

**Gli argomenti di questo libro sono trattati  
ai corsi di Andrea Pangos  
andreapangos@gmail.com  
www.andreapangos.it**

**Questa versione integrale del libro (PDF) è disponibile  
gratuitamente sul sito [www.andreapangos.it](http://www.andreapangos.it) insieme ad  
altri libri di Zoran Gruičić,  
Milica Gruičić e Andrea Pangos.**

**Chi vuole può contribuire per il lavoro fatto,  
con una donazione a favore  
dell'Associazione culturale  
Alla Ricerca della Reale Identità.**

**Per la donazione tramite paypal, carta di credito o tramite  
bonifico bancario vai su  
[www.andreapangos.it](http://www.andreapangos.it)**

Essere

**Andrea Pangos Editore** – Roma  
**Ricerca e maturazione dei processi del Divenire**

© Copyright 2005 by Zoran Gruičić & Milica Gruičić  
titolo dell'opera originale: Bivanje  
www.illumina.co.yu

© Copyright 2006 Andrea Pangos Editore  
www.pangoseditore.com

Illustrazioni di  
Veljko Damjanović

Prima edizione:  
maggio 2005

ISBN 88-88914-07-2

Progetto grafico interno,  
impaginazione e copertina  
a cura dell'editore.

Finito di stampare nel mese di giugno 2006  
presso D.P. Digital Point S.r.l. - Ponte Felcino (PG)  
Stampato in Italia - Printed in Italy

# ESSERE

Zoran Gruičić  
Milica Gruičić

*Traduzione di*  
Andrea Pangos

*in collaborazione con*  
Sandra Eterović



Andrea Pangos  
Editore

Roma 2006

*“La Realtà deve essere sempre reale.  
Essa è fuori dai termini e dalle forme...  
Essa è incondizionata...  
Essa è tale qual'è e trascende le parole...  
Essa è fuori dei concetti “esistenza” e “non esistenza”.”*

## INTRODUZIONE

Il libro dinanzi a Voi si collega ai quattro precedenti: “Il mondo delle Energie”, “La maturazione del Conscio”, “Guarire con le Energie” e “Il Conscio Maturo”, nei quali sono esposte le conoscenze e le esperienze acquisite in modo sistematico attraverso un pluriennale lavoro di ricerca sull’essenza dell’uomo e su come conoscerla, sullo scopo dell’esistenza umana e su come realizzare tale scopo.

“**Il mondo delle Energie**” offre spiegazioni riguardo il mondo delle Energie e gli elementi della struttura energetica dell’uomo (bioenergia, chakra, aura e Corpo Illuminato); in questo libro sono spiegati anche gli esercizi iniziali per la purificazione energetica e per l’attivazione dei processi energetici (attivazione della bioenergia, utilizzo dei chakra e comunicazione con il Corpo Illuminato).

“**La maturazione del Conscio**” descrive dettagliatamente le tecniche di meditazione riferite direttamente alle possibilità individuali, vale a dire al processo di individuazione della Coscienza. Il punto di partenza dell’esposizione del contenuto di questo libro è la possibilità di **rivolgersi al Creatore attraverso la preghiera**. Attraverso anni di pratica di tale possibilità, la preghiera ha acquisito due aspetti fondamentali:

- la preghiera in meditazione con le onde cerebrali abbassate (meditazione profonda) e
- la preghiera in meditazione con l’attenzione indirizzata.

“**Guarire con le Energie**” offre al lettore i frutti dell’unificazione pratica dei principi esposti nei due precedenti libri, applicati nel campo della guarigione come uno dei molteplici campi in cui la fase di “gestazione” dell’attività energetica risulta praticamente utile. In questo volume si trasmettono le conoscenze sulla guarigione e sull’arte della guarigione, sia dall’aspetto informativo che da quello dell’applicazione pratica, attraverso l’esposizione sistematica di tecniche di guarigione accompagnate dall’elenco di risultati pratici ottenuti nell’applicazione di queste tecniche.

“**Il Conscio Maturo**” parla della - *consapevolizzazione del Creatore in noi* - come scopo della vita e dell’attivazione dei processi che portano a tale consapevolizzazione attraverso l’individuazione della Coscienza ovvero tramite la maturazione della Coscienza, consapevolizzando la mente. Nel libro sono esposte anche le conoscenze riguardanti tecniche di meditazione e altre conoscenze che possono aiutare a concepire la propria via.

Il contenuto del volume dinanzi a voi si collega dunque ai contenuti dei precedenti quattro volumi e si compone di testi che abbiamo preparato per i seminari tenuti a Novi Sad e Belgrado, e poi a Roma, Milano e Padova nel periodo tra il 2002 ed il 2005. Era nostra intenzione dare la possibilità, a coloro che lo desiderano, di conoscere da più vicino il nostro approccio alle singole questioni sull’essenza dell’uomo e rendere possibile l’accesso a tali

conoscenze eliminando nel contempo le lacune scorte durante i seminari summenzionati.

Il libro è suddiviso in sei capitoli:

Il *primo capitolo* parla dell'approccio all'attivazione e allo sviluppo della vista mentale, risultato del lavoro di ricerca e dell'attività pratica, ma anche dell'esperienza acquisita nel trasmettere le Conoscenze ad altri.

Il *secondo capitolo* esamina la formazione e lo sviluppo dell'uomo ed indica la verità rivelata che dall'aspetto di Dio, l'uomo è la sua incarnazione e che lo stesso uomo, dall'aspetto della mente, è un essere che trova la propria origine in Dio che deve conoscere sino in fondo essendo uno con Lui.

Il *terzo capitolo* è dedicato al concetto karma, ai livelli del karma e agli elementi disturbanti per l'esprimersi del karma, come anche i temi riguardanti gli "attaccamenti", l'incarnazione – la reincarnazione e la riprogrammazione del karma.

Il *quarto capitolo* parla della testimonianza come stato della Coscienza, il quale ha insito in sé – l'esperienza mentale, ma che sottintende anche i processi di consapevolizzazione della mente e del reciproco consapevolizzarsi della Coscienza Infinita e della Coscienza individuale.

Il *quinto capitolo*, che è il più importante, spiega l'Essere come stato naturale dell'uomo.

Il *sesto capitolo* descrive i fattori che disturbano lo svolgersi dell'Essere.

Desideriamo esprimere la nostra riconoscenza agli amici, ai collaboratori, agli allievi e a tutti i meditatori che hanno aiutato nel fare sì che questo libro diventi raggiungibile a un cerchio più ampio di interessati.

Siamo particolarmente riconoscenti a Branislav Gudelj per la sua pluriennale collaborazione nella ricerca dei processi dell'autoriconoscersi e anche per il suo aiuto nel dare forma verbale ai processi della via spirituale scoperti e trattati nei nostri libri.

