, nella quale, lavorando con Ivan sulla tensione a livello toracico, è emersa una memoria di soffocamento (poi verificata dalla paziente chiedendo alla madre) perinatale che abbiamo poi desensibilizzato con ipnosi ed EFT.

Ormai sappiamo che a partire dallo stato fetale il corpo memorizza le sue esperienze fisiche e le sue reazioni emozionali.

Addirittura uno studio finlandese del 2015 ha dimostrato che le emozioni materne sono in grado di influenzare i micro RNA del feto e che ne resterà memoria sino alle tre generazioni successive.

Il percorso alla ricerca del proprio Sé fetale si può snodare attraverso varie tecniche: dalla gestazione consapevole che facciamo sperimentare con la danzaterapeuta Federica Varone in molti corsi a bilanciamenti di psych-k come il cosiddetto legame con la vita o con l'induzione ipnotica che riporta allo stato prenatale.

In tutti questi casi si tratta di un lavoro sulle impronte che un periodo della nostra vita, del tutto al di fuori

della nostra coscienza ordinaria, ha lasciato nel nostro corpo, sul nostro modo di essere al mondo.

Le radici del lavoro affondano nella ricerca pionieristica di studiosi quali: D. Winnicott, F. Mott, J. Bowlby e F. Lake i quali, già nella prima metà dello scorso secolo, avevano riconosciuto come il periodo precedente la nascita e quello immediatamente successivo fossero importanti per tutto lo sviluppo futuro dell'individuo.

D. Siegel, D. Stern, D. Chamberlain e Peter Levine ne hanno poi proseguito il lavoro con ricerche sulla comunicazione implicita, cioè corporea, nella diade madre-bambino, focalizzandosi in particolare sul fenomeno della

“sintonizzazione” (attunement) corporea a livello di ritmo, forma e intensità. Senza questa “sintonizzazione” il bambino può diventare, nelle relazioni interpersonali, inibito (predominanza del parasimpatico), oppure aggressivo (predominanza del simpatico), privato della capacità di “rispecchiamento spontaneo” dei gesti altrui. Quindi nell’incessante processo di adattamento reciproco di madre e figlio, nella ricerca costante della sintonizzazione dell’uno con l’altro, sta la base della futura capacità di comunicare e di essere in relazione.

Anche i momenti di riparazione (mismatching repair) successivi alle inevitabili occasioni di rottura

relazionale (mismatching) sono fondamentali, come ci ha spiegato Tronick, perché gettano le basi per la regolazione continua che sarà alla base del buon funzionamento del sistema emotivo-energetico.

Nel periodo fetale le più traumatizzanti esperienze non possono essere regolate dal corpo e s'inscrivono nei tessuti sotto forma di uno squilibrio energetico che può stagnare per anni nella medesima zona, bloccando una circolazione armoniosa dell'energia che può sfociare in sintomi che possono comparire in tutta la struttura fisica.

Ciò che si ottiene con un lavoro di delicatissimo ascolto e sensibile percezione della persona, è la

restituzione all'azione di una quota di energia sequestrata nel blocco fisico.

Quello che Elena ci disse dopo una seduta fu: "Sono entrata che pensavo di essere io ed esco che mi sento me stessa".

Questo genere di percorso riesce a fondere il lavoro sul corpo, sulla postura e sulle emozioni con una facilità stupefacente.

Quando facciamo una gestazione consapevole di noi stessi, ci riconnettiamo al campo della nostra stessa organogenesi, quando le cellule staminali dominavano la scena come in una preistoria dell'ontogenesi, forti e totipotenti.

Allora raggiungere il feto che

eravamo ci spinge nello sciame delle infinite possibilità del campo che si stagliavano di fronte a noi.

È per questo che molti hanno potuto mutare la propria vita dopo un'induzione ipnotica di questo genere: erano là dove abita l'infinito, dove i misteri si compiono e la coscienza quantica crea.

VERSO UNA PSICOBIOLOGIA EMOTIVOCOMPORTA

INTEGRATA - PBEI

Corpo, psiche, energia, coscienza, biologia: parole che un tempo erano lontane, oggi si toccano, si intrecciano, rivelandoci i meccanismi alchemici del miracolo della vita.

È per questo che si sente la necessità di ricomprenderle, per quanto possibile, in un'unica concezione.

Abbiamo imparato a riconoscere l'importante ruolo del corpo, dell'energia e della consapevolezza nelle esperienze psicologiche, nella salute e nella malattia.

Ora possiamo cominciare a utilizzare con grande flessibilità gli strumenti più

appropriati per lavorare con il corpo, l'energia e la coscienza.

Abbiamo a disposizione gli strumenti della consapevolezza, del movimento, del respiro, del suono, dell'emozione, della risonanza interpersonale, dell'auto-tocco e del tocco ricevuto e scambiato con altri, in base al contesto clinico specifico in cui ci troviamo.

Per ogni esperienza umana possiamo considerare la componente fisica, quella emotiva e quella energetica integrandole.

Se la focalizzazione esclusiva sul cervello (e in misura molto minore sul corpo fisico), pur essendo stata importante e preziosa, ha limitato fortemente la capacità della psicologia

di comprendere l'arena più ampia nella quale hanno origine e si manifestano le esperienze umane, oggi, indipendentemente dal tipo specifico di formazione psicoterapeutica che utilizziamo nella nostra pratica professionale, possiamo essere terapeuti che operano nella coscienza quantica apprendendo come interagiscono fra loro i tre livelli del nostro essere – conscio, inconscio e superconscio; fisico, mentale e animico; somatico, emotivo ed energetico – generando tutte le nostre esperienze.

Possiamo comprendere come questi livelli possono sregolarsi nel corso di esperienze difficili e disturbare o bloccare i nostri processi vitali e come

intervenire in questi squilibri.

Essere medici o terapeuti forse non è mai stato così bello...

REINVERSIONE ENERGETICA IN PRATICA...

Se adesso, dopo aver letto tutto quanto, avete voglia di reinvertire l'energia, questo è un percorso che potrebbe aiutarvi.

Innanzitutto avete compreso che

l'inversione energetica proviene soprattutto dalle difese che avete messo in atto in epoche precocissime della vostra vita, anche intrauterina, e che sono radicate nel corpo, non tanto come conflitti o ferite di cui potete essere consci, ma come una sorta di inconscia, biologica decisione di sopravvivere in un momento di stress estremo, di grave pericolo, di minaccia per la vostra stessa vita.

Questo ha dato luogo a un programma sepolto nelle vostre stesse membra e nelle memorie dell'anima e dei corpi sottili più che della mente.

Tutte le esperienze alla base di questo genere di programmi sono precoci, impreviste, sono avvenute in solitudine,

non sono spiegabili e hanno messo a repentaglio la nostra sopravvivenza.

La soluzione del problema trovata in quel tempo sarà scritta nella memoria biologica, costituirà un binario e sarà alla base della vulnerabilità futura e degli eventuali problemi e malattie che svilupperemo senza che per noi sia chiaro il perché.

Questo accade per il fatto che più precoce è l'esperienza più sarà inscritta nel corpo, nell'inconscio non rimosso, quello che non si può raccontare perché non ha parole e sarà collegato con la logica fortemente immanente e autocentrica del bimbo piccolo.

Quando siamo piccoli siamo totalmente autocentrati, siamo noi al

centro di tutto.

Siamo noi la causa e il centro del mondo che girano intorno a noi: allora se accade qualcosa di brutto per noi, siamo spontaneamente portati a vedere noi stessi come la causa del problema.

Così come il sole tramonta perché io possa dormire, il bimbo pensa anche che la mamma lo ha lasciato dalla nonna, non perché deve subire un intervento in ospedale, ma perché io non sono abbastanza bravo o bello o intelligente, ad esempio come mia sorella maggiore che invece è rimasta a casa.

Il senso di colpa è il lato oscuro dell'onnipotenza infantile.

Queste che possiamo chiamare "forme di adattamento" finiscono per creare

schemi che vengono generalizzati e divengono convinzioni.

Io non sono abbastanza come mia sorella, devo fare sempre qualcosa di più per essere amato e non mi conviene fidarmi delle relazioni affettive perché prima o poi potrei essere abbandonato.

A questo punto il sistema di convinzioni comincia a essere implicitamente presupposto con schemi del tipo "non mi merito quello che ad altri spetta".

Provate a riconoscere quali schemi di convinzioni limitanti lavorano in voi.

Esse sono alla base dell'eventuale inversione energetica.

Il modo di accedervi può essere molteplice, con libere associazioni,

lavoro sulla corazza caratteriale bioenergetica, ipnosi, PNL, ISTDP, etc.

Ma ciò che conta è che poi serve l'esperienza: Freud aveva già parlato di abreazione come di un movimento catartico, ma senza sistematizzarlo.

Tutte le tecniche catartiche in genere lavorano su questo punto, come la bioenergetica, il rebirthing, a volte anche le costellazioni familiari, e così via, ma possono incorrere in un rischio, quello della ritraumatizzazione secondaria.

Infatti, e questa è la grande scoperta che attiene l'inversione energetica, dobbiamo tenere presente che nell'istante traumatico manca l'associazione.

Non vi è stata mentalizzazione.

Il problema non è cosa è accaduto – infatti sappiamo quante persone si siano incagliate in lunghi percorsi analitici finendo per capire tutto, ma non cambiare nulla o quasi – il problema è come è accaduto.

È accaduto al di fuori dell'integrazione, sotto il controllo di strutture primitive del cervello, soprattutto quelle del tronco encefalico e limbiche.

È accaduto in uno stato dissociativo.

Allora affinché il lavoro sia efficace è necessario combinare lavoro associato, cioè lavoro nel quale la persona rivive l'esperienza e ricontatta il dolore (ma solo per il tempo

necessario a mobilizzare energia sufficiente), con lavoro "dissociato", nel quale la persona sta nella presenza della mindfulness, richiama le funzioni dell'osservatore e impara attraverso le vie del corpo una nuova regolazione neurovegetativa.

Vogliamo catarsi e integrazione combinate.

Vogliamo trauma e risorsa nuova insieme.

La cicatrice sarà la ferita riparata e la risorsa acquisita insieme. Questo è ciò che ho fatto con quella che ho chiamato "la figlia della Dea": una sorta di reimprinting.

Questa giovane donna giunge dopo aver letto un articolo in cui parlo

dell'applicazione della ISTDP in casi di sclerosi multipla.

Poiché viene da lontano decidiamo per una block-therapy di sei ore, suddivise in due giorni consecutivi.

Si palesa subito una situazione di fragilità dal punto di vista della tolleranza all'ansia, che rende ragione dello scarico sulla via neurologica, e del *flatting* che la giovane donna percepisce oltre alle limitazioni tipiche della patologia di cui è portatrice.

Oltre a difficoltà nella deambulazione, da due anni ha perso la sensibilità negli arti superiori, tanto da essersi procurata involontariamente anche gravi ustioni.

Il lavoro si snoda come ho spiegato

più sopra, tra la regolazione continua del sistema e la pressione sul nodo emotivo.

A mano a mano che la regolazione dell'ansia procede, la capacità di tollerare una maggiore intensità emotiva cresce e possiamo incontrare la tristezza che ancora copre la rabbia verso una madre bellissima e bravissima, "una dea" come viene definita, tanto amata dalla mia paziente quanto fredda e distante.

La mia paziente si era sempre sentita una scocciatura per lei.

Ora che era malata, certo, aveva più attenzioni... il che la diceva lunga sul vantaggio secondario inconscio che poteva agire anche nell'inversione

energetica.

I contenuti erano tanti, ma la regolazione del pattern relazionale, la possibilità di stare emotivamente vicino a qualcuno e il biocampo di trasformazione che avevamo attivato entrambe, anche con l'aiuto della forte motivazione di lei, sono state più potenti di qualsiasi trauma.

La mattina successiva, dopo sole tre ore di terapia con ISTDP, mi si presentò con una meravigliosa e quasi incredibile sorpresa: la sera si era recata in bagno a lavarsi le mani e aveva sentito per la prima volta dopo due anni la temperatura dell'acqua.

Allora aveva provato ad aprire l'acqua calda e aveva sentito il calore...

a distanza di mesi la sensibilità continua a permanere.

È stato davvero commovente.

A questo punto potete attraversare un piccolo sentiero di domande euristiche, domande per trovare risposte, che si snoda attraverso i quattro pilastri dell'inversione energetica.

Il primo pilastro, la possibilità: credete che l'obiettivo che vi siete posti o ciò che desiderate sia possibile ottenerlo?

Se la risposta dentro di voi è no, vi consiglio di leggere *Dovresti tornare a guidare il camion Elvis*, di Sebastiano Zanolli.

Pensate che il grande Edison durante un'intervista reagì molto sopreso alla

domanda che l'intervistatore gli rivolse chiedendo come si fosse sentito di fronte ai vari fallimenti avuti prima di riuscire nella sua invenzione: Edison fu molto sorpreso della domanda, e candidamente confessò di non averci mai pensato!

Il mondo pullula di grandi geni che hanno ricevuto impietose stroncature all'inizio del loro cammino e di grandi inventori che sono stati ridicolizzati, perciò se vi stroncano o vi ridicolizzano siete sulla buona strada.

Vi consiglio anche, per incrementare la strada delle possibilità, di cominciare a notare tutte le piccole differenze in positivo: invece che osservare le mancanze, focalizzatevi sulle risorse.

Come Anna che, a chi le ha fatto

notare che era ancora sulla sedia a rotelle a causa delle metastasi, ha risposto: “È vero, non cammino ancora, ma in compenso la pancia mi si è sgonfiata e fino a un mese fa sembrava che la pancia gonfia fosse un segno terminale”; o come Chiara che, nonostante il grande lavoro coscienziale, ancora non vede cambiamenti nel suo quadro oncologico, ma dice: “Però il mio umore è davvero ottimo e il mio lavoro non mi ha mai dato soddisfazioni come adesso”.

Non si tratta di mere consolazioni, perché, come ci hanno mostrato gli studi di Joe Dispenza, la focalizzazione modifica l’architettura cerebrale e se restiamo focalizzati su un aspetto per

sei-otto settimane otterremo un mutamento delle reti neurali corrispondenti e il cambiamento sarà esponenziale.

Il secondo pilastro è la desiderabilità: l'obiettivo è davvero desiderabile? Oppure la vostra condizione presenta vantaggi che sarebbe difficile perdere?

Questo è il caso di chi trova nella malattia il mezzo per evitare qualcosa che teme o non vuole fare, o per ottenere qualcosa che desidera.

Il terzo pilastro è il diritto o merito: ritenete di avere il diritto di raggiungere quell'obiettivo? E di meritarlo?

Virginia è affetta da artrite reumatoide e da un disturbo ossessivo che la tormenta da anni.

È già stata seguita, ma senza risultati.

L'artrite reumatoide ha colpito pesantemente le sue mani, che furono oggetto di un atto sessuale a cui lei si sentì obbligata ma che non voleva compiere, tanto tanto tempo prima, quando era una ragazza.

Il senso di sporco che la ossessionava con i suoi rituali era lì nella deformità delle dita, che era come una punizione per essersi sporcata tanto tempo prima.

Durante la seduta, il terribile senso di colpa che andava emergendo ci faceva comprendere come Virginia non avesse mai davvero pensato di poter guarire, perché in fondo riteneva di non meritarselo.

Infine il quarto pilastro è quello della

capacità tecnica: sapete cosa fare, quali passi fare per raggiungere ciò che desiderate?

Cominciate a camminare e fatelo dal primo passo. È sufficiente mettere un passo dopo l'altro.

In fondo, come ebbe a dire Jung alla fine della sua vita, camminiamo nell'oscurità.

Ma se volete, potete anche mettere in atto una tecnica che fu partorita dalla mente geniale di Alessandro Magno.

Sapete che quando si prepara una scalata la si prepara dalla cima?

Si immagina il percorso della scalata scendendo dalla vetta non salendo dalla valle.

Alessandro Magno inventò questa

tecnica per prendere una città-stato arroccata su una cima in una angusta valle e fu così intelligente che il sovrano gli si consegnò senza combattere in onore alla sua sagacia.

Da allora le scalate si preparano così.

E questo è in accordo con il mondo quantico dove il futuro crea il presente: immaginatevi già alla vetta e cominciate semplicemente a ripercorrere all'indietro tutti i passi che avrete fatto per raggiungerla.

Pensate da sani, non da malati e saprete come arrivare alla salute.

11. Il perdono quantico

Perdonare è un movimento della coscienza per la coscienza.

Significa liberarci dalla presa del passato, dall'illusione che ci sia e ci debba essere un perché per ciò che proviamo, dal gioco delle colpe e del risarcimento, dalla prigione del giudizio e dal vincolo di un attaccamento tenuto in vita dal ricordo dell'offesa.

Il perdono è un alleato della pace

interiore, da questo punto di vista è un atto egoistico: per essere in pace con me stesso, devo a mia volta garantirla all'altro e allora lo faccio nell'unico mio interesse di stare in pace con me.

Il perdono è anche un atto rivoluzionario e sovversivo: sovverte l'ordine delle cose.

Riesce a fare questo perché guadagna una prospettiva sistemica, nella quale comprendo che sono io stesso parte del problema che mi riguarda, nella misura in cui lo perpetuo con il mio rancore e la mia sofferenza.

È rivoluzionario perché, come vedremo, sovverte l'ordine del tempo, non più da prima a dopo, ma da dopo a prima: chi ripara non è chi è venuto

prima nella linea del tempo, ma chi è venuto dopo.

Ma facciamo prima qualche riflessione sul senso più profondo del perdono quantico.

In anni di lavoro ho notato che tutte le persone che avevano patologie croniche in qualche modo erano incatenate al loro passato.

Si trattava sempre di persone che non avevano potuto accettare emotivamente un qualcosa accaduto nel loro passato o nel passato di un loro antenato.

Vivevano con uno sguardo sempre all'indietro, trascinando una zavorra che li incatenava in fondo in una missione avversa al nostro stesso esistere biologico.

In un certo senso suonavano fuori tempo e fuori ritmo nel concerto incessante del progetto del bios.

Una missione impossibile, cambiare i propri genitori, far loro capire come avrebbero dovuto comportarsi e cose del genere.

Una mia paziente era da tutta la vita che lottava con la mentalità maschilista del padre, soffrendo e agendo sempre in funzione di questo, in reazione alle offese e alle ingiustizie anche patrimoniali che questi aveva compiuto.

Questo continuo guardare indietro la portava inevitabilmente a perdere di vista il principio biologico per cui era venuta al mondo, per cui fondamentalmente tutti veniamo al

mondo: essere un'espressione unica e creativa del bios, o se volete della coscienza.

Il nostro compito è l'espressione della nostra energia, la materializzazione della sostanza di cui siamo fatti e la prosecuzione del ritmo dell'uno che si manifesta ancora e ancora in ciascuno di noi.

In questo caso saremo in accordo con tutto il sistema, diversamente saremo fuori dall'armonia e questo in un certo senso è la base della nostra predisposizione o meno a sviluppare malattie croniche.

La mia paziente, dopo un cancro al seno, dovette attendere le cosiddette metastasi al polmone, che si erano

manifestate dopo l'ennesima lite con il padre e il fratello il giorno di Natale per dirmi: "Va bene, ho capito che devo perdonare, ora accetto che sia giusto per me lasciare andare, non posso sostituirmi a loro, non posso e non devo impiegare la mia vita per cambiare il loro modo di pensare".

C'è una rete che ci collega tutti quanti, che intreccia le storie di ognuno di noi con chi ci ha preceduto e chi ci seguirà.

Un filo di Arianna in un labirinto di senso che definisce le coordinate di chi siamo quando arriviamo qui, quello che gli orientali chiamano karma, quello che Jung chiamerebbe inconscio collettivo, il DNA emotivo che vibra nel DNA

quantico, la firma genealogica che ci accompagna.

Guai a rinnegarla o a volerla diversa, sarebbe come rinnegare noi stessi.

È per questo che non ha alcun senso cercare le cause del nostro malessere in ciò che abbiamo vissuto prima.

È letteralmente un non-senso, significherebbe negarci a noi stessi.

So che può sembrare assurdo dire questo, dopo secoli di psicoterapia basata sulla ricerca delle cause, so che può sembrare in disaccordo con quanto detto relativamente all'autoguarigione emotiva nei precedenti capitoli.

In realtà – e qui sta il salto quantico – riflettere sul nostro divenire nel tempo, su tutti coloro che ci hanno preceduto,

sul filo che ci lega fin dalla nascita a loro, e prima della nascita stessa in realtà, in una natura biologica che è prima dei pensieri, che si connette al tutto, e si concreta nel come, dove e quando della nostra famiglia, ebbene, riflettere su questo, e poi portare alla luce i traumi, le ferite dell'attaccamento ha l'unico, romantico, scopo di integrare in noi le memorie che ci giungono da chi ci ha preceduto.

Integrarle e dunque restituirle al campo delle possibilità.

Accoglierle e liberarle dal giogo del tempo.

Perché lo chiamo perdono quantico?

Perché, a differenza del perdono di cui ho sentito parlare finora nei vari testi

che ho letto, dai vari esperti del perdono che ho ascoltato, il perdono quantico ribalta il tempo.

È grazie al mondo dei quanti, all'esperimento della doppia fenditura nella versione delayed di John Wheeler che abbiamo compreso che il tempo non è altro che la dimensione della durata di un movimento da un punto a un altro, è la quarta dimensione dello spazio.

Rappresentiamo le tre dimensioni facilmente, perché il mondo in cui viviamo è tridimensionale: lunghezza, larghezza e profondità.

Ma come possiamo descrivere la quarta dimensione? Una risposta potrebbe essere: la durata.

Se immaginiamo per un attimo noi

stessi un minuto fa e noi stessi ora, la linea che unisce la versione di me stesso di un minuto fa con la versione di me stesso di adesso potrebbe essere una linea che rappresenta la quarta dimensione.

Allora se potessimo immaginare il nostro corpo nella quarta dimensione, esso sarebbe come una sorta di serpente temporale: da un lato il me stesso appena nato, dall'altro il me stesso deceduto nella bara.

Ma poiché noi viviamo momento per momento nella terza dimensione – o meglio nell'illusione della terza dimensione, direbbero i Veda – potremmo essere come delle formiche che camminano sulla superficie di un

quotidiano e, camminandoci sopra, non possono accorgersi delle eventuali curvature del giornale che fanno loro assumere delle conformazioni tridimensionali.

Le formiche simulano esseri bidimensionali che vivono in un mondo tridimensionale ma non se ne accorgono perché possono percepire solo porzioni bidimensionali di esso.