## LA VISTA MENTALE

*“Proprio come l'albero vicino al fiume si riflette nell'acqua,  
così tutti questi diversi oggetti si riflettono nello  
specchio spaziale della nostra coscienza!”*

LA VISTA MENTALE.....	15
1. IL CONCETTO DI VISTA MENTALE.....	15
2. GLI ELEMENTI VIBRATORI – ENERGETICI.....	16
2.1. La mente.....	16
2.2. Il terzo occhio.....	19
2.3. Il canale del terzo occhio.....	20
3. GLI ELEMENTI ORGANICI.....	21
3.1. Il sistema nervoso.....	21
3.2. L'encefalo.....	22
3.3. Le amigdale.....	23
3.4. L'epifisi.....	24
4. IL TAN TIEN.....	25
5. LA TECNICA DI MEDITAZIONE.....	27
5.1. Le meditazioni giornaliere.....	27
5.2. L'applicazione della vista mentale.....	29
5.3. La vista mentale a distanza.....	32
5.4. Lo sviluppo della vista mentale.....	33
CONCLUSIONE.....	35

“Joga Vašišṭha Sara – odabrani stihovi“, Aranučala Beograd, 1998, pag. 8.

## LA VISTA MENTALE

Nell'intento di offrire un aiuto agli interessati, soprattutto a chi si occupa di guarigione, abbiamo reputato utile esporre il nostro approccio all'attivazione e allo sviluppo della vista mentale, come una delle tecniche particolari di meditazione scaturite dalla nostra ricerca, ma anche dall'esperienza del divulgare il Sapere.

### 1. IL CONCETTO DI VISTA MENTALE

Con il termine “vista mentale” sottintendiamo il “vedere” con l'aiuto della Coscienza individuale e della mente quale sua manifestazione; “vedere” le Vibrazioni ovvero le Energie ed i processi energetici, ma anche la materia ed il suo movimento in modo che questi fenomeni possano essere spiegati, chiariti, raffigurati..., in altre parole - rappresentati in modo chiaro.<sup>1</sup> Anche se la vista mentale è applicabile universalmente, in questo testo parleremo della sua applicazione nell'osservazione degli organi e dei vari sistemi del corpo umano, ma anche nell'osservazione dei processi vibratorii ed energetici.

La visione degli organi e dei sistemi ovvero dei processi vibratorii - energetici, sottintende che la Coscienza individuale, con il cui aiuto si giunge alla Conoscenza, ad esempio riguardo a qualche organo malato, “registra” le situazioni che si vogliono osservare, attiva il centro per la vista nel cervello (ma non gli occhi) e trasforma l'informazione in disegno o in immagine, cioè in immagine di cui si è coscienti.

Il cervello è in questo soltanto un centro nel quale si sommano i dati e si trasformano in Vibrazioni riconoscibili come effettivo vedere, più precisamente come Conoscenza. La specificità della vista mentale consiste nella contemporaneità dell'emissione e della ricezione delle Vibrazioni che si trasformano in immagine. Grazie all'onnipresenza della Coscienza Infinita, la Coscienza individuale, con l'aiuto della mente, attiva il processo di “entrata nell'organo” e crea contemporaneamente l'immagine ovvero la Conoscenza riguardo allo stato di salute dell'organo. Questo significa che non c'è né emissione di onde, né il loro riflettersi e nemmeno la ricezione delle Vibrazioni. In sostanza, la visione degli organi e dei processi energetici significa la Conoscenza riguardo alla visione degli organi e dei processi energetici.

1) Con il termine vista mentale (spesso è usato il termine “vista paranormale”), molti autori intendono anche la misurazione mentale di dati come: l'altezza, il peso, la pressione, ma anche il grado di funzionamento del sistema nervoso, il grado di sviluppo dell'aura ecc, inoltre anche il “vedere” il passato ed il futuro, “leggere” i pensieri. Questi sono tutti tipi diversi di applicazione della vista mentale.



La visione mentale degli organi si può verificare in gran misura con le analisi mediche effettuate con l'ultrasuono, la risonanza elettromagnetica ecc., mentre la visione delle energie e dei processi energetici è meno verificabile. La qualità della visione mentale ovvero della visione degli organi, dei sistemi del corpo fisico e dei processi energetici, dipende:

- dallo sviluppo ovvero dalla maturità della Coscienza come fattore generale e
- dall'abilità di escludere intenzionalmente gli occhi con l'aiuto della mente, dalla capacità di diminuire il funzionamento del nervo ottico e di attivare il centro della vista nel cervello.

## 2. GLI ELEMENTI VIBRATORI - ENERGETICI

Gli elementi vibratorii - energetici fondamentali sono:

- la mente
- il terzo occhio
- il canale del terzo occhio.

### 2.1. La mente

#### a) La maturità della mente

Abbiamo trattato la mente in modo dettagliato nel nostro libro "Il Conscio Maturo"<sup>2</sup> e perciò qua elencheremo soltanto alcuni dettagli:

- La mente è una manifestazione del processo d'individuazione della Coscienza. È una manifestazione che è il risultato del peculiare processo dell'autoriconoscersi della Coscienza Infinita attraverso il processo d'individuazione della Coscienza.
- Formata come reazione della Coscienza alle Vibrazioni ricevute tramite i sensi, la mente è la somma di queste reazioni, ma si manifesta anch'essa come Vibrazione ovvero come Vibrazione condensata - Energia. In questo senso, la mente rappresenta il rapporto dell'uomo con se stesso, con gli altri, con l'ambiente...
- La mente è lo strumento di base con l'aiuto del quale si realizza il processo d'individuazione della Coscienza e rappresenta il nesso tra la Coscienza e la materia; il senso dell'esistenza della mente consiste proprio nella sua azione di ritorno sulla maturazione della Coscienza.
- Possiamo definire la struttura della mente come somma di emozioni e di pensieri.

2) "Il Conscio Maturo", Andrea Pangos Editore, Roma, 2003

- Il rapporto Coscienza – mente rappresenta il grado di consapevolezza delle emozioni e dei pensieri, vale a dire il grado d'armonizzazione delle loro Vibrazioni con il codice Genetico.- Il rapporto medio Coscienza – mente varia durante il giorno, la settimana, il mese e l'anno. Per questo motivo è opportuno osservare questo rapporto come valore medio in un periodo più lungo, non minore di un mese.

- Il rapporto medio Coscienza – mente dell'umanità è di circa 1%. Questo indica che la maggior parte della gente è quasi completamente governata dalla propria mente e percepisce il mondo fenomenico come reale, mentre invece è un'illusione.

- Un rapporto medio Coscienza - mente sopra il 75% nel lungo periodo (non meno di un anno) indica che sono stati raggiunti buoni risultati nella meditazione, gli effetti dei quali sono evidenti sullo sviluppo energetico e spirituale. In media, i meditatori raggiungono questo risultato in uno o due anni.

Per pervenire ad una vista mentale precisa è necessario raggiungere un alto grado di consapevolezza (maturità) della mente, cioè un rapporto Coscienza – mente di almeno 75% nel lungo periodo (non meno di un anno).

#### b) La mente conscia ed inconscia

La suddivisione della mente in "conscia" ed "inconscia" è condizionale. In entrambi i casi si tratta della mente, cioè di emozioni e di pensieri.

La *mente conscia* è costituita dalle emozioni e dai pensieri che possiamo descrivere in modo relativamente facile, cioè dei quali siamo a "conoscenza".

La *mente inconscia* sono quelle emozioni e quei pensieri che non possiamo descrivere, dei quali non siamo a "conoscenza", tranne le emozioni e i pensieri che si stanno appunto trasformando in contenuti della mente conscia.