Così noi siamo esseri quadrimensionali – infatti il tempo è tempo dell'anima, diceva Sant'Agostino – che vivono in porzioni tridimensionali e vedono solo sezioni tridimensionali del sé quadrimensionale, quello che viaggia attraverso il tempo e si modifica pur restando sempre se stesso.

Dunque uno degli aspetti più intriganti di utilizzare il modello delle dimensioni una sull'altra è il fatto che nel piano di una dimensione si può essere del tutto inconsapevoli della dimensione superiore.

Così come per la formica il quotidiano tridimensionale sembra bidimensionale, e mentre la formica cammina lungo il bordo non si accorge delle eventuali curve e pieghe, percependo solo la linea lungo la quale cammina, per noi la quarta dimensione, il tempo, ci appare come una linea diritta, dal passato al futuro, ma questa linea nella quarta dimensione, si piega e si curva come la striscia di Moebius in una dimensione superiore, la quinta

dimensione.

È nella quinta dimensione che ci potrebbero essere una serie infinita di percorsi potenziali, la cui realizzazione o meno potrebbe dipendere da noi, dal campo, dall'azione degli altri...

Il mondo delle particelle è un mondo che collassa da onde di probabilità tramite l'osservazione.

Dunque l'immagine che abbiamo di noi, la proiezione di noi in un probabile futuro, potrebbe esistere nella quinta dimensione dalla quale viene osservata per collassare come stringa di quarta dimensione che noi sperimentiamo come tempo che poi risulta lineare nella terza dimensione.

Possiamo quindi immaginare un sé

nella quinta dimensione che osserva i potenziali della quarta che collasseranno come tempi differenti nella quinta.

Questo sé lo possiamo chiamare anima.

Dunque l'anima crea dal futuro il presente che poi si fa passato.

Allora il perdono prende una connotazione un po' diversa...

Nel perdono quantico non siamo noi che perdoniamo chi è venuto prima di noi come se davvero esistesse un tempo lineare nel quale il prima ha determinato un dopo.

Casomai riconosciamo le linee temporali che ci hanno condotto fino a qui, dal futuro dei potenziali scelti dal sé nella dimensione superiore.

Allora finiamo per ringraziare chi ci ha preceduto nel tempo lineare, semplicemente come parte di noi che si è manifestata in quel modo. Per questo nel perdono quantico diciamo "ti permetto di far parte di me", come recita il titolo di un libro di Andrea Penna che spesso consiglio.

E questo concetto ritrova una correlazione scientifica come conseguenza della teoria dell'universo multimensionale, teoria accreditata da molti scienziati, anche dal nostro Antonino Zichichi che ritiene che ci siano indizi significativi dell'esistenza di quarantatré dimensioni...

Per il momento ce ne possono bastare solo cinque, persino quattro.

E già tutta la prospettiva muta.

Ricordate i quattro livelli della realtà?

Nel perdono quantico ci muoviamo tra il piano simbolico e il piano dell'Uno, dove il tempo lineare non esiste e sappiamo che, come le tracce del CD esistono tutte contemporaneamente, così la nostra storia e i nostri predecessori esistono contemporaneamente a noi, in noi, nelle nostre immagini interne.

Il perdono quantico non è affatto un perdono di ciò che è venuto prima, come se fosse la causa del nostro malessere attuale.

Il perdono quantico è la comprensione in un solo istante di noi stessi in

movimento dal punto in cui siamo piccoli fino al punto in cui moriamo, come se si trattasse di una strada, di un percorso spaziale per andare da qui a lì.

Il perdono quantico è uno spostamento: dalla posizione in cui accuso e colpevolizzo chi sembra avermi preceduto, e avermi creato i problemi che ho, alla posizione in cui approvo, nel senso di riconosco, la manifestazione di chi sembra avermi preceduto e vedo tutti i miei antenati in amorevole attesa della mia approvazione.

Sotto il profilo della psicologia della Gestalt, e dello psicodramma junghiano, ecco l'artificio potentissimo di chiedere alla persona di diventare a sua volta il

parente o la persona che vuole perdonare.

In un istante tutto si ribalta: calandosi nella forma, nel campo informativo dell'altro, se ne comprende la prospettiva, la sofferenza, le ragioni.

Allora giungo a vedere coloro che mi hanno preceduto, in realtà come soggetti in attesa della mia riparazione.

Dico loro: vi permetto di essere stati la manifestazione di coscienza che siete stati, di essere quelli che siete, vi riconosco il diritto di agire come avete agito.

Questo armonizza il campo, questo permette il passaggio alla legge dell'armonia, dove tutto è in rete con tutto.

Non sono gli antenati a dover cambiare, siamo noi a cambiare loro, non appena applichiamo la legge dell'armonia, che permette loro di essere in armonia con ciò che sono stati prima.

Improvvisamente ci appare il sacrificio fatto, il tributo al tempo lineare che hanno pagato, mentre noi dal senzatempo possiamo smettere di giudicarli e scoprirci detentori del potere di mutare il passato a ritroso. Sono loro, infatti, che essendo stati come sono stati, hanno permesso a noi di non esserlo ed essere diversi.

Non appena pronunciamo le parole "ti chiedo scusa per averti giudicato, grazie per il tuo sacrificio" veniamo restituiti

al senzatempo, dove non ci sono errori né altrui né nostri, dove tutto è una possibilità ancora non respirata, non detta, non agita e noi possiamo creare e ricreare il presente, il futuro e il passato a nostra immagine e somiglianza.

Una mia paziente ha lottato tutta la vita con la madre, donna dura, autoritaria, anaffettiva, caparbia e direttiva per avere affetto, tenerezza e dolcezza da lei che non gliele ha mai date.

Le chiedo di osservare il grande sacrificio fatto dalla madre per portare nel campo della sua coscienza di figlia l'energia della durezza, dell'autorità, del potere del "no" che è una delle parole più dette dalla madre.

Le chiedo di ringraziare la madre per avere continuato a cercare di insegnarglielo anche se lei si rifiuta di impararlo e così non può nemmeno a sua volta insegnare a sua madre la dolcezza.

D'un tratto, dopo un iniziale smarrimento, la mia paziente si illumina: "Non sono mai riuscita a dire dei no, neppure sul lavoro o nella mia famiglia, perchéèe tutta la vita che mi ripeto che non voglio essere come mia madre".

E poi: "Se la vedo come mi propone lei, si ribalta tutto, è una vertigine: mia madre allora non si è mai arresa... è chiaro, oh cielo, è un'illuminazione".

Nel giro di poche settimane il rapporto si è completamente mutato, dopo che per cinquant'anni non era mai

cambiato nulla.

Un'altra mia paziente giunge molto provata per via di alcune liti patrimoniali tra i suoi figli per l'eredità del padre, suo ex marito.

Il più piccolo è in lite con gli altri, per via di alcune scorrettezze che avrebbe commesso ai danni dei fratelli.

Lei si angustia sulle cause di queste difficoltà caratteriali che il figlio minore ha sempre avuto e se ne attribuisce la colpa, per via di un fatto accaduto addirittura durante la gravidanza.

Ma condotta con il perdono quantico a rivolgersi a sua madre dicendole "ti chiedo scusa per averti giudicata" si accorge del giudizio costante che esercita da sempre su di sé come madre,

proprio con l'idea di non dover essere come la propria, che aveva definito del tutto assente.

A quel punto si accorge che tutto quanto la angustiava rispetto alle controversie dei figli non ha alcun senso, perché non significa nulla rispetto al suo essere una brava madre.

Se non giudica sua madre, può non giudicare se stessa; se non giudica se stessa, può non giudicare i suoi figli.

Permettete a chi è venuto apparentemente prima di voi di far parte di voi così come è, liberatelo dal giogo del tempo, del prima e del dopo, delle cause e degli effetti: libererete voi stessi e con voi stessi l'intera linea di manifestazione della coscienza che vi

riguarda.

In questo modo sarete completamente nella legge dell'armonia, che ha come unico scopo la manifestazione dell'energia nella relazione di ciò che viene creato, sarete nel senzatempo dove avete a disposizione tutte le potenzialità e nell'uno dove nulla è al di fuori, tutto è parte di tutto.

Allora le emozioni che fluiscono attraverso il contatto con le ferite ancora aperte saranno il motore di questa trasmutazione, serviranno in realtà per compiere quel salto della coscienza che vi condurrà al regno dei sentimenti.

DALLE EMOZIONI AI SENTIMENTI

Quando il viaggio attraverso il triangolo della coscienza accade, vi permettete di ascoltare le emozioni che potrebbero giungervi, di sentirle, di lasciarle andare, allora siete in procinto di vivere una fondamentale trasmutazione dalle emozioni ai sentimenti.

I sentimenti sono una peculiarità irrinunciabile dell'anima, del superconscio, della coscienza quantica.

L'affacciarsi dei sentimenti dentro di voi prepara l'alba del perdono quantico di cui parleremo più oltre, segna il

risveglio della legge dell'armonia che è oltre la causa-effetto.

Le emozioni, infatti, pur essendo un fulcro centrale della nuova medicina integrata non sono che l'inizio del viaggio della coscienza.

Esse aprono la porta della mente verso le lande del sentire.

Sono il ponte tra la nostra biografia e la nostra biologia, ma attengono ancora agli strati della coscienza prossimi al corpo e alla materia.

Le emozioni possono catalizzare una guarigione poiché mobilitano grande energia nel corpo, soprattutto se sono state represse a lungo e precocemente e vengono finalmente rilasciate.

Allora una grande catarsi ha inizio e

il potere curativo delle emozioni appare in tutta la sua grandezza.

Nel mio primo libro *Anatomia della guarigione* ho trattato lungamente il tema della guarigione emotiva e ribadisco ancora quanto già ho avuto modo di esplicitare più volte: se vi sono blocchi emotivi, nodi irrisolti nel corpo emotivo, quello che appunto viene chiamato anche corpo di dolore, pur dedicandosi a pratiche spirituali, meditazione, tecniche energetiche, sarà davvero difficoltoso ottenere una guarigione, per così dire con la G maiuscola, che intendiamo come salto di coscienza poiché il denso piano emotivo non farà altro che catturare nell'illusione della causa-effetto, della separazione,

della realtà materiale ed esterna a noi come reale, della dipendenza nelle relazioni, del bisogno di essere come gli altri vogliono, della paura, del senso di impotenza, e così via.

In altri termini non sarà possibile compiere quel passaggio al livello simbolico e olistico della realtà, nel quale tutto è interconnesso e uno.

La personalità con i suoi traumi, le sue memorie, i suoi copioni, i suoi perché, le sue paure, continuerà a offuscare il contatto con l'anima.

Allora le emozioni saranno preziose messaggere di questi irrisolti, da ascoltare, soprattutto da sentire, nel corpo, che ne verrà così alleggerito, per far accadere il miracolo

dell'approssimarsi del sentimento in noi.

Anche nella tecnica di lavoro emotivo psicoterapico che più amo e da anni pratico con stra-ordinari risultati, la ISTDP, Intensive Short Term Dynamic Psychotherapy, una parabola emotiva non può considerarsi completa se non giunge alla riconnessione con il sentimento di amore.

Usualmente, i nodi emotivi hanno a che fare con due grandi temi dell'umano: il lutto, inteso come esperienza di perdita, lutto vero e proprio, ma anche distacco, separazione e così via; e la rabbia, che può essere anche la rabbia primitiva dell'infante che ha sperimentato traumi precoci di

annichilimento e angoscia, la rabbia omicida e violenta di chi è stato tradito, umiliato, represso, oppresso, trascurato e così via.

Naturalmente queste emozioni possono trovarsi anche mescolate e intrecciate in nodi emotivi complessi e contrastanti.

Quando accade quello che in ISTDP chiamiamo *breakthrough*, il momento catartico dell'esperienza emotiva dell'emozione inconscia che era repressa e bloccata anche nel corpo, oltre che nei meandri del sistema limbico cerebrale, avviene primariamente l'espressione della tristezza, se si tratta di un *core-affect* luttuoso; o di rabbia, se si tratta di un

core-affect rabbioso.

Nel caso in particolare della rabbia, segue la fase della colpa: la rabbia inconscia che la persona ha nutrito dentro di sé, ha generato altrettanta colpa inconscia, primaria responsabile del malessere che la persona patisce nel presente, dei sintomi fisici, delle condotte autosabotanti, giudicanti e punitive.

Il rilascio della colpa è un processo di rara potenza umana anche per il terapeuta che lo vive, con picchi di sofferenza espressa proprio nel corpo della persona che la sta in quel momento vivendo, con un preciso profilo respiratorio che vede respiri come singulti provenire dal centro del petto e

dolore anche fisico, proprio di chi è effettivamente dilaniato dalla colpa.

A mano a mano che la colpa fluisce e viene vissuta, accolta, sentita – non già come vera colpa di chi ha commesso un atto malvagio, poiché in realtà tutto si è consumato soltanto nell'inconscio, ma come profondo orrore di fronte all'odio provato e accumulato dentro di sé – ecco accadere la trasmutazione: la persona comincia ad accorgersi progressivamente che tutta quella rabbia e tutta quella colpa altro non erano che profondo orrore, profonda sofferenza per avere provato dentro di sé emozioni così terribilmente distruttive, proprio verso chi si amava.

Il genitore, il parente, il partner, il

figlio oggetto di queste emozioni, lo sono diventati solo ed esclusivamente perché disperatamente amati.

Allora accade letteralmente un miracolo perché dalla colpa rinasce l'amore, meglio ancora nella colpa l'amore viene d'improvviso riconosciuto come da sempre presente, come il loto nel fango, il principe vittima di un incantesimo, sotto le mentite spoglie della Bestia nella fiaba che tutti conosciamo.

L'amore compie il suo miracolo.

La persona è d'improvviso letteralmente rinata, accede a intuizioni spontanee che sono proprie del campo quantico, abbandona il passato, il lamento, la rivendicazione.

Parla poco, scandisce lentamente le parole, come le distillasse da un luogo remoto dell'essere da cui sembra provenire, come le ricevesse da un'eco melodiosa da qualche parte dentro di sé.

Commozione profonda: tutto è stato fatto per amore, le più terribili fantasie, i più orribili sintomi.

Allora d'improvviso la legge del Karma, tanto per dirla all'orientale, che vede le cause di ciò che si patisce oggi in ciò che è avvenuto prima, che vuole la continua ripetizione del dolore per ripagare le colpe del passato, è dilavata dalla legge dell'amore, una legge di armonia, dove non vi è nessuna ferita, nessuna offesa, nessun trauma che sia irreparabile, forse neppure concepibile.

Nella legge dell'armonia tutto acquisisce un senso, così grande da far dire a qualcuno: "Questa malattia è per me, non contro di me. È venuta in mio aiuto, per amore. La ringrazio... grazie...".

La malattia, il trauma, il fallimento diviene la risorsa.

È così che i disagi racchiudono i diamanti di cui parla il Tao.

Le difficoltà sono il grande sapere dell'anima che preme per farci realizzare la nostra vera natura. In quei frangenti lo comprendiamo perfettamente, è del tutto naturale che sia così e abbiamo una commozione presente e per nulla stucchevole, sobria e profondissima.

Allora siamo nel campo dei sentimenti; allora, dal cervello limbico, la dominanza si sposta nel cervello del cuore, che può cominciare a espandere il suo campo elettromagnetico liberamente.

Qui la neurocardiologia ci schiude le porte del salto quantico, esattamente come l'alchimia e il sapere antico già sapeva.

La coerenza cardiaca, che si raggiunge appunto attraverso pratiche meditative e respiratorie di collegamento con i cosiddetti *eufeelings*, sentimenti di connessione, gratitudine, compassione, unità, che già ben conosciamo come importante pratica per la longevità e il benessere, mostra la

sua faccia quantica: non solo la coerenza cardiaca ha una ricaduta sul tono simpatico e parasimpatico, non solo agisce sulla produzione ormonale dei neuroni secretori cardiaci, ma sappiamo che allinea al campo elettromagnetico cardiaco, il più grande che il nostro corpo può produrre, i campi di tutte le cellule.

Il cuore e il cervello sono implicati insieme nelle azioni di ricevere, elaborare e decodificare le intuizioni: la percezione intuitiva è un processo che interessa l'intero sistema.

Secondo McCraty il cuore ha accesso a regni di informazione quantica non vincolati dal tempo e dallo spazio, il che dimostra come la coscienza sia non

locale e non temporale.

Recentemente, invitata a tenere una relazione sulla medicina integrata alla Facoltà di Medicina di Catania, dove ho trovato un'apertura di pensiero davvero notevole in tutti i colleghi presenti, il prof. Giovanni Bartoloni ha saputo tenere una relazione sul cuore come entità elettromagnetica che ho trovato davvero toccante perché esposta da un anatomopatologo, dell'Unità cardiofetale, che il cuore lo seziona nelle autopsie – cuore, spesso, di neonati morti in culla – e da quella durissima realtà ha saputo volare fino alle stelle pulsar, mostrando come il campo elettromagnetico del cuore abbia la stessa forma toroidale del campo

delle pulsar, quasi in un'alchemica riproduzione del macro nel micro e del micro nel macro, nella quale il toroide è la forma spesso considerata tra quelle primarie dell'Universo.

È ben documentato che il cuore genera il campo magnetico più forte del corpo umano, circa cinquemila volte più intenso di quello del cervello. Il toroide si estende ben oltre il corpo fisico ed è stato rilevato a distanze comprese fra 1,5 e 3 metri circa dal cuore fisico con asse verticale centrato sul cuore.

Il campo elettrico come è misurato dell'elettrocardiogramma (ECG) è all'incirca sessanta volte più potente di quello generato dalle onde cerebrali registrate da un elettroencefalogramma

(EEG). La componente magnetica del campo del cuore può essere misurata a diversi centimetri di distanza dal corpo tramite uno strumento a Superconduzione di Interferenze Quantiche (SQUID) basato su magnetometri. Sapendo che questo campo esiste, i ricercatori di HeartMath Institute si sono chiesti se in questo campo conosciuto trovasse posto anche un altro tipo di energia non ancora scoperto.

Il campo magnetico del cuore risponde alla qualità delle emozioni e sentimenti che generiamo nella nostra vita. Proprio come il legame intuitivo fra i sentimenti e il corpo sembra indicare, anche le emozioni positive aumentano l'equilibrio ormonale fisico e

il ritmo cardiaco, oltre alla lucidità mentale e alla produttività. Altrettanto intuitivamente, gli studi dimostrano che le emozioni negative possono arrivare a influenzare fino a millequattrocento cambiamenti biochimici nell'organismo, che includono squilibrio ormonale, frequenza caotica cardiaca, "oscurità" mentale e bassi livelli di rendimento.

È stato anche rilevato che le chiare modalità ritmiche nella variabilità della cadenza del battito cardiaco sono distintamente alteratemodificate dall'esperienza di differenti emozioni.

Questi cambiamenti derivanti dalle emozioni, nelle onde elettromagnetiche, fanno variare la frequenza del battito, la pressione sanguigna e quella sonora

prodotta dall'attività del ritmo cardiaco, sono anche percepiti da ogni cellula del corpo a ulteriore supporto del ruolo del cuore quale globale e interno segnale di sincronizzazione fisiologica di ogni organo e sistema con i ritmi del cuore.

Le scoperte si sono spinte sino all'astrofisica: determinati strati dell'atmosfera terrestre, oltre alla Terra stessa, generano ciò che oggi viene definita una "sinfonia" di frequenze (comprese fra 0,01 e 300 hertz), alcune delle quali si sovrappongono alle stesse frequenze create dal cuore mentre comunica col cervello. È proprio questo rapporto apparentemente antico e quasi olistico fra il cuore umano e lo scudo che rende possibile la vita sulla terra ad

aver generato una splendida teoria e il progetto che la sta esplorando. Detto in parole usate dai ricercatori di HeartMath, il rapporto fra il cuore umano e il campo magnetico terrestre indica che "un'intensa emozione collettiva esercita un impatto misurabile sul campo geomagnetico della Terra".

Del resto, ha fatto notare, Bartoloni, come cuore derivi da *cor, cordis*, latino, che sta in parole come coraggio, misericordia e anche nel ricordo.

Il cuore come oscillatore che orchestra un campo elettromagnetico che riallinea i ricordi.

Un potente legame tra il perdono e il mondo dei quanti, sempre più chiaro, sempre più potente.

Si viene a creare allora un unico dominio di coerenza in tutto il corpo e facciamo la prima esperienza di unità.

Lo sapevano bene gli Egizi (come possiamo leggere nel papiro Ebers e Edwin Smith, citati anche da Carlo Conti nel suo libro *Fondamenti di Spagyria*) che il cuore parla attraverso la pulsazione ai vasi e alle membra del corpo.

Le persone che ho avuto la fortuna di assistere in questo processo profondo e potente mi hanno insegnato attraverso la loro esperienza ciò che accade anche fisiologicamente mentre il campo di coerenza si espande.

Il respiro muta completamente, le persone riferiscono un alleggerimento

istantaneo di tutto il corpo, riferiscono un reale sollievo anche fisico, eventuali sintomi somatici svaniscono e il corpo è letteralmente sollevato da un peso.

Il cuore stesso viene avvertito leggero ed espanso e una vibrazione si spande dal basso verso l'alto.

Rivedendoli nelle videoregistrazioni che abitualmente faccio delle sedute, io stessa provo un senso di profonda espansione e li ringrazio per questo dono della coscienza.

In questo dominio di coerenza cominciano ad avvenire quelli che chiamiamo insight, visioni interne: intuizioni istantanee che espandono la coscienza, oltre ciò che pensavamo di conoscere, oltre la personalità.

Il campo di coerenza cardiaca comincia a far accadere l'attivazione di tutti centri che da sempre l'oriente riconosce come centri energetici fondamentali, il centro del timo e il punto hara nell'addome, fino a quello che viene chiamato terzo occhio e la ghiandola pineale, al centro del nostro cervello.

Quelli che il Tao chiama "i diamanti" si attivano, sino a far vibrare il cosiddetto palazzo di cristallo, con al centro la pineale, da sempre individuata come nucleo della coscienza e sede dell'anima.

Nel mio ultimo CD *Auto-ipnosi quantica*, proprio sulla base di quanto ho visto accadere nelle persone che ho

seguito in questo potente processo, ho creato delle tracce che possano guidare in autonomia in questo percorso di espansione della coscienza e le molte recensioni inviate mi confermano che, sebbene in casi di serie patologie il processo sia preferibile che venga guidato, ai fini di una crescita interiore, esso può essere attivato anche in autonomia con la pratica guidata.

Quando giungiamo a questo punto, siamo allora profondamente connessi all'amore, che ha le sue logiche di misericordia, cuore per i miseri, cuore per le miserie dell'umano, e nelle miserie dell'umano trova il divino, come il filosofo sa trovare la gemma preziosa nella spazzatura abbandonata

per la strada.

È a questo punto che entriamo nel superconscio e accade il perdono quantico, nel senso di un perdono in grado non solo di far accadere una riparazione a livello emotivo ma anche coscienziale e fisico.

PERDONARE LA MALATTIA

Si può perdonare una malattia? Una depressione? Un tumore? L'obesità? La sclerosi multipla?

Si può fare e quando accade, succedono cose straordinarie nella coscienza.

Perdonare una malattia significa permetterle di fare parte di noi, esattamente il contrario di ciò che siamo abituati a fare quando applichiamo alla cura le metafore della battaglia, che vedono la malattia come un nemico e la cura come una guerra per debellarlo, con il paziente come un bravo soldato che con spirito pugnace deve applicare gli ordini del medico comandante.

Perdonare una malattia significa ribaltare questo paradigma, significa mettersi nei panni della malattia stessa, personificarla in modo gestaltico, farla parlare, infine arrivare persino a

ringraziarla per quanto sta facendo per noi.

Una mia paziente si ricorda bene il giorno in cui le proposi di perdonare il morbo di Paget che affliggeva il suo capezzolo destro.

Fu come una scoperta, fu quasi uno shock: cominciare col dire “ti perdono per” e lasciar emergere tutta la rabbia, la paura provata, le fantasie più orribili su come si sarebbe potuto deturpare il suo seno con una eventuale progressione di malattia... proseguire poi chiedendo perdono al morbo stesso, questo sembrava già troppo.

Eppure da farsi perdonare ce n’era e lo scoprimmo insieme: tutta la paura e la rabbia emerse prima che erano come un

non voler guardare, un non voler sentire, un non voler sapere quello che il corpo aveva detto, prima sussurrato, poi urlato con il sintomo.

Le lacrime già scendevano, ma era niente ancora rispetto alla profondissima commozione che salì a un acme energeticamente quasi intollerabile, tanta era la sua intensità, quando le chiesi di entrare nella forma del morbo di Paget, diventarlo lei stessa.

Fu lì che ci fu quasi un gemito urlato: fu investita da una profondissima desolazione, una solitudine, un senso di rifiuto, il contatto con una parte di sé degradata perché negletta, non vista, rifiutata.

Fu un'epifania: lacrime e uno

stringersi nelle spalle e nelle braccia come a volersi abbracciare, come a riabilitare una parte di sé.

Fu da lì che le cose cominciarono a mutare radicalmente, anche la risposta alle varie terapie convenzionali e no cambiò nettamente.

Si tratta di un mutamento nella coscienza che, in virtù dell'asse psiconeuroendocrinoimmunologico e della biocoerenza quantistica, può mutare la reattività di tutto il sistema biologico.

È molto importante che si comprenda come il processo non veda come soluzione l'individuazione di una causa psicologica della malattia, che, come ho già detto nei precedenti capitoli, sarebbe

l'equivalente di un'altra equazione meccanicista, semplicemente applicata alla psiche invece che al corpo, ma come muovendo profondamente le dinamiche psichiche si possa avere una trasformazione della coscienza in grado di catalizzare una quota di energia nel sistema molto maggiore di quanto accadesse prima.

Giovanna è molto scettica: razionale com'è, perdonare il tumore sembra una follia. Ma anche lei, forse con meno pathos espresso da Milena, arriva allo stesso punto. Si immedesima nel tumore e lo trova come un feto, pulsante e affaticato, che vuole vivere, non vuole morire, vuole essere tenuto, accolto, chiede di essere aiutato, ha persino

paura di lei.

Nadia è terrorizzata, non vuole fare la pratica del perdono perché teme quello che troverà.

Lo ha sognato il tumore che le parlava, qualche notte prima, e le diceva che c'era un errore nel suo computer, che doveva riconnettersi alla corrente.

Marco ha una depressione cronica resistente: perdonarla sembra impossibile, ma quando arriva lì, trova un mucchietto di ossa, quelle di suo padre, morto suicida.

Macabra visione che gli parla e gli chiede perdono.

E che dire di Giorgia che incontra le sue cellule tumorali durante un'ipnosi... Le trova inizialmente ostili ma perché

smarrite: la chiamano sovrana, le dicono perché le ha abbandonate ai confini del regno, senza mai andarle a trovare, senza mai fare visita come una brava regina dovrebbe fare ai suoi sudditi.

Lei è colpita, quasi interdetta: chiamata sovrana si sente imbarazzata, non è all'altezza. Invece le cellule tumorali le dicono quanto la amano, quanto aspettavano questo momento.

La rassicurano persino, sono loro a dirle quanto si trascura, quanto ha abbandonato e ignorato ingiustamente il suo potere.

Del resto la Mère era giunta a dire che nei suoi dialoghi con le cellule le aveva trovate persino docili...

Le cellule in ipnosi parlano a Giorgia

del sacrificio che stanno compiendo per lei, disposte a tutto, pur di riavere la loro sovrana.

Riemerge dall'ipnosi decisamente scossa, e per la verità anche io con lei.

Eppure dopo anni il suo tumore è fermo, non ha più avuto progressioni e lei si chiede in cosa ancora non ha recuperato la sua sovranità visto che lo ha fatto in buona parte delle dimensioni della sua vita, cambiandola radicalmente.

E infine Maria, con lesioni gravi da psoriasi: sotto ipnosi vede le lesioni come fossero cavità laviche incandescenti nelle quali la materia si fa e si disfa e comprende il senso profondo della sua malattia come tentativo

continuo di fare barriera e disfarla.

Il perdono della malattia, così come l'ho organizzato nella pratica clinica a mano a mano che si co-creava con le persone che giungevano da me, prevede anche la formulazione di una domanda, terribile e magnifica.

La stessa che Gesù Cristo rivolge a Giuda quando gli dice: "Quel che sei venuto a fare, fallo subito".

Questa affermazione richiede una preparazione coscienziale ed emotiva ad hoc, per la potenza di ciò che smuove, ma al momento giusto è in grado di catalizzare un'energia per il salto quantico davvero impressionante.

Immaginate uno stato di profonda concentrazione, a seguito di un lavoro

emotivo già avviato e in un'alleanza terapeutica consolidata: in questo campo di coscienza facciamo risuonare la frase, rivolta alla malattia, "quel che sei venuta a fare, fallo subito".

Ecco che tutte le peggiori paure, le angosce di morte, di solitudine, l'impotenza, la rabbia emergono alla coscienza in un istante e si presentano all'abreazione catalizzando un'energia stra-ordinaria per l'integrazione di coscienza.

Ricordo il caso di quella che chiamerò Lucia. Mi venne inviata dal suo stesso oncologo.

Era stata operata per un carcinoma mammario, e stava facendo la terapia ormonale come da routine.

Ma la sua storia aveva scosso anche il collega.

Infatti otto mesi prima aveva perso il suo secondo figlio, dopo pochi giorni di vita per un'ischemia, probabilmente legata a un problema di anticorpi rivolti alla placenta.

Una terribile diagnosi che la faceva sentire in colpa di avere "ucciso" il suo bambino tanto desiderato.

Tre o quattro mesi dopo il lutto, la madre di Lucia aveva sviluppato un tumore mammario e dopo altri tre o quattro mesi anche Lucia.

Il collega mi disse che la signora voleva riprovare subito ad avere un altro figlio, interrompendo le cure ormonali, il che avrebbe potuto essere

anche fattibile, se non fosse che la signora era davvero in uno stato emotivo molto alterato, con ansia, malessere, irritabilità...

Quando mi giunse, fu chiaro che il lutto non era stato elaborato: elaborarlo, poter accettare che quel figlio non ci fosse più significava confrontarsi con la "colpa" di quegli anticorpi antiplacenta prodotti durante la gravidanza, con la rabbia verso i medici che forse avrebbero potuto accorgersene, con la rabbia per come le era stata comunicata la notizia...

Con il fantasma terribile di essere una cattiva madre, come quella che aveva avuto lei e con la quale ancora il conflitto era aperto.

Fu toccante e intensissimo il breakthrough di lutto e poi di rabbia che ottenemmo con la ISTDP.

Solo dopo aver mobilizzato tutto questo fummo pronte per perdonare... se stessa, la madre, gli anticorpi, i medici, la malattia... che quel che era giunta a fare l'aveva fatto: aprire il vaso di Pandora su una sofferenza che esisteva da ben prima del lutto che sembrava avere scatenato tutta la vicenda.

Capii che avevamo davvero fatto un salto quantico quando Lucia mi chiese se fosse sbagliato l'aver pensato che poteva anche non fare un secondo figlio, visto che ce n'era uno già vivo, il suo primogenito, il quale non vedeva l'ora di stare con lei, che aveva dovuto

riprendere a lavorare presto quando lui era nato, per ragioni economiche, e così sentiva di averlo trascurato.

Per questo ci aveva tenuto tanto ad averne un secondo, ora che avrebbe potuto dedicarcisi di più e dimostrare, a se stessa in realtà, di non essere una cattiva madre.

Forse era proprio per questo che il secondo figlio non era rimasto in questa dimensione, perché lei capisse che non esistono cattive madri, esistono solo madri in difficoltà e finalmente si perdonasse per come aveva gestito la prima maternità e per avere la madre che aveva. E perdonando se stessa, perdonò anche la madre.

Il dono più grande del lutto fu di

restituirla alla madre che era e che poteva essere, come in fondo le aveva detto col suo linguaggio il tumore che si era manifestato proprio nella ghiandola della madre, in quel seno che rappresenta universalmente la madre.

PERDONO, CELLULE E SISTEMA IMMUNITARIO

Perché il perdono della malattia sembra avere una ricaduta così importante anche

sulla fisiologia?

A parte la considerazione che persone affette da tumore possono vivere di più e meglio se si interviene contro la depressione (dato emerso anche da uno studio delle Università di Stanford e di Alberta che ha messo a confronto due gruppi di donne con cancro al seno e metastasi, di cui solo le prime sono state curate per la depressione con una terapia di gruppo, avendo una sopravvivenza più che doppia rispetto alle altre, il che ha portato lo stesso Umberto Veronesi ad affermare che la mente gioca quindi un ruolo da "antitumorale" non poco efficace), dobbiamo aprire una parentesi sul nostro sistema immunitario.

Come lo stesso Luigi Grassi, Presidente della Società italiana di psiconcologia (Sipo), ordinario di psichiatria all'Università di Ferrara ha sottolineato: «*il punto chiave è che la depressione clinica non è un disturbo solo psicologico, ma una malattia che può indebolire l'organismo anche sul piano biologico. Ciò vale anche per l'infarto del miocardio: quanti sono colpiti da depressione hanno un rischio di recidive e di mortalità almeno triplo rispetto a chi, pur infartuato, non soffre di un disturbo dell'umore. Esistono infatti dati che indicano come gli effetti biologici della depressione si esprimano con un indebolimento delle difese immunitarie, come si sa da*

tempo, ma anche con alterazioni di diversi sistemi di regolazione ormonale e con un aumento di produzione di citochine. (...) controllare o mascherare i sentimenti è "tossico". Avviene quindi una sorta di disintossicazione emotiva in un contesto guidato dal terapeuta, cosa ben diversa da uno sregolato lasciarsi andare».

Il perdono giunge a completare i processi di autoguarigione emotiva che agiscono proprio sui meccanismi di repressione delle emozioni che stanno alla base della depressione.

La depressione e il sistema immunitario sono profondamente correlati.

Allora il completamento di un processo di autoguarigione emotiva, fino al raggiungimento di un nuovo stato di coscienza con il perdono quantico, non può che non avere una ricaduta anche fisiologica.

A questo punto proviamo a guadagnare una prospettiva simbolica sul nostro sistema immunitario e sulle nostre cellule.

Il nostro sistema immunitario è a livello biologico il custode della nostra identità, quello che garantisce chi siamo momento per momento, distingue ciò che è "io" da ciò che è "non io".

I problemi immunitari si possono definire in tre grandi classi.

La prima è la immunodepressione che

manifesta una riduzione dell'efficacia del sistema immunitario ed evidentemente predispone anche alle patologie oncologiche.

La seconda sono le allergie e le intolleranze che testimoniano un eccesso di reattività immunitaria; e infine, troviamo la terza classe dei problemi cosiddetti autoimmuni nei quali il sistema immunitario sembra farsi confuso e attaccare parti del sé.

Se vi fermate un istante a riflettere, queste posizioni riflettono tre dimensioni esistenziali.

Nel primo caso la posizione di accettazione passiva del mondo esterno: per paura dell'abbandono rinuncio a ciò a cui tengo, a essere me stesso; mi

tradisco per sopravvivere, mi faccio invadere, mi dissocio dal mio territorio, ne lascio una parte sguarnita e senza difese. Sono un Paese che si fa invadere e controllare da altri, senza un governo forte.

Nel secondo caso, siamo nella posizione opposta: reagisco al mondo esterno con rifiuto, collera, vivendolo come pericoloso, provando diffidenza, pronto a combattere.

Sono un Paese sempre con le frontiere armate.

Nel terzo caso ho rabbia ma la reprimo dentro di me per paura della reazione e del rifiuto.

Sono un Paese il cui esercito è ben armato ma spara contro la popolazione.

È interessante notare come in tutti e tre i casi vi sia sempre una dissociazione: nel primo caso da me stesso; nel secondo, dal mondo esterno; nel terzo, da una parte di me.

In fondo il sistema immunitario è il grande detentore del gioco infinito tra la polarità dell'appartenenza e dell'individuazione.

L'appartenenza ha a che fare con le radici, con il far parte di qualcosa, famiglia, società, team di lavoro e così via...

L'individuazione è al contrario la mia unicità, il mio essere diverso e uno.

Tutta la nostra vita è un passaggio da appartenenza a individuazione, direbbe Jung.

L'appartenenza è necessaria per sopravvivere, ma definisce la dipendenza. L'individuazione è la cifra della nostra libertà ma richiede una sana dipendenza per poter essere attuata.

Succede così anche alle cellule.

Pensate a un organismo unicellulare. Una sola cellula, già definita nella sua individuazione, ha un solo scopo: replicarsi. Il suo sogno? Ripetere se stessa all'infinito.

Noi siamo esseri pluricellulari nei quali a un certo punto più cellule si sono organizzate e hanno dato vita a tessuti e i tessuti agli organi: questa sovraorganizzazione che permette funzioni sempre più sofisticate e meravigliose ha richiesto l'abdicazione

al sogno primigenio dell'infinita replicazione.

Le cellule hanno appreso a comunicare tra loro, hanno imparato l'inibizione da contatto, e l'apoptosi, la morte cellulare programmata, per togliersi di mezzo quando nuocerebbero alla comunità.

Un equilibrio perfetto di appartenenza e individualità, in cui ciascuno è se stesso e una parte del tutto.

C'è un pool di cellule, le staminali, che non si differenzia, resta onnipotente, quantica in questo senso, cioè ancora in potenza, nelle infinite potenzialità dell'essere, e c'è il garante di questa unicità, il sistema immunitario.

Ma cosa succede se per qualche

ragione ci dissociamo da noi stessi? Ricordate ciò che il corpo rivelava nel processo del perdono quantico?

Le cellule tumorali, psoriasiche, depresse interrogate parlavano di questo.

Se a un certo punto mi dissocio da me, dal mondo o da entrambi in forme parziali, rompo cioè l'unità organica e organizzata del tutto che sono in equilibrio tra uno e molti, tra appartenenza e individualità, questo si riverbera in uno squilibrio.

Abbandono cellule in un distretto di me, sole, al loro destino, come ho abbandonato emozioni sole, represse da qualche parte ed eccole smarrirsi, o attivare un programma di emergenza nel

quale non valgono più le regole dell'organismo pluricellulare in equilibrio.

Eccole recuperare la logica primordiale dell'essere unicellulare, replicarsi, indefinitamente, incapaci di ritrovare il senso della loro esistenza in relazione con le altre.

Questo in fondo quanto da anni indaga Pier Mario Biava con le sue ricerche sulle cellule staminali.

Oppure ecco quelle cellule cercare di reagire con la flogosi nel tentativo di proteggerci.

Fortunatamente possiamo supporre che le cellule abbiano un margine spontaneo di recupero, visto che nel corso della vita attraversiamo tanti

conflitti che non si concretano in malattie, ma possiamo altrettanto ragionevolmente supporre che alla base di ogni importante problema di salute preesista una sorta di dissociazione tra la coscienza e il corpo, non già come radice psicologica della malattia, bensì come alterazione del funzionamento dell'unità psicosoma, che appunto deve funzionare in modo integrato e non tollera la dissociazione delle parti.

Il tema della necessità dell'unione tra coscienza e corpo è la stessa ipotizzata dalla Mère, nelle sue riflessioni sulla malattia e sullo yoga delle cellule.

Yoga come unione: perdono quantico come ripristino della rete di significazione tra le cellule.

L'intelligenza della singola cellula riconnessa con l'intelligenza del sistema immunitario e infine con la coscienza.

Ogni cellula allora fa ritorno all'interno del dominio di coerenza del campo quantico secondo la legge dell'armonia.

Un ruolo fondamentale in questo processo, ce lo spiega l'epigenetica, è svolto proprio dal DNA, interfaccia fisica e coscienziale del nostro destino.

È nel DNA che riposano le memorie degli antenati, è nel DNA che risuonano le emozioni, è il DNA che regola l'espressione genica nelle cellule.

È per questo che nel corso di Anatomia della guarigione quantica ho creato una pratica esperienziale che ho

chiamato QDF (Quantic DNA Forgiveness): si tratta di un processo di perdono che parte dalla condizione sintomatica, attraversa le emozioni di rabbia e colpa e giunge alla riparazione di tutta la catena transgenerazionale sino a noi, secondo il perdono quantico, e da questa posizione di espansione di coscienza si muove verso il mondo cellulare.

In questo campo attraverso l'induzione di una leggera trance ipnotica è possibile il dialogo con le cellule, esattamente come descritto nei casi precedenti, fino al DNA emotivo.

Sappiamo dagli studi di epigenetica che il DNA molto probabilmente risponde a visualizzazioni e

affermazioni ed è a questo punto che la persona è invitata a formularle.

Attraverso alcune tecniche di respirazione, ben note nella tradizione delle medicine sciamaniche, è possibile poi attivare ulteriormente l'espansione della coscienza agendo un perdono realmente somatico e coscienziale insieme.

Questo si rende possibile perché in quel momento viene ripristinata la relazione tra coscienza e corpo, la coscienza informa il corpo e il corpo si rende intellegibile alla coscienza.

Così si ristabilisce la coerenza del campo nel quale l'individuo può esistere e la connessione dell'individuo con il campo: e questa l'ho chiamata BCPQ,

BioCoerenza PsicoQuantistica.

Quarta parte

La coscienza quantica

12. La guarigione: un sogno (reale)della coscienza

Lo scorso aprile mi trovavo a tenere una relazione alla seconda edizione di “Dialoghi sulla coscienza”, evento di grande spessore organizzato a Forte dei Marmi dalla cara Simona Barberi e da tutto il gruppo del Mosaika.

Durante la tavola rotonda, a cui prendevano parte tra gli altri Giuseppina Tazzioli e Gian Paolo Del Bianco, preziosi colleghi che nell'ultimo anno si sono anche voluti impegnare nell'integrazione della ISTDP nella loro pratica clinica, Gian paolo volle raccontare pubblicamente un aneddoto che lo riguardava.

Alcune settimane prima era stato afflitto da una terribile labirintite che non si risolveva in alcun modo. Una notte riferì di avere fatto un sogno nel quale io gli parlavo dandogli uno spunto che si era rivelato utile per la guarigione: gli dicevo di accettare di essere smarrito, prendendolo per le spalle. La mattina la labirintite era

sparita: aver accettato nella coscienza quantica di essere smarrito, appunto nel labirinto, aveva fatto sì che la labirintite non servisse più come messaggero.

Gian paolo è un esperto di sciamanesimo, e senza dubbio il sogno, strumento di guarigione sciamanica per eccellenza, risuona in lui in modo particolare.

Io di certo rappresentavo una parte di lui stesso capace di illuminare zone d'ombra della sua coscienza.

Oppure, nella coscienza quantica, io e lui eravamo entangled e nella dimensione del sogno i nostri campi erano collegati.

Questo racconto però risvegliò in me il ricordo di tutte quelle volte in cui

persone che erano in trattamento con me mi riferivano di avermi sognata e in particolare il caso di Michela, autrice della lettera che chiude il mio primo libro *Anatomia della guarigione*.

Durante gli ultimi frangenti della sua terapia, svolta prevalentemente con la ISTDP, stavamo lavorando sul liberarsi dalle ansie anticipatorie che si erano create con gli attacchi di panico e ancora perduravano nonostante la scomparsa degli attacchi.

Così una sera, che era stata colta da quel genere di ansia, andò a letto, con la tentazione di assumere un calmante, ma al tempo stesso volendo provare a fronteggiare la paura con la sua presenza interiore.

Si addormentò, ma si svegliò con i soliti spasmi colici che tanto la agitavano... rassegnata ormai a dover prendere il calmante, invece si riaddormentò e mi sognò che le spiegavo, con dovizia di particolari (che poi mi narrò in seduta e che lei asseriva di non poter conoscere), il funzionamento dell'ipnosi sugli emisferi cerebrali e sul sistema neurovegetativo, dicendole che sarebbe stato sufficiente immaginare di assumere il calmante per ottenerne l'effetto.

La guidavo in un sogno nel quale si alzava, prendeva la pastiglia sul suo comodino con dell'acqua e poi si riaddormentava stando bene.

Al suo effettivo risveglio la pastiglia

era ancora sul comodino.

Tutto era avvenuto nel sogno, forse addirittura, ci direbbe David Bohm, nel campo del punto zero; o Ruper Sheldrake, nel campo morfogenetico.

Ciò che è interessante, a parte l'utilizzo dell'effetto placebo nel sogno, è che successivamente fu molto facile per Michela abbandonare le ansie anticipatorie, e continuare a utilizzare lo strumento che aveva appreso da me o da quella parte di lei che aveva impersonato in me, fino a potersi far tatuare una meravigliosa civetta, cosa che lei desiderava fare da tempo, su tutto il costato destro senza quasi avvertire dolore, autoinducendosi un'anestesia ipnotica che di fatto io non

le insegnai mai nella realtà...