Il "confine" tra la mente conscia ed inconscia si sposta attraverso un rapporto interattivo, il che comporta l'instabilità del rapporto tra la mente conscia e la mente inconscia. Nella maggioranza della gente, la mente inconscia è notevolmente più ampia della mente conscia. Il rapporto medio tra la mente conscia ed inconscia è di 8:92<sup>3</sup> e dipende:

- dalla coordinazione delle Vibrazioni della Coscienza con il Codice Genetico;
- dal rapporto Coscienza – mente;
- dal rapporto Coscienza – Anima;

3) Questo rapporto tra la mente conscia ed inconscia si riferisce allo stato di veglia.

- dal numero dei petali d'intelligenza<sup>4</sup> attivati e dalla loro coordinazione reciproca;
- dal grado di funzionamento del cervello come organo di senso della mente ecc.

L'affluire incontrollato dei contenuti della mente inconscia può ostacolare la mente conscia, cioè il funzionamento della mente conscia. Con la maturazione della Coscienza, i contenuti della mente inconscia si trasformano in mente conscia attraverso i petali d'intelligenza (cambiando le frequenze), il che significa che non esiste una "parte" della mente che non può essere consapevolizzata.

Un alto grado di trasformazione della mente inconscia in mente conscia, attorno al 75% durante un lungo periodo (minimo un anno), è una delle condizioni che consentono una precisa vista mentale.

### c) La mente pensante e la mente operativa

La *mente pensante* deriva dal "falso io", il quale può essere definito come - identificazione di se stessi con la mente (pensieri ed emozioni), con il Corpo Illuminato, con l'Anima, l'aura e con il corpo fisico. Osservando più ampiamente, il "falso io" può essere definito come - ignoranza riguardo alla Verità sull'essenza dell'uomo, cioè che il nostro vero Essere è di natura Divina, ossia che Dio è in noi stessi. La mente pensante funziona sul principio della dualità (caldo - freddo, buono - cattivo, desiderato - indesiderato...) e sul comportamento che scaturisce da tale principio. Così è la *mente pensante* che - crea concetti, ordina, confronta, dubita, domanda, fantastica, giudica oppure si arrabbia, si intristisce, soffre, odia, si preoccupa, si incuriosisce, è gelosa, spesso si annoia ecc.

La *mente operativa* è quella che utilizzando la mente pensante compie l'entrata nel cosiddetto stato di *flow* - lo stato nel quale ci si abbandona e si immedesima con quello che si fa. Per esempio, nel caso di un pittore, la mente pensante preparerà la tela, sceglierà il soggetto, comincerà a dipingere e dopo poco tempo il pittore entrerà nello stato di *flow*, dove la mano sarà "guidata". Spesso gli artisti dicono di non sapere perché e come hanno fatto a dipingere un certo quadro, ma affermano che qualcosa gli ha guidati, che gli è venuto così... In effetti, si tratta di processi di autoconsapevolizzazione, gli strumenti dei quali sono la mente pensante e la mente operativa che permettono la realizzazione del quadro.

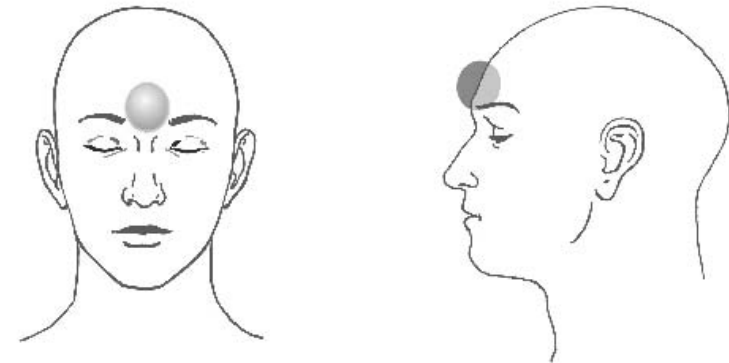
La possibilità dell'individuo di armonizzare i due aspetti (la mente pensante e la mente operativa) attraverso i quali la mente si esprime, sopra

4) I petali dell'intelligenza sono uno strumento in funzione della Coscienza. Si trovano al centro del cervello, dove come struttura energetica assortiscono e collegano diversi dati (informazioni) e li convertono in pensieri.

il 75% contribuisce alla precisione della vista mentale nel modo seguente: la mente operativa riceve le Vibrazioni, mentre la mente pensante le constata e le trasmette come informazioni.

## 2.2. Il terzo occhio

Il terzo occhio è un termine usato spesso negli scritti sullo yoga e sulle diverse tecniche di meditazione. Il terzo occhio è una struttura emanante di colore bianco perla e di forma ellissoidale, collocata poco sopra la linea delle sopracciglia, nell'imbuto del sesto chakra<sup>5</sup>, ma il terzo occhio e il sesto chakra non sono la stessa cosa. Osservando di profilo, metà dell'ellissoide è *nella* regione frontale della testa, mentre l'altra metà si trova *sulla* fronte. (Nel caso di un sesto chakra non sincronizzato, attraverso la vista mentale si possono scorgere anelli di Energia rossa, blu e grigia che circondano il sopradescritto centro del terzo occhio.)



Raffigurazione n. 1 - posizione del terzo occhio

Il terzo occhio è una struttura energetica creata dalla Coscienza con l'aiuto del cervello come senso della mente. Il terzo occhio non è costantemente attivo, ma esiste come potenziale che il più delle volte è attivato in modo involontario e molto più raramente con una richiesta intenzionale. Il terzo occhio è spesso identificato come tessuto cerebrale, ma poiché non si trova nel cervello non può essere tessuto cerebrale. È comunque un dato di fatto che si forma con l'aiuto del cervello.

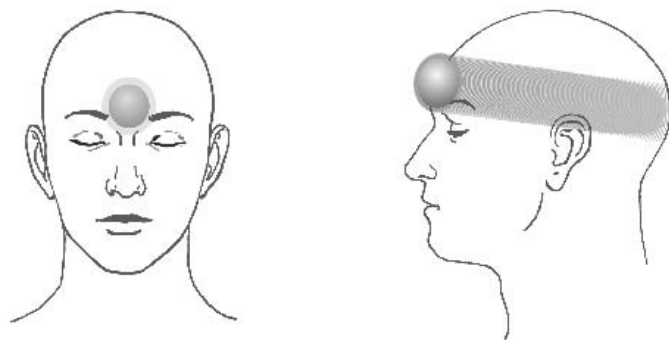
Meditare con la richiesta per far maturare il terzo occhio porta ad un leggero abbassamento ed eguagliamento, rispetto al livello abituale,

5) Ci sono anche autori che sostengono che il terzo occhio inizia da sotto la linea delle sopracciglia, andando in su lungo la fronte, nella forma di ellissoide verticale.

dell'attività delle onde cerebrali, il che facilita direttamente la maturazione della Coscienza. Maturando il terzo occhio si coordinano la mente conscia e la mente inconscia, la mente pensante e quella operativa. Questo rende possibile lo sviluppo della vista mentale.

### 2.3 Il canale del terzo occhio

Il canale del terzo occhio è una struttura energetica che si costituisce nel prolungamento del terzo occhio, all'interno della testa, partendo dalla fronte per arrivare sino alla nuca.