O forse sì? Sarà più vera la realtà che chiamiamo reale o quella dei sogni?

Non vive forse comunque la nostra coscienza anche nel sogno? Forse vive un'altra dimensione del reale, come ci spiegano i soggetti che imparano a volare nei sogni lucidi.

Il sogno, d'altronde, è centrale in tutta la tradizione psicoanalitica ma prima ancora il sogno abita nel mondo antico, nelle fiabe, nei miti, nella Bibbia, nel mondo dantesco, nella poesia...

Il sogno è un grande archetipo della nostra esistenza, è uno dei codici prediletti dell'anima.

Ma cosa c'entra il sogno con la guarigione? E con il mondo dei quanti?

Lo sciamano sogna, sogna il sogno del malato ed entrando in esso individua, come in un viaggio astrale, ciò che non va, i frammenti di anima incagliati da qualche parte che non possono ricongiungersi al resto, i blocchi, le avversità che stanno producendo nel campo fisico i disturbi. Mette a posto le cose, con la sua stessa anima che agisce in quella dimensione onirica e poi fa ritorno, guaritore ferito lui stesso, al mondo reale.

Al tempio di Delfi, nell'antica Grecia, i malati giungevano. Veniva chiesto loro di addormentarsi, e sognare, sognare la loro guarigione.

Al risveglio per molti di essi la guarigione avveniva e ne abbiamo

ancora le testimonianze su piastre di oro che portano inciso il racconto del sogno che ha guarito la persona.

Sembra esserci un collegamento tra il sogno e la coscienza quantica perché il sogno è una dimensione della coscienza diversa dalla veglia, che sembra fare luce su una realtà ben diversa da quella della materia.

Fermatevi per un attimo e pensateci.

Chiudete gli occhi e vi addormentate. Ecco che giunge un sogno, state correndo, un'onda gigantesca vi insegue, sempre più vicina, ma non arriva mai, magie del sogno, e poi d'un tratto vi trasformate in un pesce variopinto che si tuffa nei flutti e di colpo vi ritrovate in un castello dove incontrate vostra madre

che però ha un volto completamente diverso ma voi sapete che è lei...

Tutto può accadere nel sogno... tempo e spazio stravolti, o inesistenti... Il sogno si forma nell'intimità di noi, è nostro, ma al contempo ci è estraneo, come un'informazione che proviene da un altro luogo e da un altro tempo.

Nel sogno non valgono le regole della veglia.

Allora il sogno come le immagini, le fiabe, le metafore, i riti è una dimensione altra della coscienza: è così che il sogno ci cura.

Sappiamo ormai che guarisce chi fa un salto di coscienza, allora potrebbe guarire chi sogna la guarigione?

La guarigione in questo senso è anche

un orizzonte per sognatori.

Forse lo stesso nuovo paradigma della medicina quantistica è per sognatori.

Del resto lo sappiamo che nel nostro cervello vivono centocinquanta miliardi di cellule che si comportano come i frattali, non sono governate da leggi spazio-temporali, ma piuttosto da immagini, fantasie, emozioni, archetipi, sogni nel senzatempo, il quale altro non è che il campo quantico.

La guarigione non può che avvenire nel Mondo tre di Popper, il mondo dei prodotti della mente, la noosfera, dove abitano tutte le idee, le fantasie, le idee, le rappresentazioni, come Amleto che vive di vita propria ben dopo

Shakespeare... come i miei libri che mi stupiscono per il lavoro che fanno al di là di me ogni volta, e capita spesso con mia grande gioia, che, a un convegno, a una conferenza, mi si avvicina qualcuno e mi dica: “Lei non lo sa ma la devo ringraziare perché leggere il suo libro mi ha cambiato e ha cambiato quelli a cui l’ho regalato”.

La guarigione è appannaggio dell’anima, è ermetica nel senso che appartiene a Hermes, dio del passaggio e dell’attraversamento.

Hermes psicopompo, accompagnatore dello spirito dei morti, che frequenta gli inferi, il mondo dell’aldilà e dell’aldiquà.

Hermes veloce, leggero, dio degli

scambi, anche dei furti, intesi come passaggio, cambiamento di sorte.

Dio della guarigione che porta il caduceo, simbolo ancora della nostra medicina, come bastone del messaggero.

Dio del fuoco, portatore del fuoco sacro, dio interprete, esperto nel *logos*.

I substrati cerebrali della guarigione non sono forse gli stessi della spiritualità, dell'onirico, dell'immaginario? E questi non funzionano forse secondo le leggi del campo quantico? Ne abbiamo parlato già nei primi capitoli di questo libro, esplorando le ricerche sul cervello degli yogi e dei mistici.

Il sogno quantico allora è il regno del campo del punto zero, è il mondo delle

potenzialità tutte da scegliere, in cui tutto è possibile.

Qui le neuroscienze di frontiera illuminano un altro spicchio dell'onirico.

Il sogno sopravviene infatti quando il dormiente è privo di ogni accesso al mondo, è immobile, senza alcuna attività muscolare, nella paralisi della fase REM, e avviene per sola azione del cerebrale che svolge scambi con se medesimo.

Il sogno, ci dicono le neuroscienze più recenti, non è un'attività di ristrutturazione della mente che serve per smaltire informazioni inutili, per fare pulizia, come si pensava, bensì porta il dormiente a stabilire una

relazione con la sua natura istintuale.

Tobie Nathan, etnopsichiatra, psicoanalista, ci dice che da questo punto di vista l'interlocutore del sogno è il proprio nucleo biologico.

Ogni giorno andiamo incontro a pressioni dall'esterno, come cibo, inquinamento, relazioni che ci costringono ad allontanarci un poco dalla nostra natura essenziale, da chi siamo veramente nella nostra essenza.

Allora, la notte, questo incontro al buio, nel silenzio e nell'immobilità, con noi, con il nostro nucleo biologico, diviene il momento nel quale torniamo a essere profondamente noi stessi.

Il sogno, come ci dice Michel Jouvet, serve per restaurare ogni notte la

persona nella sua unicità.

Allora il sogno nella guarigione diviene uno strumento per ripristinare la salute perfetta dell'origine.

Come nell'incubazione dei rituali degli antichi, dove restare chiusi al buio per un tempo indefinito permetteva l'iniziazione e l'iniziato era spogliato di tutte le illusioni che ne avevano offuscato il risveglio, così il sogno è ogni notte una piccola incubazione, fino al risveglio di nuovo come noi stessi.

Come per gli sciamani Mohave, descritti da George Devereux, esiste un sogno per ogni malattia e un sogno per ogni guarigione, bisogna solo trovarli, allora ci accorgiamo che la malattia è stata sognata, come accade a Mauro, che

durante la seduta, mi dice: “Io mi rendo conto che quando ero piccolo ci pensavo al fatto che da adulto mi sarei ammalato, io mi immaginavo così come adesso”.

Il frammento del mito della creazione che la riguarda deve solo essere rivelato alla coscienza.

Dov’è allora la coscienza?

Nell’inconscio? Nel 92% di mente che non utilizziamo? Nel potere computazionale del subconscio versus conscio? Nella coscienza del cuore e del cervello dell’intestino?

Perfino nella coscienza senza cervello: il recupero di coscienza in pazienti agonizzanti, la coscienza complessa in soggetti con ridotto cervello, le memorie di vite precedenti,

le NDE o esperienze di premorte ce ne danno prova.

Qui entra in gioco persino un altro funzionamento del cervello che coinvolge senza dubbio anche la ghiandola pineale, con la sua produzione di pinealina e DMT, che vedremo nel prossimo paragrafo.

Non esiste nessun avvenimento al mondo che, prima di accadere, non sia stato annunciato in sogno.

Poiché ci è stato insegnato che prima che qualcosa accada,

questa è stata annunciata nel firmamento,

da cui essa si propaga nel mondo

ed è trasmessa da un messaggero.

(Zohar 183a)

LA PIGNA MISTERIOSA AL CENTRO DEL NOSTRO CERVELLO

Oggi la ghiandola pineale sta tornando alla ribalta, e a volte viene anche in modi semplicistici indicata come la ghiandola dell'illuminazione: già indicata secoli or sono come sede dell'Anima da Galeno e Cartesio,

rappresenterebbe il punto di unione relazionale fra spirito e corpo fisico, consentendo di sperimentare l'espansione di coscienza.

Indubbiamente questa ghiandola il cui nome significa "al di sopra della natura" (da notare che ipofisi ha il significato opposto), detta anche la regina del palazzo di cristallo nella tradizione taoista, ha funzioni che la collegano al mistero più profondo della vita.

Alloggia appunto in un palazzo, tra diencefalo e terzo ventricolo tramite il quale comunica con il liquor cefalorachidiano che circola fino al sacro, circondata dal sistema limbico, accanto a ipotalamo e ipofisi.

È unica, non duplicata come tante

altre strutture nel nostro corpo.

Ha la forma di una pigna, e oltre alle sue cellule, pinealociti, nella sua parte più interna ospita dei fotorecettori, bastoncelli come quelli della retina.

La pineale è effettivamente un occhio interno, con funzione di fotorecettore e orologio biologico.

Il sistema ormonale è la tela del ragno e la pineale è il ragno, è solito dire il dott. Pierpaoli che dello studio della pineale in correlazione con la longevità ha fatto una missione di vita.

Compare al 49esimo giorno (settima settimana) di gestazione, epoca in cui secondo la tradizione tibetana avviene la migrazione dell'anima nel corpo.

La sua produzione ormonale è

massima nei primi mesi di vita, poi scema dopo i dodici anni e si dimezza intorno ai quarantacinque.

Dopo i sette anni un processo di calcificazione ha inizio con il deposito della sabbia pineale fatta di cristalli di idrossiapatite che hanno proprietà piezoelettriche, sebbene secondo alcuni studiosi sono alla base della riduzione del funzionamento complessivo della ghiandola.

Pulsatile fotorecettore e trasduttore piezoelettrico, possiamo in ogni caso dire che la pineale è come il direttore dell'orchestra endocrina, collegata ai cicli della luna, organo ancestrale, che si collega al ritmo luce-buio e alle stagioni.

Oggi riteniamo che la somministrazione esogena di melatonina sia in grado di riprodurre nell'organismo il picco notturno fisiologico tipico del buon funzionamento pineale dell'età giovanile e mantenga quindi la corretta sincronizzazione dell'intero sistema ormonale, proteggendo dall'invecchiamento la stessa pineale.

Ecco il razionale di utilizzare la melatonina come fattore protettivo dall'invecchiamento e dalle malattie.

Questo dovrebbe suscitare un maggiore interesse, piuttosto che l'impiego a bassi dosaggi della melatonina come sonnifero o per il jetlag.

Oltretutto non dimentichiamo che la melatonina viene prodotta oltre che nella pineale anche nella retina e nell'intestino, il che getta un ponte fascinoso tra attivazione interiore, osservazione e sentire.

Come se questa ghiandola che presiederebbe all'illuminazione, questo terzo occhio fosse collegato anche all'atto dell'osservare e alla connessione con il mondo viscerale.

Ci si illumina quando gli occhi diventano le gonadi dell'anima, la fecondano e l'intestino col suo cervello la radica nella terra e negli istinti come forze dense che si integrano con le più sottili.

Siamo esseri densi e sottili, dunque

ciò che ci accade è sempre collegato a un lavoro biochimico di ghiandole, organi e visceri.

A questo punto possiamo percepire come il nostro intero corpo è programmato per essere e vivere in comunione diretta con il tutto.

Potrebbe accadere che non lo percepiamo proprio per via di un'inibizione chimica.

Potrebbe esistere una chimica che inibisce la coscienza e una chimica che la espande.

Alcuni meccanismi relativi a questo li conosciamo già.

La pineale sana e funzionante dovrebbe essere in grado di produrre un quantitativo molto più alto di

melatonina, a partire dal triptofano, ma qui entra in gioco una dinamica serotonina/melatonina.

Anche la serotonina viene prodotta a partire dal triptofano e la serotonina stessa viene nella notte trasformata in melatonina dalla pineale, ma durante il giorno è assai facile che tutto il triptofano venga impiegato per la produzione di serotonina, che è in fondo il neurotrasmettitore legato alla posizione reattiva, alla dinamica di reazione agli stimoli dell'asse ipotalamo-ipofisi-surrene.

Il tono puramente serotoninergico è il tono dell'essere che vive nella materia, che reagisce agli stimoli, che ha dimenticato la sua essenza energetica,

sottile, il che dovrebbe farci riflettere sull'uso smodato e cronico degli antidepresssivi serotoninergici.

Il tono melatoninergico, o meglio l'attivazione della produzione di melatonina a livelli massimi da parte della pineale, è invece in grado di innescare una sequela di reazioni chimiche di sintesi a partire dalla melatonina.

Se tutto fluisse senza inibizione ci potremmo aspettare che la pineale, con alti livelli di serotonina e melatonina, inizi a sintetizzare altre sostanze che sono note, come armina, armalina, pinealina.

La pinealina è risultato essere un superconduttore molto potente: quello

che si può definire lo “stato della pinealina” si verifica in genere quando ci si trova nell’utero, nei sogni lucidi, nelle esperienze di premorte.

Si tratta di esperienze in cui la nostra coscienza è molto diversa dall’ordinario, infatti la pinealina è una betacarbolina, simile alla psilocibina dei funghi allucinogeni: abbiamo in noi una sostanza in grado di modificare le nostre percezioni... è endogena, sicura e gratuita!

Con la pinealina in circolo è facile che accadano fenomeni di percezione allargata, quella che potremmo definire “percezione olografica del mondo”.

A questo punto la pineale giunge a essere in grado di produrre i neurormoni

5-MeO-DMT e DMT, che alcuni chiamano molecole spirituali.

Il DMT, in particolare, è ritenuto il correlato della visione del terzo occhio: qui tempo e spazio mutano, tutte le cellule vibrano con l'universo, siamo nel campo quantico, allineati col campo.

Siamo fluidi, siamo oltre l'attaccamento, siamo nel sé quantico che è flessibile e così tutta la nostra biologia vive nella gioia del sé quantico.

Non abbiamo attaccamento ai traguardi e fluiamo attraverso la vita.

Possiamo andare ancora oltre... arriviamo a quello che la tradizione chiama *nirvikalpa samadhi*, diverso dal *salvikalpa samadhi*: nel nirvikalpa

siamo oltre la separazione tra soggetto e oggetto, siamo consapevoli di noi stessi e di essere nel tutto contemporaneamente.

Solo con la fisica quantistica abbiamo cominciato a capire il significato di questi termini sanscriti e a capire che sono davvero possibili.

Ananda, beatitudine, è la realizzazione di sé, detto livello quattro di coscienza, *turiyananda* è il livello cinque, stato di coscienza pura, esperienza della verità ultima.

Amit Goswami ci ha spiegato che nei Veda esiste anche un livello sei nel quale siamo oltre Dio, oltre gli archetipi, siamo oltre le qualità.

Oggi iniziamo a conoscere i

meccanismi energetici e biochimici che sottendono questi vissuti.

In alcuni studi, citati ad esempio da Barbara Goia e Giovanni Vota, si ritiene che ipotalamo, ipofisi e pineale vibrino a 8 Hz, frequenza ben nota per essere vicina alla frequenza Schumann.

Andrija Puharich, morto nel 1995, era un medico pioniere in ricerche sull'elettrobiologia e sulle capacità extrasensoriali del cervello. Durante la sua brillante carriera scientifica il dott. Puharich detenne cinquantasei brevetti americani e stranieri per le sue invenzioni nel campo della medicina elettronica, neurofisiologia e biocibernetica. Fu autore di oltre cinquanta pubblicazioni scientifiche e di

diversi libri divulgativi.

Una delle peculiarità del nostro cervello è che è molto sensibile a qualsiasi strumento che emette onde di frequenza, tra cui le ELF (Extremely Low Frequency), poiché tende a sintonizzarsi naturalmente con il segnale esterno. Nel prosieguo delle sue ricerche il ricercatore americano scoprì che se un soggetto veniva esposto a 7.83 hertz, la frequenza Schumann a cui vibra la Terra, si sarebbe ottenuta un'alterazione nella percezione facendolo sentire bene.

Così sotto l'effetto del DMT accediamo al campo, siamo nella coscienza quantica. Sono noti molti metodi dall'antichità per attivare questo

circuito, alcuni dei quali anche tramite assunzione di sostanze tipiche della medicina sciamanica.

Un'altra pratica antica, ben nota nel mondo egizio e non solo, è l'incubazione, il ritiro prolungato al buio.

Ma oggi possiamo conoscere vie da integrare nella nostra vita, meditazione, alimentazione, tecniche quantistiche che possono condurci dalla materia alla coscienza quantica.

Il salto quantico in fondo è istantaneo, è l'esperienza "ahah" o "eureka" e idealmente potrebbe capitare anche adesso.

Forse potrebbe capitare scoprendo ancora qualcosa su come, a livello

cerebrale, esistano due sistemi neurochimici fondamentali, polari e complementari fra di loro.

Uno chiamato sistema oppioide: è connesso alla vita inconscia, all'ipofisi o ghiandola pituitaria situata al centro del cervello (corrispondente al sesto chakra, o ajna). Questo sistema è attivo in condizioni di stress, dolore, ansia, irritabilità, inducendo immunosoppressione o stato di malattia. È mediato da catecolamine, steroidi surrenalici e oppioidi, endorfine e dinorfine. L'altro, il sistema cannabinoide, è connesso alla vita cosciente e supercosciente, dando la possibilità all'uomo di percepire l'Universo. È in rapporto con la

ghiandola pineale o epifisi, situata nell'encefalo pur non facendo parte di esso (corrisponderebbe al settimo chakra, o brahmarandhra). È il sistema coinvolto nell'induzione della percezione del piacere, della gioia e dell'espansione di coscienza nella spiritualità dell'Amore.

Non è dunque la produzione di endorfine a rendere possibile la percezione del piacere e a esaltare l'immunità, sono bensì i cannabinoidi e indoli pinealici.

La PNEI dimostra chiaramente l'esistenza nel corpo umano di una doppia regolazione, la prima secondo le leggi della natura metabolico-biologica, esercitata dalla ghiandola pituitaria o

ipofisi. Nell'ambito del puro metabolismo, quindi, tutti i corpi sono biologicamente affini fra loro. La seconda in rapporto alle leggi universali e spirituali, esercitata dalla ghiandola pineale o epifisi, cioè secondo dinamiche differenti, vicine alla natura energetica e alle leggi dell'energia che il mondo quantico ci insegna.

Ciò che stiamo sempre più scoprendo, anche grazie alla neurocardiologia quantica, è come esista un rapporto tra chimica, fisica e coscienza.

Prendiamo ad esempio il noto studio, citato anche da Nitamo Montecucco, secondo il quale in un cuore che non conosce l'Amore, la produzione endocrina sarebbe preferenzialmente in

termini di endotelina-1 (ET 1), la quale espleta attività inibitrice sia sulla ghiandola pineale che su quella coccigea del Luschka, ipoteticamente coinvolta nell'attivazione della *Kundalini*, attiva il sistema simpatico (predisponendo come tale all'ipertensione e all'ischemia miocardica), induce immunodepressione e agisce pertanto in senso protumorale. All'opposto, nel cuore che ama, la produzione endocrina si orienta di preferenza in termini di ormone natriuretico atriale (ANP), il quale stimola sia la ghiandola pineale che la ghiandola coccigea, attiva il sistema parasimpatico (che antagonizza l'azione del sistema neurovegetavivo simpatico), induce immunostimolazione ed espleta

pertanto effetto antitumorale. In pratica, la ET -1 disgrega l'unità della vita biologica, l'ANP mantiene l'unità vivente della persona, agendo quale principio di rigenerazione.

Potremmo arrivare a dire che le differenze nella biochimica umana non sono che funzioni del differente livello di Amore espresso dal singolo individuo, come stato dell'essere di una precisa fisiologia. Dal rapporto tra ipofisi ed epifisi, cioè nella loro relazione sinergica endocrina, e tra l'epifisi e l'attività endocrina cardiaca, un giorno si potrà forse arrivare a stabilire quanto un individuo sia aperto all'Amore, perché ogni stato di coscienza riconosce al contempo una

mediazione chimica.

La perdita dell'armonia fra uomo e Universo (tesi già postulata da Platone), causa di ogni malattia, diviene oggi documentabile chimicamente proprio a livello di alterata funzionalità pinealica in malattie gravi quali il cancro e le psicosi.

Dobbiamo dirci allora che è la coscienza quantica intesa come Amore a strutturare la nostra biologia.

L'amore diviene il fattore epigenetico e psiconeuroendocrinoimmunologico per eccellenza.

Anche la sessualità gioca un ruolo fondamentale in questa dinamica come crocevia della connessione dell'umano con il divino.

La psicochimica della sessualità potrebbe essere la stessa di quella che media l'espansione spirituale della coscienza: del resto, il tanto abusato concetto di attivazione della *Kundalini* potrebbe indicare il flusso che porta l'energia della sessualità nel pensiero ed eleva la sessualità fino a spiritualizzare la carne e carnalizzare lo spirito.

La fonte a cui attingere l'energia psichica dell'espansione estatica della coscienza allora non è che lo stesso vissuto sessuale con tutta la gamma delle sue sfumature erotiche.

Il calore del corpo si fa calore del cuore, che diviene infine dilatazione di coscienza.

PNEI, fisica quantistica e alchimia si connettono e si intrecciano restituendoci la nostra unione indissolubile di corpo, mente, anima, spirito.

L'Amore immunostimola, perché in realtà il sistema immunitario sul piano analogico non è altro che il sistema che mantiene l'identità di se stessi e amare significa in primis amare se stessi e la propria natura.

La PNEI dimostra che tutto è collegato a tutto, tutto è unità nella biologia del corpo umano e tutto risponde all'io, avendo le varie molecole una pluralità di azioni sia metaboliche che emozionali.

L'amore altro non è che forza di unificazione, e tutto il corpo sotto

l'influsso dell'amore diviene un grande risuonatore di archetipi, là dove ciò che è micro è ciò che è macro, e viceversa.

L'amore è riconoscersi se stesso e contemporaneamente essere l'altro.

Se avete una piccola vertigine, come è venuta a me quando ho cominciato a addentrarmi in queste ricerche, credo che siate un poco più vicini all'unità che siamo e alla vibrazione della coscienza quantica.