Raffigurazione n. 2 - Posizione del canale del terzo occhio

Il canale del terzo occhio è un po' più largo del sesto chakra che perciò si trova *in* esso. Si attiva con la richiesta intenzionale, ma spesso anche in modo involontario; principalmente è di colore bianco perlato oppure grigio, sempre luminescente. Il canale non è una struttura cerebrale, ma si realizza anche con l'aiuto del cervello.

Meditando con la richiesta per far maturare il canale del terzo occhio, l'attività delle onde cerebrali è lievemente abbassata ed uguagliata rispetto al livello usuale. Ciò facilita il collegamento tra la neocorteccia<sup>6</sup> e il sistema limbico<sup>7</sup> del cervello, il che è una delle condizioni base per la vista mentale.

6) La neocorteccia è la parte del cervello che esegue le funzioni più complesse del sistema nervoso: parlare, pensare ed altri processi mentali, perciò è spesso chiamata "la mente pensante".

7) La parte limbica del cervello è responsabile degli impulsi, delle emozioni e della memoria.

## 3. GLI ELEMENTI ORGANICI

Gli organi ed i sistemi dell'uomo che influenzano in modo fondamentale la vista mentale, sono:

- il sistema nervoso
- l'encefalo
- le amigdale
- l'epifisi.

### 3.1. Il sistema nervoso

Con l'aiuto della mente e attraverso il sistema nervoso, la Coscienza influisce sul corpo fisico ovvero sullo stato psicofisico. Viceversa, il sistema nervoso influisce sulla possibilità di sviluppo della mente e della Coscienza. Il sistema nervoso non si può circoscrivere soltanto a quello centrale ed a quello periferico, al simpatico ed al parasimpatico. Il sistema nervoso è molto più di tutto ciò e la prova di questo è data dal *Funzionamento del sistema nervoso* osservato, diciamo così per mancanza di un'espressione migliore - in modo energetico. Osservato da questa prospettiva, il Funzionamento del sistema nervoso è un *indicatore sintetico della salute psicofisica*. In medicina non esistono indicatori del Funzionamento del sistema nervoso e perciò non esistono nemmeno analisi legate ad alcuni gruppi di malattie in rapporto al Funzionamento del sistema nervoso. Seguire questa funzione è complicato, perché durante la giornata ci sono continue oscillazioni del Funzionamento del sistema nervoso. Sarebbe perciò bene misurare il funzionamento del sistema nervoso sia in un determinato momento, ma anche giornalmente, settimanalmente, mensilmente. Quando il Funzionamento del sistema nervoso è superiore al 98,8%, si crea la possibilità di realizzare una vista mentale precisa, la quale durerà tanto a lungo quanto durerà tale alto grado di Funzionamento del sistema nervoso.

Misurare il Funzionamento del sistema nervoso (ma anche di altri parametri) non è semplice e finché non si acquisisce questa capacità, sarebbe meglio che la misurazione la esegua qualcun altro più preparato. Se tale possibilità non esiste, allora bisogna semplicemente seguire il sistema degli esercizi e i risultati arriveranno sicuramente. Nel frattempo, le verifiche possono essere fatte indirettamente, attraverso la visita medica di quegli organi e di quelle funzioni del corpo per le quali è stato accertato che sono turbate a causa di un basso grado di Funzionamento del sistema nervoso. Infatti, un maggior Funzionamento del sistema nervoso dovrà essere confermato anche dalle rispettive analisi cliniche.

### 3.2 L'encefalo

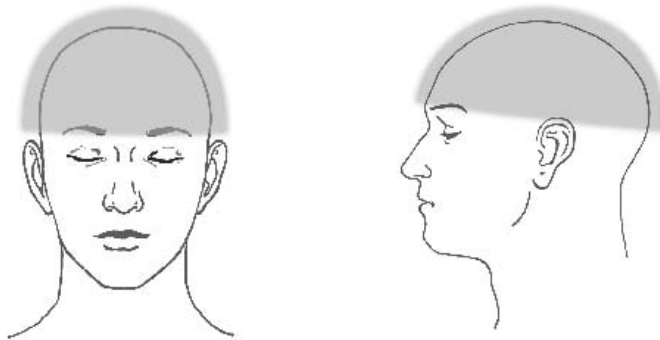
L'encefalo ha una forma semiovoidale divisa dalla scissura interemisferica in due parti simmetriche e pari, in emisfero sinistro ed in emisfero destro. I due emisferi sono interconnessi dalle commessure cerebrali, ricche di fibre nervose che si dividono in tre gruppi:

- il *corpo calloso* che si trova in fondo alla scissura interemisferica,
- la *commessura anteriore* che collega i centri dell'emisfero destro e sinistro, e
- le *commessure della corteccia cerebrale*, situate tra il corpo calloso e il tetto del 3° ventricolo, le quali si incrociano a forma di X.

In senso vibratorio - energetico gli emisferi sono collegati dal campo energetico situato nell'encefalo. Nella maggior parte degli individui, l'irradiare debole e disomogeneo di questo campo energetico non oltrepassa il cranio. Nella scienza è ben noto che gli emisferi degli individui che comunemente definiamo "geniali" (che si tratti di un artista, di uno scienziato...), sono collegati in misura maggiore rispetto agli altri individui, ma è meno noto che il campo energetico di questi individui "geniali" è molto più grande ed omogeneo e che irradia maggiormente.

In coloro che per un momento o in un periodo più lungo riescono a realizzare la visione mentale, avvengono i seguenti processi:

- attorno alla testa si costituisce un campo energetico semisferico, partendo dalla sommità del capo sino all'altezza delle sopracciglia. Questo campo energetico è omogeneo e irradia un colore abbagliante bianco-grigio o bianco,



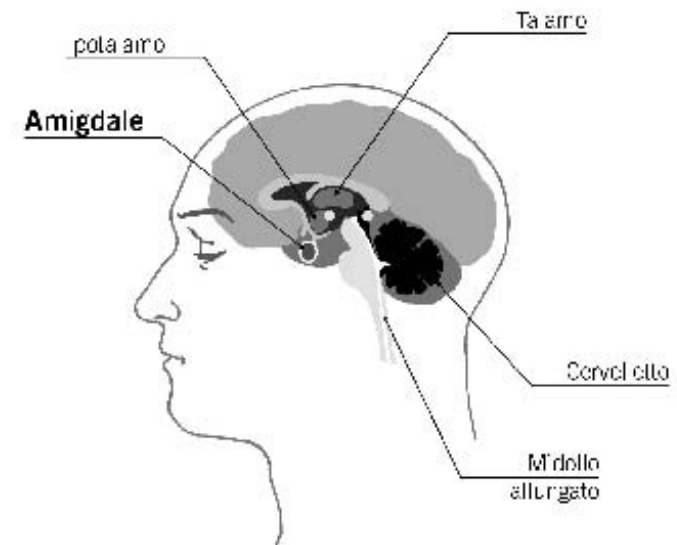
Raffigurazione n. 3 -  
Illustrazione del campo energetico durante la visione mentale

- le onde cerebrali sono lievemente abbassate ed uguagliate rispetto all'usuale,
- l'intera fronte è più fredda, ma è specialmente fredda la zona del terzo occhio.

### 3.3. Le amigdale

Le amigdale<sup>8</sup> sono due ghiandole interconnesse a forma di mandorla e grandi quanto una mandorla. Si trovano da ambedue i lati del cervello, alla sua base, pressappoco all'altezza delle tempie.

Le amigdale sono collegate attraverso le fibre nervose con numerosi centri cerebrali, prima di tutto con la neocorteccia, la corteccia visuale ed il talamo. Tutte e due le ghiandole hanno numerosi ricettori e partecipano nella creazione di neurotrasmettitori come: la dopamina, la serotonina, la norepinefrina, l'epinefrina ecc. La scienza ha dimostrato in una certa misura il nesso tra le amigdale e le emozioni ed afferma che le ghiandole producono la risposta emozionale prima che i centri corticali (pensanti) riescano a registrare del tutto l'evento.



Raffigurazione n. 4 - Posizione delle amigdale

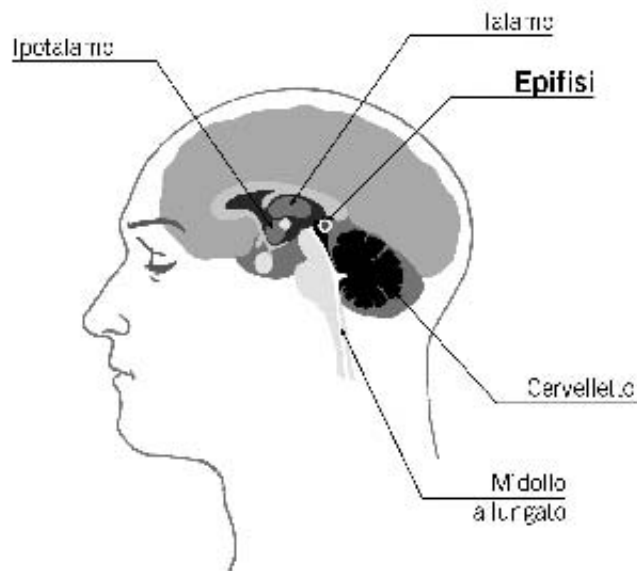
8) Il termine deriva dalla parola greca - amygdalon, che significa mandorla.

Dalla prospettiva energetica le amigdale sono dei sensori per le Vibrazioni ricevute attraverso i sensi (prima di tutto attraverso gli occhi), le quali sono inviate ai petali dell'intelligenza per essere "decodificate". Per vedere mentalmente è importante escludere i collegamenti tra i sensi e le amigdale, affinché le Vibrazioni possano essere ricevute direttamente dalle amigdale e poi tramandate, attraverso i petali d'intelligenza, al centro della vista che creerà un'immagine "riconoscibile".

Con l'interconnessione e la consapevolezza del funzionamento delle amigdale, si coordina il loro vibrare con la Coscienza e ciò aiuta la consapevolezza della mente e favorisce la vista mentale.

### 3.4. L'epifisi

L'epifisi (oppure la ghiandola pineale) è posta sotto la calotta cranica, nell'ipotalamo ed è simile ad una pigna di colore rosa. È lunga 10 mm e larga 6 mm. È collegata con l'ipotalamo, le amigdale e con altre parti del cervello, prima di tutto con il sistema limbico del quale, tra l'altro, fa parte.



Raffigurazione n. 5 - Posizione dell'epifisi

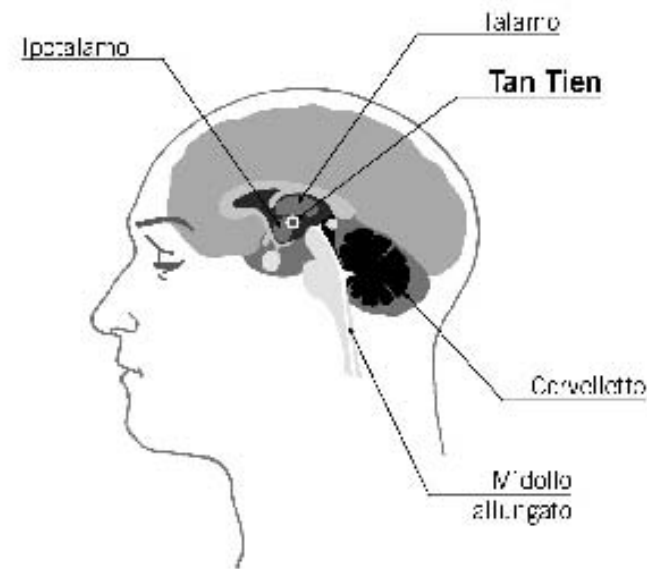
In questa ghiandola avviene la trasformazione ormonale di numerosi impulsi nervosi e sensoriali ricevuti attraverso i sensi. L'ormone più importante che secreta l'epifisi è la melatonina, la funzione della quale è

influire attraverso l'ipotalamo sul segmento anteriore dell'ipofisi. La scienza non ha piena cognizione del funzionamento dell'epifisi. Dall'aspetto energetico l'epifisi è uno dei ricettori che attraverso i sensi e le amigdale riceve le Vibrazioni che attraverso i petali d'intelligenza si convertono in informazioni elaborabili dalla mente.

Questa ghiandola funziona in modo accentuato durante il sonno, ma gli esperimenti hanno dimostrato che con la meditazione si può potenziare piuttosto facilmente il suo funzionamento anche durante lo stato di veglia.

### 4. IL TAN TIEN

Abbiamo sentito alcuni maestri di *tai chi* e di *chi kung* pronunciare in modi diversi la parola *tan tien* che in inglese si scrive spesso Tan T'ien. Abbiamo sentito altre svariate traduzioni di questa parola, per esempio: centro di colore rosso cinabro, centro energetico, centro per la costituzione d'energia, centro per l'accumulazione e l'irradiare dell'energia, campo di guarigione... Sono imprecise anche le collocazioni delle zone in cui si trovano i tre principali *tan tien*: il *tan tien* inferiore (3-4 cm sotto all'ombelico...), il *tan tien* medio (zona del torace dietro lo sterno, timo...) ed il *tan tien* superiore (zona tra le sopracciglia, al centro della fronte...).

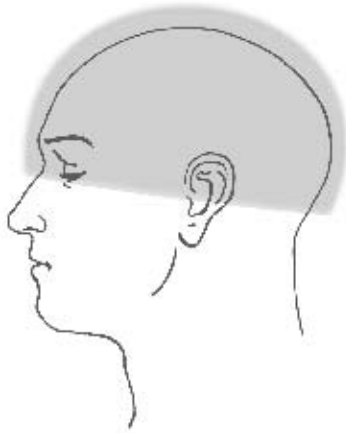


Raffigurazione n. 6 - Posizione del tan tien superiore

Per lo sviluppo della vista mentale il più importante dei tre è il *tan tien* superiore che si trova, secondo noi, nel centro dell'ipotalamo ovvero nello stesso punto dove si costituisce il punto bindu.

Durante la richiesta per la maturazione del *tan tien* superiore avvengono i seguenti processi:

- attorno alla testa si costituisce un campo energetico semisferico, a partire dalla parte inferiore degli occhi fino a 2 o 3 cm sopra la sommità del capo; è omogeneo ed irradia un abbagliante colore grigio bianco o bianco,
- le onde cerebrali sono lievemente abbassate e uguagliate rispetto al livello abituale,
- tutta la fronte è piuttosto fredda, ma è specialmente fredda la zona del terzo occhio.