SERVE L'ANIMA PER GUARIRE

L'IMPOSSIBILE

La maggior parte dei paradigmi della psicoterapia implica sempre una dinamica in due fasi: prima la riattivazione dei vecchi ricordi traumatici, poi una qualche forma di tecnica per la riparazione della vecchia ferita.

Molti dei rituali terapeutici tradizionali, come i viaggi sciamanici, le guarigioni per mezzo di preghiere, le tragedie, le Messe, gli esorcismi implicano lo stesso meccanismo di aumento dell'eccitazione emotiva seguito da un rilassamento.

Quello che Ernst Rossi chiama

"*novità-numinosum-neurogenesi*",
come fattore in grado di agire epigeneticamente sulla formazione di nuove reti neurali, è invece un processo legato alla creatività: ammirare splendide opere, lasciarsi commuovere dal bello della natura, abbandonarsi a una musica rappresentano altrettante esperienze di apprendimentoc nelle quali accadrebbe proprio una trasmissione genetica e mitopoietica del *numinosum*.

Vi sarebbe allora una via che l'alchimia superior ben conosce, la quale attraverso esperienze "altre", di bellezza e trascendenza, condurrebbe alla guarigione. Per guarire allora ci vuole l'anima e ci vuole qualcosa che ci

trascende.

Gail Ironson, docente di psichiatria all'Università di Miami, esperta di medicina mente-corpo, studiando i predittori della velocità di progressione dell'immunodeficienza in soggetti diagnosticati come portatori di HIV, si è imbattuta in due marcatori sorprendenti: il punto di vista sulla natura di Dio e il rapporto personale di un partecipante con Dio (*Annals of behavioral medicine* 31, S074).

I pazienti convinti di non essere amati da Dio perdevano linfociti T a una velocità tre volte maggiore rispetto agli altri con tassi di cortisolemia molto maggiori.

Molte persone inoltre riferivano una

trasformazione spirituale dopo la diagnosi, un senso di sé che cambiava profondamente, producendo comportamenti diversi.

«*Forse una malattia che mette in pericolo la vita stessa può stimolare una persona a riesaminare la sua connessione con il sacro. La fede in un Dio benevolo è protettiva ma lo è ancora di più un alto livello di affermazioni personalizzate del tipo: Dio mi ama.*»

Analoghi risultati furono riscontrati sui tassi di mortalità da Constance Grauds nell'articolo *The energy prescription* pubblicato sul *Journal of Gerontology*.

Jean Kristeller, psicologa

dell'Università dell'Indiana, notò come dopo tre settimane di sette minuti al giorno di colloquio offerto a pazienti oncologici terminali dai propri medici su temi come la morte e l'anima, miglioravano parametri soggettivi e oggettivi di qualità della vita.

La preghiera e il suo ruolo nella guarigione è peraltro stata a lungo oggetto di molti studi.

La scuola medica dell'Università del Texas ha organizzato uno studio guidato dal dott. Thomas Oxman su pazienti che dovevano sottoporsi a interventi cardiochirurgici. I pazienti con forte spiritualità, intensa pratica religiosa o coscienziale, mostravano tassi di mortalità inferiori di sette volte rispetto

agli altri.

Oltretutto la preghiera gioverebbe anche a chi la formula, come ha mostrato Larry Dossey, il quale già nel 2005 aveva mostrato come ci fossero più di centocinquanta studi sull'argomento.

Atti di altruismo regolari prolungano la vita e migliorano livello di felicità, ci dice Wallis, in uno studio pubblicato nel 2005 dal *Times*.

Ma la ricerca si è spinta sino al mondo spinoso delle guarigioni a distanza: Elisabeth Targ, in uno studio su pazienti terminali con AIDS, riscontrò che, dopo sei mesi, quelli che avevano ricevuto trattamenti a distanza mostravano umore migliore, conteggio più alto di linfociti T e meno visite e

ricoveri (*Western Journal of Medicine*).

Lo psichiatra Benor ha raccolto tutti questi studi nel sito:

www.wholistichealingresearch.org.

Sul piano quantico, la preghiera potrebbe essere un'intenzione che fa collassare le possibilità dello spazio-tempo nella probabilità della guarigione.

Molto interessante che la fede alla luce dei quanti assuma allora un aspetto davvero innovativo.

Sembrano esserci nel Vangelo alcuni parallelismi con la fisica dei quanti che riecheggiano anche alcune affermazioni vediche.

Nella frase "Siate uno come lo sono con il padre mio" sembra risuonare

fortemente l'idea del piano di coscienza non locale di cui ci parlano i fisici, così come l'idea che "Tutto ciò che chiedete pregando vi sarà dato" sembra avere a che fare con l'idea che nello stato di preghiera esista una possibilità di co-creazione della realtà.

Anche le guarigioni miracolose che Cristo compie sono sempre connotate da una domanda: "Vuoi guarire?", che riecheggia l'idea che in presenza di una inversione energetica non possa accadere nulla.

Così come il prosieguo della guarigione, nella quale Gesù afferma "I tuoi peccati ti sono rimessi. La tua fede ti ha salvato. Vai in pace e non peccare più", riecheggia fortemente l'idea

quantistica del perdono.

La malattia non è giunta perché hai peccato, come spesso è stato interpretato il passaggio, bensì guarisci quando i peccati vengono rimessi, quando smettono di essere peccati, quando avviene il perdono quantico nell'accezione di cui abbiamo parlato nei precedenti capitoli.

Non è Cristo a guarire, ma la fede del guarito.

La fede intesa come la certezza di chi sa, piuttosto che come la speranza di chi crede.

Ed è per questo che è così importante la scienza, perché dà conoscenze alla mente razionale.

Sembra paradossale ma la scienza

tocca la fede. Chi sa e conosce come funzionano le cose che non si vedono, ha fede che accadano, esattamente come abbiamo fede che una ferita guarisca.

Vai in pace e non peccare più ci conduce all'importanza di sanare davvero le matrici interiori che hanno dato vita al conflitto, in modo che non vi siano più recidive.

Alle volte il Cristo dice "Vai e non farti più vedere in questo luogo": non comparire mai più in questa onda di probabilità, direbbe il fisico dei quanti.

In un certo senso, e qui siamo nel mondo delle metafore della psiche, una terapia quantistica emozionale corrisponde alla libertà spirituale e la mente materialistica può dare origine a

particelle che potremmo chiamare antispirituali quando vive nel "peccato" della separazione dall'uno.

Il perdono quantistico non sarebbe altro che la dissoluzione di particelle antispirituali, cioè particelle di separazione.

Questo gioco di parallelismi tra Vangelo e fisica dei quanti, già espresso anche da altri studiosi, non ha alcuna pretesa di scientificità, naturalmente; eppure la sua potenza evocativa è indiscussa perché ci conduce a una riflessione che ho condiviso pubblicamente anche con i miei colleghi dell'Università di Catania, nel corso del Convegno sulla Medicina Integrata tenutosi in maggio: le guarigioni

straordinarie hanno necessariamente una componente spirituale, nel senso che la malattia pone essa stessa quesiti per l'anima tanto del medico che del paziente.

Oggi la fisica dei quanti sembra ricondurci anch'essa lì, alla soglia dell'anima.

COME PROGETTARE CONSCIAMENTE LE CELLULE:IL RUOLO DELLO SCOPO

NELLA NOSTRA VITA

Oggi sono i neuroscienziati, i genetisti che si occupano di epigenetica, gli psiconeuroendocrinoimmunologi a dirci che, quando comprenderemo profondamente che con ogni sentimento e pensiero in ogni istante stiamo progettando consciamente le nostre cellule, allora avremo un grande potere su salute e felicità e questo cambierà le cose.

Se saremo in grado di suonare a lungo una sinfonia armonica della nostra esistenza fino al gran finale o meno,

dipenderà da convinzioni, sentimenti, pensieri che sono in realtà influssi epigenetici.

Abbiamo ormai compreso come pensieri, preghiere, immaginazioni sono "le cose dell'anima" in grado di modulare l'espressione genetica.

Nell'ottica dell'anima e della coscienza quantica, scopriamo che i conflitti, che tanto ci hanno preoccupato, non sono negativi perché sono alla base della creatività e chi guarisce, si eleva, si illumina o semplicemente è felice, è in fondo creativo.

Nella psicologia quantica il creativo sa come utilizzare la nevrosi per creare nuove cose: questa era un'idea già di Freud, che il fisico Amit Goswami ha

citato durante il corso promosso dall'Associazione di Attivismo Quantico Europeo.

La differenza tra un nevrotico e un creativo è proprio questa: come il creativo sa utilizzare la nevrosi per rinnovarsi.

Anche la differenza tra il malato e il guarito è questa: il malato, ricordate?, accetta la diagnosi e la prognosi; il guarito accetta la diagnosi, ma rifiuta la prognosi e da lì parte per un viaggio verso se stesso e verso il campo quantico della consapevolezza.

Allora progettare consciamente le cellule passa da questo, dalla riapertura di un orizzonte di senso che dalla scoperta della malattia procede verso la

re-missione, una nuova missione di vita.

Conoscere, intuire, individuare lo scopo della nostra vita è fondamentale per essere felici e per guarire.

Goswami nello stesso corso che ho già citato, organizzato dal prof. Gioacchino Pagliaro, ha fatto uno splendido parallelismo tra lo scopo della nostra esistenza e il concetto indiano del *dharma*.

Per conoscere lo scopo della nostra vita è necessario ricordare il nostro *dharma*.

Noi portiamo in questa esistenza schemi comportamentali che ci servono per rivelarci l'archetipo che la nostra anima ha deciso di esprimere.

Ma alle volte non abbiamo ancora

espresso l'archetipo dell'infanzia.

Come fare?

Tutte le professioni sono collegate a un archetipo e un primo modo per individuare se stiamo esprimendo il nostro archetipo essenziale è guardare la professione che svolgiamo e vedere se ne siamo soddisfatti.

Ci potrebbe volere del tempo: non preoccupatevi, chiedetevelo anche tutti i giorni per uno o due mesi e il *dharma* arriverà.

Esplorate un periodo infantile con l'intenzione di ricordare quale era il vostro *dharma*.

Calatevi in quel periodo, immaginatelo, guardate le foto di quel tempo.

Ponete un'intenzione come l'impegno che una volta che arrivi il *dharma* sarete pronti a esplorarlo.

Si può utilizzare anche il test kinesiologico per testare il *dharma*.

È importante che la formulazione dell'intenzione avvenga in risonanza con il movimento della coscienza. Dite a voi stessi: "Io intendo ricordare il mio *dharma* per un bene più grande, al servizio della coscienza collettiva. Se il mio *dharma* arriva, dedicherò la mia vita a seguirlo".

Le persone che sono guarite hanno ritrovato o scoperto il *dharma* della loro vita, il loro scopo, e hanno cominciato a perseguirlo, indipendentemente dal tempo che

avevano o che gli altri, medici o familiari, pensavano che avessero.

Hanno scelto se stessi prima di tutto.

La coscienza quantica passa da *cogito ergo sum* a *opto ergo sum*: scegliete di essere delle eccezioni, scegliete di osare di essere unici e irripetibili, dunque importanti per voi stessi e il mondo, scegliete di realizzare il vostro *dharma*, o il vostro tao, per il bene vostro e del resto delle coscienze e sarete felici e dunque sani.

Non abbiate timore di brillare, l'universo non avrà la vostra unica e irripetibile energia se rinuncerete.

SE UNA NOTTE UNA FARFALLA SOGNA DI ESSERE ZHUANG-ZI:DAL SOGNO AL VUOTO

È famoso l'episodio di Zhuang-zi che sogna di essere una farfalla, "*una farfalla svolazzante e soddisfatta e ignara di essere Zhuang-zi*". Ma poi, come scrive Liou Kia-hway (*Zhuang-zi,* Adelphi): «*Bruscamente si risvegliò e si accorse con stupore di essere Zhuang-zi. Non seppe più allora se era*

Zhou che sognava di essere una farfalla, o una farfalla che sognava di essere Zhou. Tra lui e la farfalla vi era una differenza. Questo è ciò che chiamiamo la metamorfosi degli esseri».

L'episodio è ben noto, ma io desidero richiamare la vostra attenzione sul concetto di metamorfosi.

Perché il sogno sarebbe così vicino alla guarigione?

Per via della natura metamorfica che lo abita: quante forme diverse potete assumere nel sogno, che trapassano e trasmutano l'una nell'altra...

Come è quantico il sogno, come abita nel vuoto dell'essere...

E la guarigione? Non è forse

immaginabile come una metamorfosi? Come l'espressione di una nuova identità? La remissione non è forse la re-missione? La nuova missione? Il DNA dei guariti non lo abbiamo forse immaginato come una nuova matrice che a partire dallo stesso genoma, mutando l'accensione e lo spegnimento di determinati geni, fa sì che si esprima una nuova identità, un nuovo fenotipo?

Il sogno sembra così vicino a tutto questo.

Abbiamo già compreso che abita nel senzatempo e nel senzaspazio.

Ma il senzatempospazio è il vuoto del mondo quantico.

Qui naviga il battello ebbro di Rimbaud che sotto i fumi deliranti

dell'assenzio trova l'ebbrezza del nulla senza fine e senza fini.

Ma invece che nel delirio della sostanza, possiamo fare, a partire dal sogno, l'esperienza lirica che accomuna mistici e filosofi, occidentali e orientali, e, perché no?, anche alcuni fisici, dell'io che si discioglie, come si dice nella meditazione buddista del Lama Ole Nydahl di cui abbiamo già parlato, che si disidentifica.

Ecco che la nostra fisiologia muta.

Il vuoto come esperienza di affinamento della percezione, che permette di cogliere l'indistinto e il precategoriale, nel quale l'io diviene l'altro e l'altro diviene l'io, la farfalla diviene Zhou e Zhou diviene la farfalla.

Allora è possibile riattivare canali di coscienza e di energia che ci consentono il salto della guarigione.

Pensate all'onironautica, l'arte dei sogni lucidi, allo yoga nidra, lo yoga del sogno, al Rêve Eveillé di Robert Desoille, che è stata la prima tecnica psicoterapica che ho appreso, nel primo master di psicoterapia che ho frequentato, ancora giovane specializzanda in psichiatria.

Per lungo tempo non l'ho utilizzato, non potevo comprenderlo fino in fondo, non ne avevo la maestria; ora che è giunto quel tempo, ho compreso come molte cose che facciamo sono davvero guidate da un'intelligenza superconscia che ci prepara e ci allena a ciò che verrà

di ciò che già siamo.

Nel sogno lucido, nel sogno da svegli guidato, nella disidentificazione della meditazione buddista o zen, nello yoga nidra in cui in shavasana, come dice il mio maestro di yoga, "let the body melt into the floor", lascia che il corpo si sciolga nel pavimento, può compiersi il miracolo come dice Montale nel celebre *Osso*:

Forse un mattino andando in un'aria di vetro,
arida, rivolgendomi, vedrò compirsi il miracolo:
il nulla alle mie spalle,
il vuoto dietro di me, con un terrore di ubriaco.

Il miracolo sarebbe quello di cadere per un istante atemporale nel nulla che sottende l'essere, nel non-essere a cui tende l'essere, dove si esauriscono i corpi nel fluire delle sostanze e delle frequenze, nella danza delle particelle solo probabili.

È qui dove tutto è possibile, il miracolo appunto.

Solo nel vuoto il vero movimento è possibile, quello sganciato da ogni forma.

Come ci si arrivi, francamente non mi importa.

Con una pratica fisica, yoga, qi gong, tai chi, facendo l'amore, pregando, danzando, recitando un mantra, guardando l'aurora come Loreta, chiusa

nella stanza della adroterapia con la maschera avvitata a proteggere il volto dalle radiazioni come Maria Cristina, sognando in una notte inquieta come Anna...

Ciò che conta è che i guariti, i guariti dentro prima che fuori, arrivano lì.

Al Tao, come direbbe Lao-tzu: difficilissimo concetto per noi occidentali... Eppure necessario, adesso, in questo tempo di trasformazione. Vicinissimo al vuoto quantico.

Tao significa sentiero, ma forse è soprattutto il passaggio che lo definisce.

Citando Laot-zu: «*Esiste una cosa che contiene tutto, nata prima che esistessero Cielo e Terra. Com'è silenziosa! Com'è solitaria! Se ne sta*

sola e non muta. Ruota su se stessa senza pericolo ed è la madre dell'Universo. Con riluttanza la chiamo Infinito. Infinito è Fugacità, Fugacità è Svanire, Svanire è Ritornare».

Il drago, il serpente uroboro, simboleggiano il ciclo, l'eterno sviluppo che torna su se stesso, l'assoluto che è relativo, la nube che si fa e si squarcia.

Sono vicini all'energia femminile, vuota, inscritta nel suo cerchio, immobile e in moto solo al suo interno, invisibile nella sua trasformazione, magica e taumaturgica per questo.

La Via è vuota, dice il taoismo, e nonostante l'uso non si riempie mai.

Il valore della brocca è nel vuoto che

accoglie l'acqua, così per i genitali femminili, così per la vagina che accoglie il pene, per l'utero che accoglie l'embrione, per il diaframma che richiama aria, per il diapason che fa vibrare il "la", per i cristalli di acqua ionizzata del nostro corpo...

Abbiamo speso molto tempo come medici occidentali a studiare il pieno della materia, il 5% di essa; ora viene il tempo di addentrarci nel vuoto e nell'oscuro, che necessariamente tenderà al chiaro per la compensazione eterna e ciclica degli opposti.

Così ho imparato da Jung a non interpretare i sogni con la logica di ciò che compare al centro della scena ma con le sincronicità che abitano i bordi;

come nel feng shui prima di tutto (mi spiega la mia paziente Cristina, venuta per un'emicrania cronica e ormai diventata un'esperta di olismo e un architetto feng shui) interessa il vuoto delimitato dalle pareti e dal tetto prima che il tetto e le pareti.

Se ci facciamo vuoto possiamo essere fecondati dalla nostra stessa anima.

L'anima può riabitare il suo corpo, spiritualizzarlo, vivificarlo, penetrarlo.

Infatti un'altra traduzione di Tao è "il senso": dal vuoto giunge il senso più profondo delle cose... l'anima delle cose stesse.

Allora la sostanza di cui siamo fatti muta.

Nelle arti marziali viene insegnato

che solo colui che riesce a fare di sé un vuoto in cui gli altri possano entrare e uscire liberamente potrà dominare ogni situazione.

Ho assistito a questo farsi vuoto in me e in persone che con me hanno vissuto l'avventura della terapia e della guarigione e posso solo provare a lasciare che il vuoto si scriva ora nelle parole che digito sulla tastiera.

Ho imparato a fare un passo indietro e poi un altro e poi un altro... e poi a scomparire.

E più scompaio e più ciò che deve accadere accade, più posso diventare aderente alle immagini di chi giunge e fare ciò per cui si è rivolto a me.

Così siamo nel campo quantico.

Così possiamo vedere il miracolo di cui parla Montale, l'improvviso squarcio nel reale dove abitano le figlie del vuoto, le intuizioni, e il dono della morte, la trasmutazione.

Solo chi muore a se stesso, trasmuta, come il bruco muore per divenire farfalla, come uovo e spermatozoo muoiono per dare vita all'embrione.

A questo punto, per chi giunge sui lidi sabbiosi della disidentificazione, negli altipiani silenti del vuoto, vi posso assicurare che morire non appare più come prima, la paura si dissolve, morire e guarire non contano più così tanto.

Vi garantisco che persone "normali", non maestri zen, a contatto con l'esperienza del vuoto, parlano come

maestri, persino mi scioccano o mi commuovono tanta è la sapienza che sgorga dal loro dentro.

Mi dicono come Anna, in sedia a rotelle: "*Sono felice, io rinasco*"; come Chiara, da anni e anni in viaggio con le sue lesioni epatiche e ossee, secondarie a una recidiva di un tumore mammario: "*Sono felice, sto bene, come mai prima. Ne valeva la pena, di arrivare qui. Io non ho alcun pensiero su come andranno le cose in pratica. Comunque vada, sono felice di avere scoperto quello che sto vivendo ora, di avere trovato me stessa. Io non sarei mai arrivata qui se non mi fosse capitato quello che mi è capitato. Io, davvero, non voglio nulla, voglio solo stare così,*

come ora. Va bene tutto, mi sembra tutto perfetto".

Qui Loreta ha trovato se stessa come Dea del silenzio e ne ha fatto un monologo teatrale.

Nel silenzio ci sono i segreti della natura, nel silenzio risuona l'armonia dell'inviolato.

Qui Loreta ritrova l'inviolato del suo corpo, violato dalla malattia e dalle emozioni represse dal tempo del suicidio della madre.

Qui Loreta si riconnette all'origine dove il corpo è vuoto, silenzio, amore.

Uno spazio vuoto e senza limiti, per l'anima che è senza limiti.

È dagli spazi vuoti che nei quadri dell'Estremo Oriente si sprigiona tutta

l'energia.

L'energia di ciò che non è ancora detto, non ancora definito.

Quel vuoto concreto dei quarks, dei neutrini, dei messaggi del DNA con i suoi ponti spaziotemporali.

È il vuoto di Lucrezio nel *De rerum natura*: un vuoto altrettanto concreto che i corpi solidi.

È lì che opera l'osservatore della fisica quantistica.

La coscienza quantica è questo.

Il Dottor Faust nella Taverna dei destini incrociati lo paragona alle miriadi di combinazioni realizzabili con le settantotto carte dei tarocchi.

E non è forse ciò che ci dicono i fisici dei quanti?

È lì che i mutamenti accadono come doni della natura, come i colori delle ali delle farfalle che escono perfetti da un processo spontaneo.

Lì dove abita una sapiente noncuranza che non è indifferenza, ma casomai è nell'indifferenziato, lì l'alchimista compie la sua impresa, forse in qualche fortunato istante può sottomettere la natura alla sua volontà che si è arresa, possedere la scienza del mondo, diventare mago o taumaturgo, che può con la volontà far accadere il processo inconscio della cicatrizzazione della ferita di cui parlavamo nel primo capitolo, così da far passare il corpo dal regno dell'inconscio al regno del superconscio.

LA LEGGE DEL PERMETTERE, OLTRE LA PAURA

Andare incontro al vuoto significa inizialmente anche fare qualcosa di temerario. Abbandonare la vecchia identità, colliquarsi nella paura dell'ignoto, anche della morte. Ciò richiede un grande coraggio. Ma ne vale la pena, poiché le ricompense sono incommensurabili.

Il più grande farmaco che guarisce è il vuoto.

In questi anni ho compreso che nel

vuoto accadono due processi fondamentali: la dissoluzione della paura e il permettere.