Raffigurazione n. 7 -  
Struttura energetica che si manifesta durante la meditazione  
per maturare il tantien superiore

Stimolando il *tan tien* superiore in vari modi, principalmente praticando gli esercizi di *tai chi* e di *chi kung*, ma anche facendo maturare il *tan tien* superiore con le richieste, si favorisce l'armonizzazione dell'emisfero destro e dell'emisfero sinistro del cervello, l'armonizzazione delle amigdale, si ottimizza il funzionamento dell'epifisi. Tutto ciò influisce in modo benefico sulla consapevolizzazione della mente. La maturazione del *tan tien* superiore agisce sullo sviluppo della vista mentale, minimizzando le funzioni dei sensi (soprattutto degli occhi) e aumentando la funzione dei petali d'intelli-

genza e del centro per la vista. È particolarmente importante usare il termine *tan tien* (anche se non è pronunciato esattamente oppure se è pronunciato interiormente, dentro se stessi, o anche se soltanto si pensa ad esso) perché questo termine ha una funzione associativa - iniziatica. Questo perché nel termine *tan tien* sono contenute le informazioni che attivano la consapevolizzazione della Conoscenza attraverso la Coscienza Collettiva. Questa Conoscenza è il risultato delle esperienze di tutti coloro che hanno riflettuto - meditato - pregato su questo termine o che hanno usato la parola *tan tien* anche soltanto intuendo il suo significato essenziale. In questo modo, le meditazioni durante le quali si rivolgono le richieste a Dio e che contengono le parole *tan tien* (o solo pensando a queste parole) saranno più efficaci, il che è stato confermato dall'esperienza dei meditatori.

## 5. LA TECNICA DI MEDITAZIONE

La tecnica di meditazione consiste:

- nelle meditazioni giornaliere e
- nell'utilizzo della vista mentale

### 5.1. Le meditazioni giornaliere

Le meditazioni per sviluppare la vista mentale daranno i risultati ottimali soltanto se praticate insieme a tutte le altre meditazioni presentate nei nostri libri.

#### a) Le meditazioni generiche

Abbiamo selezionato le meditazioni essenziali per lo sviluppo spirituale dell'individuo che unite alle richieste specifiche creano le condizioni per sviluppare la vista mentale.

#### 1. Richiesta: "Prego Dio di riprogrammarmi il karma."

**Visualizzazione:** non è necessaria.

**Tempo:**

- a) giornalmente – una volta per 5 –10 min, ininterrottamente.
- b) giornalmente – più volte durante la giornata per 5 –10min ininterrottamente.
- c) alcune ore di meditazione giornalmente, per poi ridurre gradualmente i tempi di meditazione.

*Nota:* Il ritmo di meditazione del punto c) non è consigliato ai meditatori che non hanno un'esperienza pluriennale.



Bisogna praticare la riprogrammazione del karma “tanto quanto è necessario” fino a quando questo processo non diventa automatico, il che non può essere definito come - “qualche mese”, “qualche anno” oppure “tutta la vita”. Per questo non esistono criteri perché la spiritualità non si può misurare. Consapevolizzando (il proprio) esistere, l'uomo trascende l'influenza dei fattori che disturbano l'esprimersi del karma e diventa l'osservatore dei processi d'individuazione della (propria) Coscienza.

**2. Richiesta: “Prego Dio di riprogrammarmi le cause karmiche dell'attaccamento al falso io”.**

**Visualizzazione:** non è necessaria.

**Tempo:** alcuni minuti.

### **b) Le meditazioni specifiche**

**1. Richiesta: “ Prego Dio di eliminarmi gli ostacoli karmici per la vista mentale.”**

**Visualizzazione:** non è necessaria.

**Tempo:** 2-3 minuti.

**2. Richiesta: “ Prego Dio di armonizzarmi la mente pensante e la mente operativa.”**

**Visualizzazione:** il cervello.

**Tempo:** 2-3 minuti.

**3. Richiesta: “ Prego Dio di maturarmi il canale del terzo occhio.”**

**Visualizzazione:** il canale del terzo occhio.

**Tempo:** 2-3 minuti.

**4. Richiesta: “Prego Dio di armonizzarmi l'emisfero destro e l'emisfero sinistro del cervello.”**

**Visualizzazione:** il cervello.

**Tempo:** 2-3 minuti.

**5. Richiesta: “ Prego Dio di maturarmi le amigdale.”**

**Visualizzazione:** le amigdale.

**Tempo:** 1-2 minuti.

**6. Richiesta: “ Prego Dio di ottimizzarmi il funzionamento del l'epifisi.”**

**Visualizzazione:** l'epifisi.

**Tempo:** 1-2 minuti.

**7. Richiesta: “ Prego Dio di maturarmi la vista mentale.”**

**Visualizzazione:** “come se ci trovassimo nel cervello”.

**Tempo:** 2-3 minuti.

**8. Richiesta: “ Prego Dio di maturarmi il *tan tien* superiore.”**

**Visualizzazione:** il cervello.

**Tempo:** 2-3 minuti.

### **5.2. L'applicazione della vista mentale**

Prima di provare a vedere gli organi e le Energie bisogna porre in rilievo i seguenti elementi:

– la vista mentale si esercita tutti i giorni per un anno, dopo il quale l'immagine diventa precisa;

– l'attivazione e poi lo sviluppo della vista mentale è un processo graduale e nel frattempo bisogna verificare sempre i risultati comparandoli con le analisi mediche (per quanto possibile) e collaborando con altri meditatori;

– l'assenza del desiderio di vedere è molto importante perché così si libera il processo di consapevolizzazione della vista mentale, imprigionato dai sensi.

#### **a) La visione mentale dei propri organi – primo modo:**

– mettersi in posizione meditativa, chiudere gli occhi e rilassarsi per alcuni secondi.

– fare la richiesta: “ **Prego Dio di maturarmi la vista mentale.**”

**Visualizzazione:** “ come se ci trovassimo nel cervello”.

**Tempo:** circa 1 minuto.

– scendere con l'attenzione per alcuni secondi, partendo dal cervello, poi attraverso la bocca e la gola fino:

**al cuore** - provare-sentire l'Energia costituirsi nel cuore, poi provare a vedere il cuore, trattenersi circa 30 sec. e poi indirizzare l'attenzione:

**ai polmoni** - provare-sentire l'Energia costituirsi nei polmoni, poi provare a vedere i polmoni, trattenersi circa 30 sec. e poi indirizzare l'attenzione:

**al fegato** - provare-sentire l'Energia costituirsi nel fegato, poi provare a vedere il fegato, trattenersi circa 30 sec. e poi indirizzare l'attenzione:

**alla milza** - provare-sentire l'Energia costituirsi nella milza, poi provare a vedere la milza, trattenersi circa 30 sec. e poi indirizzare l'attenzione:

**ai reni** - provare-sentire l'Energia costituirsi nei reni, poi provare a vedere i reni, trattenersi circa 30 sec.

– aprire lentamente gli occhi.

## b) La vista mentale dei propri organi – secondo modo

- mettersi in posizione meditativa, chiudere gli occhi e rilassarsi per alcuni secondi.

- fare la richiesta: “ **Prego Dio di maturarmi il *tan tien* superiore.**”

**Visualizzazione:** il cervello.

**Tempo:** circa 1 minuto.

- ripiegare la lingua all’insù e all’indietro in modo da toccare con la parte inferiore della punta della lingua il palato superiore, senza sforzarsi e con la bocca chiusa, esprimere l’intenzione di indirizzare l’Energia, in pochi secondi, dalla bocca attraverso la gola fino:

- **al cuore** – provare-sentire l’Energia costituirsi nel cuore, poi provare a vedere il cuore, trattenersi circa 30 sec. e poi indirizzare l’attenzione:
  - **ai polmoni** – provare-sentire l’Energia costituirsi nei polmoni, poi provare a vedere i polmoni, trattenersi circa 30 sec. e poi indirizzare l’attenzione:
  - **al fegato** – provare-sentire l’Energia costituirsi nel fegato, poi provare a vedere il fegato, trattenersi circa 30 sec. e poi indirizzare l’attenzione:
  - **alla milza** – provare-sentire l’Energia costituirsi nella milza, poi provare a vedere la milza, trattenersi circa 30 sec. e poi indirizzare l’attenzione:
  - **ai reni** – provare-sentire l’Energia costituirsi nei reni, poi provare a vedere i reni, trattenersi circa 30 sec. e poi indirizzare l’attenzione:
  - **alla vescica** – provare-sentire l’Energia costituirsi nella vescica, poi provare a vedere la vescica, trattenersi circa 30 sec. e poi indirizzare l’attenzione:
  - **alla cavità addominale** – provare, sentire costituirsi l’Energia nell’addome, partendo da sotto verso l’alto, sino allo stomaco e provare a vedere l’intestino (tenue e crasso); trattenersi circa 60 sec. e poi indirizzare l’attenzione:
  - **allo stomaco** – provare-sentire l’Energia costituirsi nello stomaco, poi provare a vedere lo stomaco, trattenersi circa 30 sec. e poi indirizzare l’Energia dallo stomaco, attraverso l’esofago e la gola sino a:
  - **la bocca** – provare-sentire l’Energia costituirsi nella bocca, poi provare a vedere la cavità orale (denti, lingua, palato..) trattenersi circa 30 sec.
- distendere e rilassare la lingua e indirizzare l’attenzione:

- **al cervello** – provare-sentire l’Energia costituirsi nel cervello, poi provare a vedere il cervello, trattenersi circa 30 sec;
- aprire lentamente gli occhi.

## c) La visione mentale degli organi altrui

- mettersi in posizione meditativa, chiudere gli occhi e rilassarsi per alcuni secondi.

- fare la richiesta: “**Prego Dio di maturarmi la vista mentale.**”

**Visualizzazione:** “come se ci trovassimo nel cervello”.

**Tempo:** circa 1 minuto.

Oppure:

- “ **Prego Dio di maturarmi il *tan tien* superiore.**”

**Visualizzazione:** il cervello.

**Tempo:** circa 1 minuto.

- avere la sensazione di essere nel cervello, poi guardare da dentro il cervello verso fuori, attraverso il terzo occhio;

- dopo qualche secondo apparirà da sé un’ “apertura” nella zona del terzo occhio, attraverso la quale si vede una luce bianca (oppure una spirale bianca) che va indirizzata verso:

- **il cuore** – provare a vedere il cuore, trattenersi circa 30 sec. e poi indirizzare l’attenzione verso:
  - **i polmoni** - provare a vedere i polmoni, trattenersi circa 30 sec. e poi indirizzare l’attenzione verso:
  - **il fegato** - provare a vedere il fegato, trattenersi circa 30 sec. e poi indirizzare l’attenzione verso:
  - **la milza** - provare a vedere la milza, trattenersi circa 30 sec. e poi indirizzare l’attenzione verso:
  - **i reni** - provare a vedere i reni, trattenersi circa 30 sec.
- aprire lentamente gli occhi.

## d) La visione mentale dei propri processi energetici

- assumere una posizione meditativa, chiudere gli occhi e rilassarsi per alcuni secondi.

- fare la richiesta: “**Prego Dio di maturarmi la vista mentale.**”

**Visualizzazione:** “come se ci trovassimo nel cervello”.

**Tempo:** circa un minuto. Oppure:

- “**Prego Dio di maturarmi il *tan tien* superiore.**”

**Visualizzazione:** il cervello.

**Tempo:** circa un minuto.



- immaginare di vedere il proprio Corpo Illuminato e indirizzare l'attenzione sopra la testa, trattenersi circa un minuto;
- immaginare di vedere la propria Anima e indirizzare l'attenzione verso la parte centrale del corpo fisico; trattenersi circa un minuto;
- immaginare di vedere la propria aura e indirizzare l'attenzione verso lo spazio intorno al corpo fisico; trattenersi circa un minuto,
- aprire lentamente gli occhi.

### e) La vista mentale dei processi energetici altrui

- mettersi in posizione meditativa, chiudere gli occhi e rilassarsi per alcuni secondi.

- fare la richiesta: **“Prego Dio di maturarmi la vista mentale.”**

**Visualizzazione:** “come se fossimo nel cervello”.

**Tempo:** circa 1 minuto.

Oppure:

- **“Prego Dio di maturarmi il *tan tien* superiore.”**

**Visualizzazione:** il cervello.

**Tempo:** circa 1 minuto.

- provare la sensazione come se fossimo nel cervello, poi guardare da dentro il cervello verso fuori, attraverso il terzo occhio;
- dopo qualche secondo apparirà da sé una “apertura” nella zona del terzo occhio, attraverso la quale si vedrà una luce bianca (oppure una spirale bianca), la quale va guidata verso:
- il Corpo Illuminato dell'altro indirizzando l'attenzione sopra la sua testa, trattenersi circa un minuto; poi indirizzare l'attenzione verso
- l'Anima dell'altro indirizzando l'attenzione verso la parte centrale del suo corpo fisico; trattenersi circa un minuto; e alla fine verso
- l'aura dell'altro indirizzando l'attenzione verso lo spazio intorno al suo corpo fisico; trattenersi circa un minuto,
- aprire lentamente gli occhi.

### 5.3. La vista mentale a distanza

Dopo alcune settimane di visione degli organi interni più grandi, dell'Anima, dell'aura e del Corpo Illuminato proprio ed altrui, si può provare la vista a distanza:

- mettersi in posizione meditativa, chiudere gli occhi e rilassarsi per alcuni secondi.

- fare la richiesta: **“Prego Dio di maturarmi la vista mentale.”**

**Visualizzazione:** “come se fossimo nel cervello”.

**Tempo:** circa 1 minuto.

Oppure:

- **“Prego Dio di maturarmi il *tan tien* superiore.”**

**Visualizzazione:** il cervello.

**Tempo:** circa 1 minuto.

- aprire lentamente gli occhi per identificare la persona che desideriamo osservare attraverso la foto ed altri dati davanti a noi; trattenersi circa un minuto;
- chiudere gli occhi (quando questo procedimento è ben esercitato, gli occhi possono rimanere aperti) e pensare, desiderare di vedere gli organi di quella persona: il cuore, i polmoni, il fegato, la milza, i reni, il cervello e poi anche le strutture energetiche dell'Anima, dell'aura e del Corpo Illuminato; ogni organo si osserva per circa 30 sec. ed ogni struttura energetica per circa un minuto.
- aprire lentamente gli occhi.