La paura, d'altronde, è una delle prove più grandi per l'essere umano.

Lo sapeva bene il Buddha.

La paura ci fa vivere sempre nell'allerta e soprattutto fare scelte non in base a ciò che vogliamo ma a ciò che non vogliamo, che vogliamo evitare che accada.

Così ci allontaniamo da noi stessi, tradendo la nostra essenza.

Se mi comporto così, lui mi lascerà. Se non seguo la carriera di mio padre lui penserà che sono un fallito. Se esprimo il mio amore, risulterò debole. Se riprendo a lavorare i miei figli si

sentiranno trascurati. Potrei seguire la mia passione, ma se poi non guadagno abbastanza?

Potrei provarci e se poi sbaglio?

Mente, dubbi, paure ed evitamento.

Un cocktail micidiale per le nostre cellule: pensate se un epatocita pensasse: "Potrei metabolizzare questa molecola, e se poi sbaglio?"; oppure il DNA: "Potrei sintetizzare questo gene, ma forse sarebbe meglio quest'altro".

Il caos.

Tuttavia se è vero, come è vero, che i pensieri sono la cosa più reale di cui disponiamo, allora c'è da pensare quale tipo di messaggio arrivi al nostro corpo quando siamo dominati dalla paura.

La malattia ci costringe al confronto

con tutto questo perché fa aumentare le paure, ma al contempo ne dissolve altre.

La paura di morire fa sembrare molto più piccola la paura di sbagliare sul lavoro o far arrabbiare il partner o deludere gli altri.

I guariti sono anche coloro che hanno avuto la scaltrezza di utilizzare la malattia per smettere di compiacere gli altri: a quel punto la posta in gioco era troppo alta.

Eppure tanti che si ammalano non lo fanno, non cambiano perché si aggrappano alle certezze che credono di trovare nel lavoro, nella famiglia allo status quo.

Invece le malattie attengono all'ordine delle trasformazioni.

Come in tempo di guerra e in amore, tutto è permesso.

Se la guardate da questo lato, la malattia libera.

Però se la riguardate sempre da questo lato, potreste liberarvi prima senza aspettare la malattia e con meno sofferenza.

Ma è difficile, perché almeno la malattia ci giustifica, siamo scusati se non facciamo quello che gli altri vogliono, se non siamo come gli altri si aspettano... siamo malati.

Abbiamo così paura di deludere e così bisogno di piacere, tranne che a noi stessi.

Quanta ipocrisia e quanta illusione che ci fa male e ci fa vivere le vite di

qualcun altro.

Deludiamo e tradiamo noi stessi, la nostra anima, la nostra essenza e poi, prima o poi, il corpo è incaricato di presentarci il salato conto.

Come fare?

C'è un modo semplice, potente, efficace.

La chiamo la legge del permettere.

Si tratta di arrendersi: uno sguardo che osserva e accoglie. Non commenta, è cedevole e morbido.

La resa significa affidarsi all'anima, dirle "pensaci tu".

Quando ho un problema ho imparato a dirmi: "Questa situazione non mi piace, oppure mi provoca sofferenza. Anima occupatene tu", e poi la affido al vuoto,

al buio, al silenzio.

Niente più commenti, niente più lamenti.

Io mi nascondo e lascio fare a chi in me ne sa più di me.

Benedico questa parte di me che sa che è tutto perfetto così e come io le permetto di prendere il timone della mia nave, mi condurrà dove anche io voglio andare ma non riesco.

Non benedico quel che accade perché sarebbe ancora una modalità dualistica di vedere le cose e per giunta molto più faticosa.

Sarebbe difficile benedire il furto del proprio portafoglio, o quantomeno si può fare, ma diffido sul fatto che non resti un'illusione di chi ha imparato

bene la lezione spirituale e la ripete a memoria.

Mi parrebbe una modalità da "pollyannismo": conoscete Pollyanna, la bambina sempre contenta che trova il bello in tutto... rischia di restare paralizzata a letto ed è sempre buona e contenta.

Ecco, il permettere come lo intendo io non è questo.

Forse perché non amo i buonismi, il permettere di cui parlo è un poco più vicino alla contraddizione che tanto ama l'anima.

Si tratta di dire: "Non sono contenta che mi abbiano rubato il portafoglio. Ma so che c'è in atto un progetto che non è quello del mio io, so che qualcosa ha un

senso perfetto per me in questo. Anima, fai tu, io non interferisco".

È lì che l'anima regala i suoi doni migliori, dolci, tiepidi e lenitivi.

Farmaci interiori che curano con i sogni, le immagini e le soluzioni che non ti aspettavi.

Se il "qui e ora" fa schifo, se il "qui e ora" è brutto, mi pare ovvio che non riusciate a benedirlo e chi vi dice di farlo temo si stia ingannando, oltre che ingannare voi.

In questo caso, la resa soltanto è la strada, perché apre le porte a uno stato mentale differente, in cui una chimica e una fisica della pace fanno capolino e dissolvono la chimica e la fisica della lotta, di chi non si arrende e si sforza.

Nel permettere abita il segreto dell'autoguarigione.

GUARISCE CHI...

Siamo giunti quasi al termine del nostro viaggio e ormai in voi molti concetti, pensieri ed emozioni si saranno mossi.

Tra poco, vi chiederò di seguirmi nelle ultime riflessioni che chiudono questo viaggio...

Vi chiederò di compiere il salto di coscienza fino alla non località.

Scrivendo il libro mi è capitato più volte di trovarmi tra bolle di

consapevolezza e intuizione.

Diciamo pure che il libro si è scritto da solo, usando me come propaggine fisica del suo scriversi.

Guarisce così anche chi guarisce. Diciamo che si lascia guarire, non dai medici che lo curano, ma non lo possono guarire, bensì dalla coscienza stessa, dall'archetipo della guarigione che si sta attivando in lui o in lei.

Si comincia con il conscio, dandosi il potere di guarire: ci si permette di poter guarire.

E si finisce con il lasciare andare, con il permettere che accada ciò che l'anima sceglie.

Si finisce col permettersi anche di morire, ed è lì che si permette alla

guarigione di accadere.

Quando permettiamo, siamo al di là di noi.

La guarigione è questa.

Così sono guariti anche quelli che non sono guariti apparentemente.

Quando l'io, come insegnava Groddeck in Nasamecu, si ridimensiona a favore dell'Es, che se invertite le lettere diventa il Sé, l'energia vitale che è presente dentro ognuno di noi e che fa funzionare insieme tutte le cellule, ci difende e ci cura, ricostruisce il corpo e lo rinnova.

Allora possiamo approcciare il miracolo dell'intelligenza cellulare, della costante relazione tra fisico e spirituale che vive in noi, della

vibrazione del DNA e delle proteine.

Guarisce dunque chi raccoglie la malattia come una domanda, e poi come un'opportunità e poi come una ben-attia.

Guarisce chi si attribuisce il potere di farlo.

Guarisce chi si concede di essere se stesso e aprire le porte alla passione e alla propria anima.

Guarisce chi apprende il dialogo con il soma che passa dalla sola percezione del sentire, dai sogni, dalle immagini...

Guarisce chi entra nel senzatempo

Guarisce chi conosce il vuoto e la disidentificazione. Come dice Nisargadatta Maharaj: *Tat tvam asi*, "Tu sei quello".

Tu non sei chi credi di essere, tu non

sei il marito, la moglie, il padre, la madre, il figlio, la figlia, non sei il lavoro che fai.

Tu sei oltre tutto questo e sei nessuno.

Accetta di morire, di morire a te stesso.

Quando questo soggetto che siamo muore, diventa nessuno e sorge uno che trova stabile dimora in noi stessi, allora muta persino il funzionamento di quell'apparato fisico di cui siamo dotati, la fisiologia del nostro corpo, l'attivazione delle aree del nostro cervello.

Nessuno e uno guariscono sempre, anzi sono già guariti, non si sono mai ammalati.

13. MEDICINA QUANTICA PREVENTIVA: LA CONSAPEVOLEZZA COME MEDICINA

Alla corte dell'imperatore cinese i medici avevano il compito di visitarlo ogni giorno per mantenerlo in salute.

Se si fosse ammalato avrebbero fatto una brutta fine.

È possibile che qualcosa di simile accada anche nella nostra odierna medicina?

(A parte la brutta fine per i medici, in caso di malattia, per favore.)

Credo di sì.

Il mondo quantico è un mondo di probabilità, dunque la prevenzione potrebbe proprio essere il suo alfabeto preferito.

A mano a mano che impariamo ad allinearci con il campo del punto zero, potremmo essere in grado di pre-venire...

Prevenire: dal latino *pre-venire*, giungere prima o fare prima ciò che altri volevano fare.

Potremmo dunque fare in modo che i

messaggi arrivino prima di collassare in materia, prima di trasformarsi in sintomi.

Ricevere il messaggio non appena collassa dal campo significherebbe evitare che nella linea del tempo si palesi un messaggero.

In quest'ottica le malattie croniche sono messaggeri inascoltati o che parlano lingue sconosciute.

Ma in quest'ottica potrebbe essere difficile pensare di fare prevenzione: come ricevere tutti i messaggi che collassano dal campo in ogni istante?

Del resto anche soggetti conosciuti come grandi maestri si sono ammalati, spesso anche di gravi malattie, lasciandoci persino smarriti.

Come è possibile che proprio lui o lei, così avanti, così profondo, che da una vita si occupava di queste cose... si sia ammalato?

Osho ci dà uno spunto quando sottolinea che l'illuminazione può essere fonte di malattia fisica se il corpo non è opportunamente preparato alla vibrazione in frequenze differenti da quelle abituali.

Un altro spunto me lo ha donato il caro Attilio Piazza che con Osho, peraltro, ha a lungo vissuto.

Mi faceva notare come vi siano fasi nelle quali la coscienza chiede di più; lui dice "chiede una maggiore trasparenza", come se la sostanza di cui è fatto il corpo potesse alleggerirsi e il

corpo non riesca a seguire.

Questo tema abita fortemente anche i concetti dello yoga integrale della Mère.

Allora la prevenzione potrebbe sussistere in una predisposizione all'armonia, in un'integrazione consapevole di quanto possa fornire al corpo il sostegno adatto alla ricezione di sempre più messaggi a mano a mano che arrivano.

Possiamo imparare dai grandi longevi.

Persone spesso semplici, che però vivono secondo due principi fondamentali: leggerezza e flessibilità, come mi ha insegnato Romeo Compostella, grande medico che considero davvero un maestro.

Romeo è il testimone lui stesso di questa ricetta.

A più di ottant'anni è fresco, leggero e pieno di vita. Visitiamo anche insieme in alcuni giorni e il suo entusiasmo è tanto garbato quanto fluido.

Nessun eccesso, eppure la vitalità è vibrante, la voglia di conoscere, la curiosità sono inesauribili.

Le personalità che sembrano non essere toccate da malattie sono abili nell'essere costantemente qui e non qui: anch'essi ricevono messaggi costanti e vivono traumi inaspettati, ma la differenza è che restano leggeri e si piegano come il salice sotto la neve per poi riacquistare la loro forma...

Nel libro *Life Beyond 100*, il

neurochirurgo Norman Shealy riassume quattro tipi di personalità e li collega sulla base di studi osservazionali alla longevità.

Il primo tipo di personalità è dominato dal pessimismo, il secondo tipo da senso di colpa e collera, il terzo oscilla tra collera e pessimismo e il quarto si considera autorealizzato e ritiene che la felicità sia una felicità interiore.

Shealy riferisce che gli appartenenti alla quarta categoria tendono a vivere più a lungo e a morire di vecchiaia, sviluppano in una percentuale inferiore all'1% cancro o patologie cardiovascolari, contro il 9% che le sviluppa nel terzo gruppo ad esempio.

Per converso, il 75% di coloro i quali muoiono a causa di patologie cardiovascolari e il 15% di coloro che muoiono di cancro appartiene al secondo gruppo.

Nel primo gruppo l'aspettativa di vita è di trentacinque anni in meno rispetto al quarto gruppo e il 75% di essi muore di cancro.

Dobbiamo considerare che emozioni come la collera, sentimenti come l'odio, esperienze di frustrazione si tradurranno in una chimica della rabbia, dell'odio e così via.

Oltretutto, quando le nostre riserve energetiche sono costantemente impegnate nel percorso dello stress, non rimane energia sufficiente a sostenere i

processi rigenerativi che riparano i danni, sostituiscono cellule da smaltire e la ricostruzione ossea rallenta, i livelli di cellule immunitarie e anticorpi in circolazione si riducono. Il cortisolo viene prodotto al posto del DHEA (deidroepiandrosterone), tanto prezioso per la vita, con gli effetti che ben conosciamo.

Romeo ha anche un'altra caratteristica: la coerenza.

È coerente con ciò che dice, ciò che fa rispecchia le credenze che afferma.

E, come dice lui, questo non perché sia un atto di fede, ma perché lo ha verificato con l'esperienza.

Romeo studia le ricerche scientifiche, le conosce, ma nel profondo impara

dall'esperienza.

Ama i pazienti che si sentono amati da lui, non perché vuole bene loro e li coccola, ma perché ama scoprire l'essenza che c'è in loro.

Sotto il profilo neuroscientifico la leggerezza, la flessibilità, la coerenza sono attributi del funzionamento integrato: integrazione emisferica, integrazione cuore-cervello, e intestino-cervello, attivazione pineale.

Oggi conosciamo anche sotto il profilo scientifico il funzionamento di questi circuiti che, una volta attivati, ci fanno funzionare come un grande unico magnete, un sistema energetico complesso ma unitario, sincronico e coerente in cui la plasticità orchestra

una danza costante.

Kempermann e Gage, che si occupano di neuroscienze, prevedono un futuro in cui la rigenerazione di reti neurali sarà una pietra miliare della terapia, le prescrizioni dei medici comprenderanno modulazioni degli stimoli ambientali e sociali, e il medico staccherà dal suo blocchetto di prescrizioni un foglio che potrebbe contenere al posto del farmaco, o in aggiunta a esso, una particolare convinzione o pensiero...

Secondo la studiosa Jean Houston, nel suo libro *Jump Time*, l'evoluzione sociale non procede secondo un continuum, ma a balzi.

Come accadde nel Rinascimento, così ora siamo nel Rinascimento emotivo ed

energetico.

Le persone che accedono a trattamenti alternativi sono sempre di più e sempre più cercano altre risposte, oltre quelle della medicina convenzionale.

La coscienza sociale, quella che Teilhard de Chardin chiamava noosfera o psicosfera, aggregato di tutte le coscienze della società, sta mutando.

Nel campo quantico nuove onde di coscienza stanno collassando.

Si profila un orizzonte neanche troppo lontano in cui gli esseri umani potranno accedere a un funzionamento proattivo invece che reattivo: invece che reagire agli stimoli esterni, li governeranno partendo dal mondo interno.

Gli esseri umani avranno mente calma

e cuore aperto e si sentiranno man mano parte di un orizzonte più vasto, quello delle nuove potenzialità dell'integrazione tra materiale e trascendente, e questo farà bene anche al nostro corpo.

Sarà un salto quantico, di coscienza e per primi lo dovranno fare i medici, che lo cercano per i loro pazienti, ancora senza comprendere che potranno chiederlo e vederlo accadere solo dopo averlo compiuto dentro di sé. Dopo il salto quantico la Sanità apparirà in modo molto diverso: gli ospedali saranno come luoghi di rinnovamento spirituale e ristrutturazione emotiva piuttosto che stazioni di pura riparazione di pezzi di un corpo visto come

meccanico.

Come già in forma più ridotta accade al Center for Emotions and Health in Canada dove medici di varie specialità accolgono persone con tutti i tipi di patologie, psichiche e somatiche, occupandosi in modo trasversale del ruolo dei fattori emotivi nella loro patologia.

Scienza e olismo saranno integrate, come ci insegna la Cabala con le sephirot *Dahat* e *Keter*: *Keter* è ben nota, la corona, e rappresenta il creatore ultimo, il sé divino, transpersonale, il luogo in cui la nostra individualità si unisce a tutte le coscienze.

L'altra faccia della medaglia è *Dahat*, la sfera senza numero, virtuale, non

facente parte dell'Albero, che rappresenta il legame connettivo tra tutti i piani dei mondi, la conoscenza, l'accumulo di ciò che è noto, la coscienza attraverso il sapere.

Keter e *Dahat* sono intercambiabili, se così si può dire: la prima è la prospettiva di Dio, la seconda dell'Uomo.

La prima il sé transpersonale, la seconda il campo quantico con i suoi infiniti potenziali: spiritualità e conoscenza sono le due facce della stessa medaglia, trascendente e scienza sono intrecciate.

Le persone saranno preparate all'autotrattamento emotivo-energetico come prima linea di intervento e i

medici lo insegneranno come atto medico preventivo.

Medici e pazienti co-creeranno il cambiamento insieme, anche con pratiche spirituali e con l'intenzione.

I costi della Sanità, dell'impiego di farmaci, del ricorso a visite, ricoveri e passaggi in PS saranno ridotti dalle pratiche di salute e felicità interiore.

La consapevolezza come medicina significherà tutto questo.

Quella che Rodolfo Fiorini ama definire "scienza 2.0" lavorerà in accordo con l'anima e con la persona al centro perché sarà riconosciuto il valore delle singole persone che possono cambiare le cose anche semplicemente cambiando se stesse.

La terapia della credenza entrerà nelle pratiche mediche: come spiega Bernie Siegel in *Amore, medicina e miracoli*, amare pienamente se stessi e gli altri produce un innalzamento dei linfociti T, delle immunoglobuline.

Io per la verità già lo faccio: oltre alle prescrizioni classiche quando necessarie, prescrivo affermazioni e letture da assumere almeno mattina e sera per trasformare le credenze.

L'amore guarisce: quando ad Amit Goswami è stato chiesto cosa avrebbe detto ad Angelina Jolie circa la scelta di farsi asportare diversi organi per prevenzione antitumorale, Amit ha risposto dicendo che, indipendentemente dal diritto di autodeterminarsi che ogni

persona ha e sul quale lui non sindacava, ciò che avrebbe detto ad Angelina sarebbe stato di vedere se c'era amore nella sua vita: perché se c'è amore nella propria vita per sé e per gli altri, come l'amore della coscienza quantica nella quale siamo tutti collegati, nessun tumore verrà.

Il tumore, nell'ottica di Goswami, segna un disallineamento dal campo del sé, quello in cui la persona manifesta il proprio archetipo.

I medici per primi possono mutare la propria coscienza: praticare la consapevolezza e l'intenzione, imparare le leggi dell'energia, la maestria dell'anima, senza rinnegare affatto la scientificità della tecnica.

La coscienza quantica riguarda medico e paziente insieme, in un unico campo co-creato.

È questo il segreto della BioCoerenza PsicoQuantistica di cui ho già parlato.

I medici conosceranno i punti su cui far leva per attivare la guarigione a livello dell'energia.

La medicina appare molto diversa nel mondo quantico rispetto al mondo meccanicistico perché a fronte della massima specificità tecnica e scientifica è guidata dall'anima.

Ci interessa la storia, la biografia della persona perché vogliamo trattare tutto il sistema.

Inoltre vogliamo che accada un paradosso: che la persona guarisca

prima della malattia, cioè si armonizzi con la propria essenza prima di tutto.

Questa è la vera guarigione: in quest'ottica anche la morte può essere riconsiderata.

Come mi hanno insegnato due mie pazienti che hanno lasciato il corpo e mi hanno chiesto di assisterle nel passaggio, la morte è anche la guarigione stessa.

L'anima si autodetermina e quando tocca la coscienza dell'io con la consapevolezza dell'imminenza della morte regala alla persona una fase di lucidità estrema, di profondità e compassione che è vera guarigione.

I medici sapranno scoprire ciò che attiva il campo quantico proprio e altrui,

quale è la via per risvegliare la saggezza della persona che hanno di fronte.

Opereranno dalla coscienza quantica, orchestrando l'intenzione assieme alla sincronicità: così ciò che per noi è contingente, pura coincidenza, diverrà strumento per la comprensione della rete che è sottesa alla materia, eco del campo in cui ogni evento è un legame di senso tra noi e la vita.

L'intenzione, il saper formulare propositi come matrici di senso che informano il biocampo sarà come vivere una conversazione quantica.

I medici, che vedono spesso miracoli, ma non ne parlano, sapranno che è normale che questo accada perché conosceranno tecnologie energetiche

sempre meglio e più profondamente, e invece che usarle come protocolli le useranno con la presenza coscienziale di chi sa che le arti terapeutiche che si posson integrare alle tecniche, sono i pensieri e le credenze del medico.

Il prof. Gioacchino Pagliaro ci ha raccontato al recente corso con il prof. Goswami, che ho già citato, la vicenda di un suo paziente terminale il quale ha praticato con lui meditazione come strada di terapia là dove sembravano non esserci più strade.

Pagliaro ci raccontava di come abbia detto al suo paziente che doveva crederci e come lo abbia chiesto a se stesso.

Solo così il biocampo morfogenetico

creato da terapeuta e paziente può cambiare.

Oggi disponiamo di tecniche per misurarlo che ci condurranno a validare ciò che le antiche medicine e filosofie hanno sempre detto: l'intenzione è ciò che di più potente possediamo.

L'Esp photo system è ad esempio un dispositivo per documentare il fenomeno del biocampo energetico che si viene a creare tra medico e paziente; e la dott.ssa Tanja Rivkina e lo stesso Pagliaro hanno già svolto misurazioni nelle quali si può vedere come il biocampo del paziente possa essere influenzato dall'intenzione e dalla coscienza quantica del medico.

Sarà sempre più la coscienza

quantica, la capacità di contattarla e la capacità di mobilizzare energia, anche e soprattutto a partire dalla mobilizzazione stessa delle emozioni, carburante del salto quantico, a fare la differenza.

Ma c'è qualche semplice pratica da adottare? Seguitemi nei sette minuti di coscienza quantica.

I SETTE MINUTI DI COSCIENZA QUANTICA

Come forse chi mi conosce saprà, non amo i manuali e neanche gli esercizi.

Perché poi non li fate! E per la verità non li ho applicati nemmeno io per lungo tempo.

Ci vuole un mutamento di coscienza affinché l'idea di una pratica interiore prenda piede ed entri nel vostro tessuto come un atto naturale, come respirare o dormire o mangiare.

Tuttavia è innegabile che la coscienza quantica non sia la coscienza razionale, perciò non vi suggerisco un esercizio, una pratica o un protocollo da seguire, ma vi chiedo se avete voglia di dedicare sette minuti della giornata al contatto con la vostra coscienza quantica.

Dato che gli studi indicano che sette

minuti di dialogo con il medico su temi spirituali modificava la qualità della vita di pazienti terminali e che il sette è un numero quantomeno colmo di rimandi, potreste cominciare con sette minuti.

Puntate la sveglia, così saprete quando terminare e magari scoprirete che vi dispiace smettere.

In questi sette minuti potreste dedicarvi in realtà a qualsiasi attività vi faccia sentire bene, vi colleghi con l'anima, vi faccia sentire connessi e in contatto con l'amore.

Ma so che in questo momento magari avete la testa vuota e non vi viene in mente nulla.

Ecco allora una piccola traccia.

Seguitela e poi fate ciò che volete, modificatela, dimenticatela...

Al mattino l'energia è quella dell'alba del mondo, un ottimo momento per quanti volessero allinearsi con la coscienza quantica.

Allinearsi con la coscienza quantica significa allinearsi con la non località, con la sincronicità e la connessione.

Respira e sorridi, sei vivo, al di là dello spazio e del tempo.

Sfrega le mani tra loro e senti il calore che si genera.

Apri le braccia, senti l'energia dell'universo e poi portala al cuore, e attiva il cervello del cuore, attiva il suo campo che allinea tutte le cellule in un

istante.

Respira nel timo, nel cuore, nel torace e nell'addome fino al pavimento pelvico, passando per un punto che chiamiamo Hara, sotto il tuo ombelico.

Ora fai risalire l'energia dal basso verso l'alto fino al terzo occhio.

Resta presente e senti il circolo dell'energia dall'alto al basso, dal basso all'alto, perché ciò che è in alto è in basso e ciò che è in basso è in alto.

Localizza la tua coscienza nel corpo, ovunque essa sia, in qualsiasi punto.

Poi immagina di farla uscire da te, la percepisci davanti al tuo cuore, poi più lontana nella stanza, poi nel campo, dove vuoi.

Fai un viaggio per il mondo, ovunque

tu voglia.

Espandi così la tua coscienza e godi della non località.

Ascolta lo scopo della tua giornata di oggi e connettilo allo scopo dell'anima: ascolta ciò che il tuo superconscio e il tuo inconscio integrati vogliono da te.

Crea l'intenzione della giornata di oggi, trova una parola per esprimerla ed emettila ascoltandone il suono.

Richiama la tua coscienza dentro di te, riapri gli occhi ed eccoti ritornato nella realtà tridimensionale come un viaggiatore nel tempo dal senzatempo.

Quante cose possono accadere in soli sette minuti... dipende solo dal piano di coscienza in cui stiamo.

14. Oltre il tranello

Che cos'è la verità?

L'alchimista e lo scienziato si assomigliano in questo. Entrambi non credono.

Fuggono le credenze, le superstizioni, le opinioni, gli *ipse dixit*.

Entrambi osservano, partono dalla materia, dalla natura.

Vogliono vedere le cose come sono per davvero.

Alcuni scienziati di recente avrebbero rinvenuto nel mesencefalo la sede anatomica e fisiologica dei fenomeni più sottili della coscienza, altri studiano l'attivazione della pineale durante la preghiera.

Ma forse dell'anima i saggi non parlano...

La causalità ascendente che domina il modello scientifico positivista e meccanicista è sempre in attesa che si realizzi il suo sogno di trovare la base anatomica della coscienza, il pezzo, la parte, almeno il network cerebrale che sia in grado di produrla; così quando due eventi visibili e riconoscibili a livello sensoriale accadono insieme, come l'attivazione di un'area cerebrale

e l'atto del pregare, ad esempio, ritiene che se ne possa derivare l'origine di un evento invisibile e ultrasensoriale come la scelta del pregare, la concentrazione e l'amore nel farlo, e così via.

La scienza studia la materia al fine di trovare come da essa origini, come un fenomeno biochimico, la vita della coscienza: da ciò che è spesso il sottile, si direbbe in termini alchemici.

Ma l'alchimista sa, come nessun altro, che lo spesso e il sottile sono indissolubilmente intrecciati, che lo spesso è il sottile e il sottile è lo spesso.

L'alchimista osserva, apparentemente come lo scienziato, ma sa, e per questo è così vicino alla coscienza quantica, che non c'è nulla al mondo che esista se non

a partire da un'osservazione e muterà al mutare dello sguardo.

Il Kremmerz ce lo dice chiaramente ne *La porta ermetica*, lo scienziato non sa o non comprende che ciò che ritiene vero è il frutto di ciò che ha deciso di osservare, studiare... la scienza stessa è un prodotto essa stessa della coscienza dello scienziato che la studia.

L'alchimista e il fisico quantistico sanno allora che la verità, cioè come le cose sono per davvero, è che le cose sono il mistero stesso.

Sa che le leggi della chimica e della fisica stessa non sono le vere e più profonde leggi della natura.

Infatti gli oggetti sono in verità possibilità, probabilità.

Possibilità per chi? Per cosa?

Possibilità per un osservatore, per una coscienza che le sceglie al fine di produrre effetti, come afferma Amit Goswami, fisico in fondo alchemico.

Le vere leggi della natura sono quelle della coscienza.

La natura ha la sua coscienza, segreta, misteriosa, che orchestra il mondo intero, la crescita delle piante e le fasi della luna, lo sviluppo di un feto e la guarigione delle ferite, la metamorfosi del baco da seta, la fecondazione e la partenogenesi, il battito del cuore e i segnali che regolano la vita dell'alveare...

Materia e coscienza appartengono alla stessa sostanza, spessa e sottile.

Separando lo spesso dal sottile se ne cerca l'essenza, che è un volo tra i due poli della probabilità e della manifestazione.

Deus sive Natura, che significa, come chiosa anche Raffaele Morelli nel libro *L'alchimia*, citando i grandi dell'Arte Regia da Gurdjieff a Ouspenski, da Kremmerz a Schwaller de Lubitz, che Dio è la natura e l'essenza e l'apparenza sono la stessa cosa: siamo materia piena di dei.

La fisica quantistica non parla di Dio, ma in un certo senso lo sfiora. L'alchimia non parla di Dio, ma sa che Dio è nella natura.

La coscienza quantica è forse tutto questo, Dio e la Natura.

Se la coscienza non sceglie, tutto resterà probabilità, non manifesto: solo la coscienza può convertire ciò che è probabile, sospeso nel ventre sempre gravido e mai sgravato dell'essere, in evento concreto, che nasce al mondo e si fa.

Allora, afferma Goswami, dobbiamo liberarci dall'idea che la coscienza sia una conseguenza di un fenomeno cerebrale, che sia materiale.

È persino paradossale pensarlo: se la materia è fatta di possibilità, come potrebbe la coscienza, che osserva e fa esistere, derivare da un cervello che è solo possibile finché non venga pensato?

Sarebbe come acquistare una possibile casa con del possibile denaro.

Il significato si propaga come un'onda e diviene pensiero e il pensiero si riverbera nell'ambiente e crea un campo cosiddetto morfogenetico.

Se non siamo grossolani, se evitiamo di voler rendere tutto misurabile, siamo alchemici e quantici: comprendiamo come materialismo e dualismo, che abitano il razionale scientifico meccanicista, non possono essere la soluzione.

Il prof. Fiorini, a un convegno organizzato dalla brava Giulia Cavalli, docente illuminata di psicologia ed esperta di mindfulness, mondo infantile e molte altre cose, ci ha spiegato magistralmente tutto questo: finché noi ci poniamo domande lineari riceveremo

risposte lineari, ma quando saremo in grado di vedere la natura di tutto ciò che esiste, al di là dei sistemi lineari?

Le ricerche del gruppo di Fiorini propongono un nuovo paradigma, basato sull'interfaccia con le realtà attraverso uno shift dal pensiero logico alla coscienza analogico-intuitiva.

Ma se il fondamento dell'esistenza di questo mondo materiale fosse dunque la coscienza, e la fisica quantica induce a sospettarlo pesantemente, allora molti degli interrogativi troverebbero risposta e molti dei problemi soluzione.

Se il nostro compito di ricercatori fosse quello di ricercare le leggi nascoste della coscienza nella natura, allora staremmo ricercando quel sapere

invisibile che sottende tutto, compresa l'evoluzione biologica, e che è in grado di produrre effetti che invece, quando accadono, chiamiamo miracoli.

Ma i miracoli, quando avvengono, non avvengono in contrasto con la natura, come ci insegna Sant'Agostino, piuttosto avvengono in accordo con essa, ma in un modo che ancora non abbiamo spiegato.

La scelta cosciente non è un atto dualistico tra coscienza e materia, la scelta cosciente crea l'osservazione, che sceglie dalle possibilità, meglio ancora, che riconosce dal vortice probabilistico la forma.

Noi, vittime dell'illusione macroscopica, dimentichiamo che ciò

che vediamo, ad esempio con i nostri occhi, non esiste nella forma che noi vediamo.

Si tratta di onde, di frequenze, che noi poniamo nello spettro del visibile.

I nostri occhi sono in grado di cogliere quelle e non, ad esempio, i raggi infrarossi che può vedere il pipistrello.

Non solo, una volta che i nostri occhi hanno registrato queste frequenze, essi le inviano alla corteccia cerebrale non sotto forma di immagini, ma di impulsi elettrici con i loro correlati biochimici, e l'immagine si forma nel cervello come un prodotto di un'attività corticale che dà una forma e una immagine all'impulso elettrico.

La verità è che si vede con il cervello e il cervello dà le forme, crea le immagini.

Allora cosa fa la coscienza? Riconosce e sceglie.

Questo risolve l'incubo dell'unificazione della fisica classica e della fisica quantistica che ha ossessionato centinaia di ricercatori e costringe a creare realtà su realtà, dimensioni su dimensioni che si moltiplicano, per spiegare questa in cui siamo immersi.

Ma allora siamo noi a scegliere la nostra realtà?

Allora possiamo mutarla, visualizzandola, ripetendo affermazioni e così via?

Qui sta il tranello, qui sta la tentazione del dualismo e del materialismo sempre dietro l'angolo.

Avviciniamo un mistero e lo vogliamo tecnologizzare subito, vogliamo il metodo, quello da applicare e dal quale ottenere i risultati attesi.

Allora fioriscono i corsi per pilotare la realtà, dalla legge dell'attrazione in poi... ma spesso, soprattutto trascorso il *wow effect* del primo momento, sembrano smettere di funzionare.

E se il metodo fosse non applicare nessun metodo? Così le cose funzionano e sembrano magiche. Non perché non ci sia un metodo: la natura, la coscienza quantica, Dio, se volete, regolano le spirali di una conchiglia secondo la

geometria sacra della sequenza di Fibonacci, e le forme del broccolo e degli alveoli polmonari secondo le regole matematiche delle equazioni frattaliche.

Ma il metodo non deriva e non potrà mai derivare dalla coscienza razionale.

La coscienza è sottile nella sua essenza, l'ego invece la vuole immediata e logica.

Scegliere dalle possibilità dell'essere le trasforma in fatto concreto in questa dimensione: è vero, ma la coscienza non sceglie nello stato ordinario in cui noi siamo abituati a stare.

Questo è il tranello: nello stato ordinario noi possiamo scegliere solo tra differenti versioni di una matrice già

designata.

Come scegliere tra il gelato al cioccolato o alla fragola.

A parte il fatto che nessuna formula matematica, reazione biochimica, equazione fisica potrà mai trasferirci l'esperienza del gusto cioccolato o gusto fragola, il che la dice lunga sul primato della coscienza nella nostra esperienza umana, resta il fatto che, pur scegliendo tra i due gusti, la nostra non è una scelta assoluta e libera, ma sempre condizionata dalla matrice originaria.

Applicato alla nostra realtà è come dire che io posso mutare ad esempio la mia professione ma non potrò mai vedere cosa sarebbe accaduto se all'età di dieci anni avessi fatto per caso una

scoperta sensazionale che mi facesse ritenere un piccolo genio.

Non abbiamo realmente una scelta, perché la nostra coscienza, nello stato ordinario, è influenzata dall'ego e dalla personalità cioè da esperienze passate, copioni, programmi, eredità transgenerazionali, memorie della vita intrauterina e così via.

La coscienza ordinaria è soggetta al tempo lineare.

Una scelta davvero consapevole che consista nella conversione di una possibilità in un fatto accade a un livello più sottile e nel senzatempo.

Chi è che sceglie allora?

Noi crediamo davvero di essere un'unica realtà... individuali? No, tutto è

uno.

Fuori dalle nostre vicende, là fuori, dove abita la coscienza non locale, vediamo che la storia che ci sembra vera è solo una delle tante vite che potremmo vivere e che non c'è separazione.

Il pensiero orientale ha questa idea dell'uno che è così sottile... non la si sente davvero espressa come appare quando la si contempla dentro.

Forse non si può.

Nella medicina cinese non esiste nulla di per sé.

Il rene ad esempio non esiste come organo da solo.

Esiste il rene che è paura, il fegato che è rabbia.

E poi il fegato rabbia è legno e il legno è energia cosmica.

La rabbia è il verde della bile... il fegato in sé non esiste, se non come energia ancestrale rallentata in percezione materica.

L'urina che vi ho suggerito di osservare nel suo scendere limpida dal canale che chiamate uretra, cos'è se non energia dell'acqua nella coscienza non locale?

Appare come urina, ma è acqua piena di urea come era il brodo primordiale.

Ma non c'è psicosomatica in questo, c'è unione, ciò che è dentro è ciò che è fuori, e viceversa.

Qui abita la coscienza non locale e la scelta che può dirsi davvero tale

proviene solo dalla coscienza non locale, l'equivalente di ciò che i mistici chiamano Dio, l'io cosmico, la coscienza cosmica e interconnessa.

Questo noi siamo quando ci riconnettiamo al campo.

Infatti Anita Moorjani e le mie pazienti Maria Cristina e Anna lo sanno.

Maria Cristina mi scrive:

«Durante il processo di "sopraffazione da parte dell'amore", mentre ero sdraiata nel mio letto mi si è spontaneamente presentata un'immagine, ma direi anche una sensazione, che sembrava un tentativo di collocazione di tutta questa energia emozionale che mi pervadeva.

«Ho visto, sentito e vissuto in me stessa un flusso leggero, ma intensissimo, luminoso che saliva dal basso e che si proiettava all'esterno attraverso il cuore e la gola, in una luce verde e azzurra che so essere la rappresentazione dei chakra del cuore e della gola.

«La luce, calda e colorata fluiva, ma al contempo stava lì in me e le sensazioni che ho provato sono state di profonda verità perdurante oltre che di forza, di amorevolezza e di immensa gratitudine.

«Mi sono anche chiesta se fosse davvero necessario riscuotersi da una tale beatitudine e infatti per un bel po' me la sono goduta senza interferire.

«*Il corpo è la parte densa dell'anima. Questo rende molto bene la sensazione di unità dell'essere che io avevo un po' perso per strada, ma che è riemerso in me*».

Nel processo di creazione la coscienza diventa oggetto e soggetto, non c'è vero dualismo, la separazione è meramente illusoria.

L'osservatore stesso è una possibilità: esso stesso, se lo pensiamo come cervello, non è che un osservatore possibile.

Come nelle opere di Escher, esiste quella che Goswami chiama una gerarchia intrecciata tra soggetto e oggetto.

Qui non ci sono più cause, non ci sono più perché. La sincronicità governa tutto.

I giudizi spariscono. Le contraddizioni sono solo movimenti dell'anima.

Siamo dunque chiamati in questa esistenza a scoprire cosa la nostra anima, cosa la nostra coscienza non locale vuole da noi: l'esistenza che è *ex-sistere*, stare fuori, rimanda allora a ciò che emerge dall'essere.

L'essere è e non è, ciò che da esso emerge esiste, cioè prende un nome, si fa, accade.

Cosa conta in questa vita dunque? Forse null'altro se non questo, come per una mia paziente che mi racconta di

avere letto un passo di Jodorowski nel quale questo autore racconta di una sua esperienza di lavoro psicogenealogico.

Claudia mi dice di essersi chiesta cosa sarebbe stata se non fosse stata madre, moglie, professionista, se avesse sfrondato tutto, chi sarebbe stata? Si è resa conto in un attimo che vi erano ancora altri strati della sua esistenza, i ricordi, le memorie, i miti familiari... e se avesse tolto anche questi? Che ne sarebbe stato di lei? Chi era?

Essere naturali, questo conta, ma spesso confondiamo il terreno con il seme.

Il terreno ci nutre, condiziona il nostro nutrimento, ma vi è qualcosa nel seme che lo rende unico in qualsiasi

terreno, sebbene pur sempre condizionato dalle caratteristiche del terreno.

Intendo dire che un seme di girasole è tale nei campi rigogliosi della Toscana, come nel deserto del Gobi.

Cosa lo fa essere seme di girasole?

Claudia era giunta a questo, togliendo, togliendo sempre più: nessun commento, nessun giudizio, nessun perché, nessuna causa-effetto.

Allora la coscienza quantica vuole qualcosa da noi: che siamo il seme che siamo, dall'inconscio, dai suoi meandri, che Jung ha rappresentato così potentemente nelle miniature del Libro Rosso, conduciamo il nostro viaggio fino al superconscio: come Jung anche

Assagioli vi giunge.

Allora noi scegliamo come ego, crediamo di farlo, ma c'è un'unità, un "dietro di noi", un luogo in cui la nostra coscienza cosmica inghiotte tutto e tutto ha un senso.

Questa coscienza è obiettiva e imparziale, è naturale, sa ciò che va fatto e come.

Pensate allo stato di emergenza, in cui appunto dal mare dell'essere qualcosa emerge come non ordinario, in un tempo che diviene stra-ordinario: in emergenza le cose collaborano in modi inspiegabili e creativi, penso al racconto di un'altra mia paziente, Gisella, che, di fronte a una grave diagnosi formulata alla figlia ventenne, si dispera. Poi, sfinita, cede al

sonno. E durante il sonno, sogna e incontra una donna, di cui non ricordava più nulla, ma che aveva conosciuto al mare tanti anni prima.

La mattina apre gli occhi ed ecco il flash: alla signora era stata formulata la stessa diagnosi e la signora aveva trovato, dopo molto peregrinare, un chirurgo che era riuscito là dove altri avevano rinunciato.

Ne parla con il marito, sembra che nessuno ricordi il nome della signora o del chirurgo, ma, la sera dopo, aprendo la pagina di Fb, il marito legge una storia di una bambina operata dallo stesso chirurgo in Francia.

Coincidenze? Sincronicità, direbbe Jung.

Il tempo dell'anima, l'intelligenza della coscienza non locale.

La stessa che fa sì che gli uomini dell'Amazzonia sappiano esattamente come bollire la resina per ottenere il curaro senza avvelenarsi respirandone i fumi, la stessa che permette alla mia cagnolina Zoe di riconoscere l'erba giusta da mangiare nel prato quando sta male.

Per poter scegliere e guarire allora dobbiamo entrare in questa dimensione, in uno stato di coscienza che potremmo chiamare alterato, semplicemente è la coscienza quantica, non locale, istantanea, nel senzaspazio, nel senzatempo.

Eterna, non perché in un tempo che

non finisce mai, ma perché fuori dal tempo.

Tutti gli esperimenti Ganzfeld, il progetto P.E.A.R. e Noosphere dell'Università di Princeton, l'effetto Maharishi ci parlano di questo, del fatto che la coscienza possa esistere nella comunicazione a distanza, tra cervelli che si parlano con interazioni non locali.

Sembra folle, lo so, eppure gli esperimenti Ganzfeld parlano chiaro.

Due persone che comunicano senza segnali locali nella dimensione spazio-tempo come possono farlo? Perché sono connesse tramite la coscienza non locale, questa sembra essere la risposta migliore.

Essere connessi allora significa che

l’ego si riconnette a un altro stato di coscienza.

Come afferma Amit Goswami, l’agire dell’Ego e l’essere della coscienza non locale si ricollegano.

Ciò che è condizionato, quando accade questa connessione, ritrova il respiro di Shiva che quando inspira risucchia tutto il mondo nella sua bocca e dentro di sé dove è il nulla, che non è vuoto, semplicemente è prima di qualsiasi nome.

La parola Tao, che viene tradotta anche come “senza nome”, ha come significato più profondo “senso”.

Il senso ultimo delle cose, che è nel paradosso del non dirle, del non definirle, nel concetto incommensurabile

del wu wei che mi ha insegnato Calogero Falcone, l'agire non agire che ci mantiene in equilibrio con il Tao, con la natura e il senso.

L'essere è dunque senza alcuna condizione, caratteristica, definizione. È e non è, questo il paradosso, bene e male, notte e giorno...

"Non ti farai alcuna immagine di me": i grandi mistici del chassidismo lo sapevano bene.

Siamo fatti a sua immagine e somiglianza, ma non possiamo rappresentarlo: ogni rappresentazione esce dall'essere, ogni definizione lo tradisce.

Il tema della giustizia di Dio così forte nell'ebraismo, la domanda del

popolo perseguitato, la domanda di Giobbe, ci fanno comprendere profondamente cosa significhi quel vuoto che abita il 99% dell'atomo.

In un libro piccolo, ma vertiginoso, intitolato *Risposta a Giobbe*, Jung immagina come Giobbe, vessato all'inverosimile, sollevi l'ira del giusto verso Dio.

Dio allora sfodera la sua natura terribile e si rivolge a Giobbe con tutta la violenza che vi è nella natura come nel divino... che Giobbe capisca di essere un nulla, riducibile a un pugno di sabbia, se Dio lo decide.

Allora Giobbe comprende, si rivolge a Dio e gli dice: "Ora so chi sei, sei anche cattivo, sei bene e male".

Allora, solo allora Dio soffre e patisce, solo allora Giobbe riceve nuovamente tutto ciò che gli era stato tolto.

Solo nella congiunzione di bene e male, accade un salto di coscienza.

È lì che Maria Cristina ha accesso alla sua parte crudele e vendicativa. Dopo lo stato di beatitudine provato, accade un fatto che sembra riportarla indietro, alle emozioni distruttive, invece è un passo avanti, l'ultimo feroce passo verso l'anima.

Lasciarsi accadere nella violenza della sua vendetta, vedersi come bene ma anche come male.

Realizzare la vera coniunctio oppositorum interiore, senza commenti,

senza giudizi di sorta.

Allora Maria Cristina è come Dio in quel momento.

Pensiamo che Dio debba essere perfetto: “Come potrebbe allora lasciar uccidere e soffrire tutta questa gente!”.

E qui sta un altro tranello o un altro miracolo: la perfezione di Dio esiste solo nel non manifesto, in quel dominio in cui tutte le possibilità esistono. È lì dove Dio è bene e male insieme. Lì dove la malattia è benattia e benattia la malattia.

Solo chi giunge lì, come la mia paziente Chiara, e Chiara è anche la mia collega con cui stiamo esplorando la benattia delle loro malattie, lo sa.

Chiara e Chiara toccano ogni giorno il

paradosso del bene e del male che si intrecciano, si scambiano i ruoli, diventano l'uno e l'altro, quando entrambe contattano la coscienza non-locale, l'una entrando in autoipnosi, l'altra sognando e talora parlando e urlando, persino, nel sonno, dove dà comandi ai suoi macrofagi e parla con il sistema immunitario, come le narra il marito, anch'egli medico, che si sveglia ed è giunto talora a registrare ciò la moglie dice nel sonno perché attonito dalla potenza di ciò che esce dalle sue labbra.

Nella coscienza non locale tutto è perfetto, nel non manifesto tutto è possibile, ma quando usciamo dal non manifesto necessariamente le cose

devono prendere una definizione, ed ecco le limitazioni per le quali ciò che ci accade deve essere positivo o negativo, giusto o sbagliato, buono o cattivo.

Servono limitazioni anche per creare il tempo: lo sapevano bene i saggi della Cabala, che ci insegnano che il tempo è stato creato perché altrimenti le cose accadrebbero tutte insieme e noi non potremmo vederle con i sensi.

Nel tempo, tutto il possibile del senzatempo viene rallentato in modo che accada e si manifesti.

Nel manifestare creiamo evoluzioni che in fondo non sono altro che rappresentazioni dell'essenza.

Pensiamo alla nostra evoluzione

anche sociale: la coscienza collettiva che sta mutando, la medicina stessa che trasforma i suoi paradigmi.

Non sono forse rappresentazioni progressive sempre più vicine a ciò che è sottile? Un'evoluzione alchemica, di progressiva unificazione?

Grazyna Gosar e Franz Bludorf nel loro libro *Vernetzte Intelligenz* spiegano queste connessioni in modo chiaro e preciso. Gli autori riportano anche alcune fonti secondo le quali gli uomini sarebbero stati come gli animali, collegati alla coscienza di gruppo e quindi avrebbero agito come gruppo. Per sviluppare e vivere la propria individualità, tuttavia, avrebbero abbandonato e dimenticato quasi

completamente l'iper-comunicazione. Ora che la nostra coscienza individuale è abbastanza stabile, possiamo creare una nuova forma di coscienza di gruppo. Così come usiamo Internet, il nostro DNA è in grado di immettere dati nella rete, scaricare informazioni e stabilire un contatto con altre persone connesse. In questo modo si possono spiegare fenomeni quali telepatia o guarigioni a distanza.

Con la nostra tecnologia stiamo creando rappresentazioni sempre migliori di ciò che è sottile e questo piace all'anima, la globalizzazione piace all'anima...

Così accade anche al nostro cervello: i circuiti cerebrali si modificano quando

meditiamo, ad esempio, così come le onde cerebrali mutano e diverse aree cerebrali si sincronizzano.

Il cervello diviene una possibilità materiale, un canale per l'espressione della coscienza.

Un mondo futuro che avrà la pace sarà un mondo di coscienza, in cui il sapere intuitivo guiderà le altre forme di sapere.

La scienza sta dimostrando come il piacere, l'amore e la spiritualità hanno un potere immunostimolante, che il nostro organismo secerne sostanze endocannabinoidi che hanno una ricaduta sul sistema immunitario, che siamo un tutto interconnesso con l'Universo, come dicevano i filosofi dei

tempi passati. È stato finalmente riconosciuto ciò che la concezione magico-alchemica del mondo ha da sempre sostenuto: sia la psiche che l'autocoscienza sono corpi che esistono indipendentemente dal corpo fisico, quali realtà di materia ed energia sottili, ma al contempo esiste per ogni stato emotivo e per ogni stato di coscienza un equivalente chimico (ormone, neuroormone, neurotrasmettitore, neuropeptide, citochine) che media a livello fisico le realtà soprasensibili psichiche, mentali e spirituali, senza il quale non sarebbe possibile provare a livello di corporeità la gamma infinita degli stati emotivi e di coscienza dell'essere. In definitiva è la scienza

stessa che conduce alla realtà spirituale.

In questa realtà il motore unico è l'amore: quanto più l'uomo si avvicina a questa realtà, quanto più la condivide con i suoi simili, tanto più è vicino a Dio.

«*Nel mare puoi trovare centinaia di conchiglie differenti. Ma solo dentro te stesso potrai trovare la determinazione e la perseveranza per conquistare quelle pochissime perle preziose che si nascondono in quel mare di conchiglie.*

E nonostante le tempeste e quando tutto sembrerà ormai perduto, c'è sempre la speranza, una forza incredibile e inaspettata che ti farà ricominciare e che soffierà lontano gli

ostacoli e tutto quanto ti preoccupava e ti spaventava.»

Marcio Kuhne, OSA e il futuro sarà tuo

L'intuizione creativa arriva a sorpresa, e ci dona nuove idee per creare un prodotto fuori di noi, che vive nel Mondo tre di Popper...

I campi morfogenetici saranno riconosciuti e utilizzati.

In un mondo simile la violenza e la malattia non hanno più senso. Il fatto che la materia sia costituita di coscienza, come ben sanno i filosofi del sapere alchemico, sarà palese.

Stiamo comprendendo come gli oggetti siano possibilità di scelta per la coscienza in questa dimensione. La

coscienza allora appare come fondamento dell'esistenza materiale.

Del resto l'evoluzione che è espressa nella teoria darwiniana non riesce a spiegare molti fenomeni naturali, come i salti temporali tra i fossili.

Il finalismo sembra allora ritornare nella mente di alcuni scienziati, come se vi fosse un senso, uno scopo creativo nella natura, come se quegli archetipi di cui tanto abbiamo parlato fossero come matrici di bellezza che devono arrivare a manifestazione piena attraverso l'evoluzione della coscienza stessa che li crea.

I fisici riflettono su questo, in una vertiginosa giravolta da materia a spirito.

Forse, dice Goswami, dobbiamo imparare dagli archetipi il segreto della creazione, finché non lo facciamo completamente, essi tornano e ritornano.

Jung avrebbe dialogato con Goswami, nell'oscurità in cui gli archetipi agiscono in noi fino a che non ci conducono al riconoscimento della vera natura del sé.

Un malato necessariamente ha a che fare con le sue matrici, il senso di sé, le sue domande, come quando era bambino.

L'autoguarigione non può che venire da lì.

Difficile descrivere a parole questo livello di coscienza... attimi senza alcuna separazione, attimi di verità e di

bellezza anche nel momento di più terribile apparente pochezza.

Attimi atemporali di puro non attaccamento.

Guardo la mia storia, e ne sono fuori, sebbene coinvolto.

Tutti i morenti giungono sul crinale di questa vertigine, così anche coloro che vivono esperienze di premorte e di espansione di coscienza.

I guariti sono coloro che fanno ritorno qui, dal luogo-nonluogo dove tutto è uno.

I guariti sono coloro che hanno scelto di essere oltre ogni identificazione, anche quella della guarigione stessa.

Alla ricerca della guarigione hanno sostituito la ricerca di una coscienza più profonda, in accordo con il Sé, in

allineamento con il campo.

Sono andati oltre la guarigione, verso la felicità interiore.

Lì erano sani, indipendentemente dalla malattia stessa, a contatto con il campo quantico dove esiste la naturalezza di una gioia interiore che proviene da dentro di noi.

Forse un giorno sarà del tutto normale vivere in quella piacevole vertigine, e fare di quando in quando una gita nella dualità, per divertirsi un poco come con i videogames o a teatro.

Allora manifesteremo gli dei che già vivono in noi e ci abitano dal sempre e dal mai.

Forse quel giorno non è così lontano.

RINGRAZIAMENTI

OVVERO. . . PAROLE DALLA COSCIENZA QUANTICA

Questo libro si è scritto, in modo che io sono a più riprese scomparsa, con un senso strano di osservazione, contemplazione e quasi inesistenza che muovevano le mani sulla tastiera.

Io ho soprattutto ascoltato.

Il lungo lavoro di ricerca interiore e di studio delle fonti ha poi condotto qui, alle soglie del vuoto quantico, che è colmo di forze senza commento.

A tratti la commozione si è manifestata come una silenziosa pioggia che di colpo produce cerchi sullo stagno.

La notte, la mattina presto, in treno, in aereo, il libro si è scritto e io gliel'ho lasciato fare, in un modo suo, che non era il mio.

Ho accolto senza aggiungere nulla, a tal punto che nel rileggerlo mi sorprendo di me e mi chiedo da quale parte dell'anima mia e dell'anima mundi è giunta quella forza, ad animarmi anche oltre la stanchezza e il sonno, a farmi

intuire ciò che non sapevo, a proteggere chi, come me e altri che mi precedono e mi seguiranno sulla linea del tempo, si espone.

Così, adesso che scrivo nell'io come qualcuno che si è risvegliato da un sogno lucido, ringrazio il sognatore che ha sognato e sogna, ringrazio la mia Anima, l'Anima che opera in me e attraverso me, la coscienza quantica e non locale che si manifesta.

Questa coscienza quantica viene da lontano ed è entangled con tutti coloro che ho citato, studiato, richiamato dal mare dell'essere nel libro. Fisici, alchimisti, psichiatri, medici, poeti...

Ringrazio tutti per avere giocato questo gioco del senzatempo ancora una

volta con me.

E ringrazio tutte le persone che hanno condiviso con me la loro avventura nella coscienza quantica: siete tutti presenti, tutti qui, oltre l'illusione della separazione.

Grazie per avermi insegnato tanto, per avermi rivelata a me stessa come specchi misericordiosi.

Grazie ai miei insegnanti, del passato, del presente e del senzatempo.

Il libro si apre con la dedica a mia mamma Cristina, che non finirò mai di ringraziare per avermi dato la vita, portata in grembo e avermi nutrita di intelligenza non convenzionale. Non vedo l'ora di avere i suoi commenti sul libro...

E se il libro è dedicato al femminile, va al maschile un ringraziamento speciale.

In primis al mio Editore, Jonathan Falcone, sempre attento, unico per la sua capacità intuitiva, e anche molto paziente: grazie per esserci, sempre, con forza, con grande bravura, con velocità e intuizione.

Grazie anche per essere a tutti gli effetti il mio manager: se non ci fossi tu, mi perderei nella lista dei corsi e dei convegni... è bello anche averti accanto, vederti che mi ascolti mentre parlo, e poi andare via insieme, verso altre avventure...

Galeotto fu il libro e chi lo scrisse: infatti, ormai è noto, io e l'Editore

siamo uniti anche nella vita e questa volta mi sento di esprimere la mia grande gioia per questa unione che la vita ci ha donato, nella quale mente, anima e corpo vivono intrecciati nell'amore.

In questo tempo di espansione della mia coscienza, sono molti e preziosi i maschili che mi stanno accanto, sostenendo la ricerca.

Romeo Compostella, collega di grandissima esperienza, ma soprattutto grande saggio, e guida affettuosa: grazie per essere il testimone della medicina del futuro che è già in te, grazie per l'amore e l'entusiasmo che dopo otto decenni di vita ti rende ancora fresco come un bambino.

Ivan Martani, l'anima più anarchica e leggera che mai abbia collaborato con me, capace di porre grande amore in ogni seduta e il sorriso in ogni momento di fatica.

Maurizio Costa, che mi sta insegnando lo yoga dell'anima e delle cellule e mi ha aiutato a sentire come nella percezione del corpo abiti il divino.

Diego Ingrassia, compagno bravo e piacevole di tante avventure formative con i professionisti della relazione d'aiuto, che sta rivelando sempre più un'anima spirituale profonda e la voglia di creare insieme un orizzonte futuro in cui vediamo il sorgere di una scuola coscienziale integrata.

Emiliano Soldani, anima quantica e sottile, con il quale abbiamo già condiviso delle entusiasmanti serate di QSE e neuroscienze e con il quale proseguono i progetti, quelli "seri" e quelli frutto dell'anima fantasiosa che condividiamo.

Salvatore Brizzi, per la ricerca preziosa e profonda che condividiamo ormai da più di un anno e che ha condotto già a progetti di grande valore animico: grazie per condividere così profondamente la ricerca alchemica.

John Hawk, ricercatore fascinoso e profondo, che intuisce i misteri e che mi ha assistito e mi assiste nei momenti di intuizione, con il quale abbiamo condiviso gli attimi più ardui e più

commoventi della ricerca quantica che è in questo libro e nel corso Anatomia della guarigione quantica. Grazie perché solo nel dialogo con lui possono essersi create quelle congiunzioni energetiche perfette per allinearsi al campo e ricevere informazioni per gli interrogativi del momento.

E ancora Giorgio Nelli per la sua opera nell'energia e il suo aiuto nel dipanare le storie dell'anima.

Grazie a tutto EFPGroup, équipe che si sta sempre più organizzando attorno a me: siete colleghi fantastici, grazie per avere scelto di condividere con me questo viaggio.

A Emanuele Botta grazie per aver scelto di crescere in questo viaggio

insieme.

A Emilia Spada grazie per l'entusiasmo con cui hai rinnovato tutta la tua vita!

A Daniela Scaglione grazie per la forza che stai sempre più manifestando.

A Cristina Dobrea, grazie per l'umiltà, la bravura, e per il modo in cui porta sottovoce i misteri che conosce... si parla anche nel silenzio… tu lo sai, tua madre lo sa.

A Federica Varone, perché è esattamente com'è: strega, danzatrice e presto anche scienziata... grazie per quello che già abbiamo fatto, ancora di più per quello che faremo.

Alla mia cara amica e collega Eleonora: ti aspetto!

A Cristiano Pedretti, tesista in ISTDP, generoso collega, grazie per tutto il lavoro che stai facendo, soprattutto per l'impresa improba di sistemare l'archivio...

A tutto il gruppo "focussati 92": grazie ragazzi, siete stati il primo gruppo che abbiamo formato con Diego Ingrassia all'assessment dei fattori emotivo-comportamentali e siete unici!

Grazie a Camilla Ripani, che ormai non è solo colei che gestisce il Web e la mia pagina FB, ma è la voce che risponde con competenza, precisione e anima alle centinaia di richieste che giungono ogni giorno, oltre a gestire la mia fittissima agenda di visite!

Maria Cristina, Milena, Francesca,

Anna, Chiara, Loreta: grazie per avere acconsentito a donare le vostre testimonianze, siete grandi in ciò che siete e nel viaggio che ciascuna di voi sta compiendo nella coscienza quantica.

A tutto il Gruppo Anima e in primis a Sabrina, Timoteo e Asher: mi ripeto, vi ringrazio sempre per tutto il lavoro che fate, non solo per me, sostenendo le mie attività, promuovendo i corsi, essendo presenti nella Libreria dove i miei pazienti trovano degli amici saggi e affettuosi invece che dei "semplici" librai, ma per ciò che fate per tutti.

Grazie di tutto anche per anima.tv, anima edizioni, anima eventi e animaveg.

Grazie a Calogero Falcone per avere

dato inizio a tutto questo e per il wu wei.

Grazie a Cettina Calabrese per avere dato alla luce l'uomo che amo e per il bene che mi vuole.

Grazie ai miei antenati, alla mia bisnonna Felicita, ai miei nonni amati: più passa il tempo, più siete qui.

Grazie a mio padre Fausto, per il lavoro che continua a svolgere nel senzatempo... lo sapevo che alla fine avremmo lavorato insieme, papi... Il nostro progetto non pensavo avrebbe preso esattamente questa forma, ma la realtà spesso supera di gran lunga la fantasia.

Grazie a Kristen Grove e la piccola Sofi per i gufi e i giochi.

Grazie a Micol Baronio per il suo inestimabile lavoro su Telecolor. Grazie a tutte le persone che mi leggono e che mi leggeranno, che mi ascoltano, che mi danno la possibilità di fare ciò per cui sono qui.

Grazie a Zohar e ai Suoi, per la presenza che fluisce nel campo e insegna l'amore come forza di unione eterna e invincibile.

Grazie alla danza che mi accompagna in varie forme da sempre, cifra della mia interiorità, ritmo primigenio della vita.

Grazie alla piccola, tenera Zoe: più il tempo scorre, più sento la profonda connessione con questo piccolo essere della natura, che mi insegna la coscienza

non locale e la meditazione più di ogni libro, corso o maestro e che ormai è davvero una preziosa pet-therapist.

Grazie a Madre Natura, che vive in me.

Grazie al mio corpo che sostiene la mia anima, che sostiene l'energia dell'espansione di coscienza, grazie alle mie cellule, che amo una per una, grazie ai miei geni che orchestrano tutto questo, grazie alla coscienza quantica che è in loro e in me: vi sono profondamente riconoscente ogni mattina che apro gli occhi su questo pianeta, per una nuova giornata...

A voi, viaggiatori del tempo, nel senzatempo il libro è in principio e in

fine dedicato.

Siamo Uno.

BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE

Allan Abbass, *Reaching through resistance*, Seven Leaves Press

Salvatore Brizzi, *La porta del mago*, Anima Edizioni

Salvatore Brizzi, *Risveglio*, Anima Edizioni

Fritjof Capra, *Il tao della fisica*, Adelphi

Dawson Church, *Medicina epigenetica*, Edizioni Mediterranee

Alessandra Comneno, *Custode del fuoco sacro*, Anima Edizioni

Conte di Saint Germain, *Io sono*, Anima Edizioni
Emilio Del Giudice, Nicola Del Giudice, *Omeopatia e bioenergetica*, Cortina Verona
Julius Evola, *L'uomo come potenza*, Edizioni Mediterranee
Amit Goswami, *Evoluzione creativa*, Edizioni Mediterranee
Amit Goswami, *Guida quantica all'illuminazione*, Edizioni Mediterranee
James Hillman, *Il codice dell'anima*, Adelphi
Carl Gustav Jung, *Risposta a Giobbe*, Bollati Boringhieri
Carl Gustav Jung, *La sincronicità*, Bollati Boringhieri
Carl Gustav Jung, *Psicologia e alchimia*, Bollati Boringhieri
Sun Junqing, *Tao alimento dell'anima*, Anima Edizioni
Giuliano Kremmerz, *La porta ermetica*, Edizioni Mediterranee

Robert Lanza con Bob Berman, *Biocentrismo*, Il Saggiatore
Erwin Lazslo, *Risacralizzare il cosmo*, Urra Edizioni
Erwin Lazslo e Jude Currivan, *Cosmos*, Macro Edizioni
Erwin Laszlo e Piermario Biava, *Il senso ritrovato*, Springer
Peter A. Levine, *Traumi e shock emotivi*, Macro Edizioni
Mère, La Madre, *Conversazioni 1950-1951*, Arka
Alain Moenaert, *Le 12 tappe della guarigione*, Il Punto d'Incontro
Anita Moorjani, *Morendo ho ritrovato me stessa*, My Life
Raffaele Morelli, *L'alchimia*, Mondadori
Peter D. Ouspensky, *Frammenti di un insegnamento sconosciuto*, Astrolabio
Carla Perotti, *La madre dei mondi*, La Grande Via

Roberto Maria Sassone, *La ricerca dell'amore*, Anima Edizioni
Emiliano Soldani, *QSE Evolution*, Anima Edizioni
Enzo Soresi, *Il cervello anarchico*, UTET
Enzo Soresi, *Mitocondrio mon amour*, UTET
Caterina Tribbia, Piergiorgio Spaggiari, *Medicina quantistica*, Tecniche Nuove
Yogananda, *Affermazioni scientifiche di guarigione*, Ananda Edizioni

INDICE

Prefazione

PRIMA PARTE - LA SOGLIA DEL CAMPO QUANTICO

1. Il salto quantico
   Gli ingredienti del salto quantico
   Il salto quantico di coscienza come allineamento al campo quantico

La Neuro-Quantistica
2. Viaggio nei quattro livelli di realtà
1. La realtà oggettiva
2. La realtà soggettiva
3. La realtà simbolica
4. La realtà olistica
I quattro livelli di realtà e la coscienza quantica
Viaggiare tra le realtà
3. Il medico interiore: guarigione e autoguarigione

SECONDA PARTE - IL SUPERCONSCIO

4. L'interlocutore, l'osservatore, il creatore

5. Il DNA quantico – Con John Hawk .
    - Il DNA spazzatura come un linguaggio parlato
    - Dal phantom DNA in poi
    - Il DNA e i ponti spazio-temporali
    - L'iper-comunicazione negli esseri umani
    - Lo spazio-tempo quantico .
    - Come trasformare la ricerca sui geni in un progresso nella terapia: il DNA emotivo
6. La danza cosmica e la biologia
    - La coerenza quantistica
    - La forma e la funzione: i quadruplex di DNA
    - I neuroni e i frattali
7. Il potere delle domande
    - Le domande euristiche

Domande per trovare, o meglio, per essere trovati dalle risposte
Tempo per riflettere

TERZA PARTE - GUARIGIONE QUANTICA

8. Il triangolo della guarigione quantica
9. Dalle emozioni all'energia: malati, folli o maestri?
Malattia e guarigione come evoluzione biologica
Malati, folli o maestri?
10. Voglio guarire ma (non) ci riesco: l'inversione energetica .
I triangoli della consapevolezza
Riconoscere le difese

Difese tra me e te
Difese tra me e me
Le vie del corpo sono infinite
Il corpo piezoelettrico
Il cristallo connettivo semiconduttore
Raggiungere il feto che eravamo
Verso una PsicoBiologia Emotivocomportamentale Integrata - PBEI
Reinversione energetica in pratica
11. Il perdono quantico
Dalle emozioni ai sentimenti
Perdonare la malattia
Perdono, cellule e sistema immunitario

QUARTA PARTE - LA COSCIENZA QUANTICA

12. La guarigione: un sogno (reale) della coscienza

La pigna misteriosa al centro del nostro cervello

Serve l'anima per guarire l'impossibile

Come progettare consciamente le cellule: il ruolo dello scopo nella nostra vita

Se una notte una farfalla sogna di essere Zhuang-zi: dal sogno al vuoto

La legge del permettere, oltre la paura

Guarisce chi

13. Medicina quantica preventiva: la consapevolezza come medicina
I sette minuti di coscienza quantica
14. Oltre il tranello
Ringraziamenti ovvero parole dalla coscienza quantica
Bibliografia essenziale