*Nota:* l'intera procedura può essere ripetuta più volte così com'è scritto, oppure si possono aprire e chiudere gli occhi durante l'osservazione di ogni organo ovvero di ogni struttura energetica.

### 5.4. Lo sviluppo della vista mentale

Durante i primi mesi di esercizio della vista mentale, il più delle volte accadono i seguenti processi:

- la vista degli organi è poco chiara, spesso si tratta soltanto di un bagliore, oppure si vedono soltanto i contorni dell'organo, oppure il corpo fisico si vede come una struttura luminosa e gli organi come una struttura più scura...
- l'aura si vede come un irradiare sfocato intorno al corpo,
- l'Anima si vede come un irradiare all'interno del corpo oppure come un lampeggiare davanti al corpo...,
- il Corpo Illuminato si vede come un irradiare sfocato o come dei raggi sopra la testa.

In questo periodo quasi tutti i meditatori si chiedono: ciò che vedo è soltanto un ricordo d'immagini viste in precedenza nei libri di anatomia e una proiezione della mente oppure si tratta di effettivo vedere? Anche quando si tratta di strutture energetiche, i meditatori sono poco sicuri se si tratta di ricordi e di proiezioni mentali oppure di “vero” vedere. All'inizio si tratta, il più delle volte, di processi nei quali si combinano il vedere effettivo e le proiezioni della mente basate sui ricordi, il che è causato dal basso grado d'armonizzazione della mente pensante e della mente operativa. Bisogna

sottolineare che anche il solo arrivare a porsi tali dilemmi è un gran passo in avanti perché rappresenta uno stimolo per i processi menzionati.

Dopo alcuni mesi di lavoro sistematico su se stessi e di tentativi di vedere gli organi e le strutture energetiche, il processo di sviluppo della vista mentale si evolverà spontaneamente, così che il mediatore stabilirà da solo quanto a lungo e quanto dettagliatamente dovrà osservare gli organi e le strutture energetiche. In questo periodo la vista è piuttosto precisa e si notano le deformazioni di alcuni organi, il che si può verificare e seguire con le analisi mediche.

Quando la nostra vista mentale raggiunge la precisione necessaria allora non è più necessario esercitarla. Rimane l'applicazione della vista mentale nella ricerca, nel controllo dello stato degli organi e delle strutture energetiche e la sua applicazione nella guarigione.

## **CONCLUSIONE**

La vista mentale è la capacità della Coscienza di attivare la mente (prima di tutto quella pensante e quella operativa), in modo tale da avere le informazioni riguardo ad un organo ed ai processi nel corpo fisico oppure riguardo alle strutture energetiche, in forma d'immagine ovvero di conoscenza. Le informazioni possono riguardare il momento in cui avviene la vista oppure possono riguardare un dato periodo.

La vista mentale non è né una misura né una condizione per lo sviluppo spirituale, ma può essere di grande utilità come strumento prima di tutto nella guarigione, ma anche per seguire i processi energetici e vibratorii.

## **FORMAZIONE ED EVOLUZIONE DELL'UOMO**

*"Tu non esisti senza Dio e Dio non esiste senza te."*

INTRODUZIONE.....	39
1. L'UOMO PRIMITIVO.....	40
1.1. La discesa dall'albero.....	40
1.2. La scoperta degli attrezzi.....	41
1.3. La scoperta del fuoco.....	42
1.4 Il linguaggio primitivo.....	42
2. LA SPECIE UMANA.....	43
2.1 Il codice Genetico della specie umana.....	43
2.2 L'esprimersi del codice Genetico.....	46
3. L'EVOLUZIONE DELLA SPECIE UMANA.....	49
3.1 Il formarsi delle razze.....	49
3.2 Il popolamento dell'America e dell'Australia.....	51
3.3. Lo sviluppo della Coscienza individuale.....	52
4. LA MATURAZIONE DELLA COSCIENZA.....	53
4.1 Il concetto di Coscienza Maturata.....	53
4.2 L'aumento del numero di Coscienze Maturate.....	55
5. L'ULTERIORE EVOLUZIONE DELL'UMANITÀ.....	56
5.1. Periodo dall'anno 2100 all'anno 4000.....	56
5.2 Periodo dall'anno 4000 all'anno 8000.....	57
5.3 Periodo dall'anno 8000 all'anno 12000.....	58
CONCLUSIONE.....	59

“The Wisdom – Teaching of Nisargadatta Maharaj – A Visual Journey”.  
Inner directions Publishing, Carlsbad, California, 2003, pag.48

## INTRODUZIONE

Molte teorie sulla formazione e sull'evoluzione dell'uomo sono circoscritte in gran parte all'ambito delle affermazioni delle scienze esatte, cioè che l'uomo si è formato da qualche specie animale (anche se non dalla scimmia come spesso si pensa, ma soltanto assomiglia ad essa nella fase iniziale), sviluppandosi tramite la via evolutiva nell'ambito del processo della creazione del globo Terrestre e della vita sulla Terra, ma anche di affermazioni fantastiche come quella secondo la quale - il nostro antenato animale (cioè la scimmia) è stato “fecondato” dagli extraterrestri, i quali sono reputati i nostri padri primitivi. Da una parte la scienza si sforza, basandosi su prove materiali, di completare il mosaico della storia sulla formazione dell'uomo, mentre dall'altra parte c'è chi non è convinto dell'esatta ricostruzione del passato e preferisce credere e convincere altri che gli esseri umani siano “esseri cosmici” creati dagli extraterrestri tramite la fecondazione fisica e metafisica.

La nostra tesi è che la risposta riguardo alla formazione e allo sviluppo dell'uomo si può trovare prima di tutto nell'uomo stesso. La **specificità dell'uomo** in rapporto agli altri esseri viventi sulla Terra, ma anche alle forme intelligenti nel cosmo, **consiste nel fatto che soltanto nell'uomo esiste il processo di individuazione (individualizzazione) della Coscienza come aspetto dell'autoriconoscersi della Coscienza Infinita.**

L'evoluzione delle forme dell'esprimersi di Dio tramite le Forme Superiori di Coscienza (Conoscenza, Amore e Potenza) ovvero tramite gli Infiniti (Esistere Infinito, Creazione Infinita e Coscienza Infinita)<sup>1</sup>, si conclude con la forma dell'uomo come forma ottimale perché contiene in sé tutti e tre gli elementi: le Vibrazioni, l'Energia e la materia nel rapporto ottimale per lo sviluppo e la maturazione della Coscienza individuale. L'uomo è il risultato dell'espressione del “Piano Divino” e non si è formato né casualmente né tramite “processi naturali spontanei”. È inesatto anche affermare che la sua formazione e il suo sviluppo siano la conseguenza di una predestinazione fissa. La finalizzazione del processo di collegamento dell'Infinito e del finito si realizza con l'aiuto della mente, attraverso la quale si esprime il libero arbitrio ovvero si realizza la possibilità che l'uomo si sdebiti con Dio per il proprio esistere indirizzando le emozioni e i pensieri verso di Lui.

Il processo di formazione e di sviluppo dell'uomo si può:

- conoscere come illusione che non è mai avvenuta; ciò si può conoscere nella misura in cui si è consapevolizzato Dio (in se stessi) e conosciuto Dio (in se stessi), e
- comprendere con la mente come processo di sviluppo in un determinato tempo e spazio.

1) Vedi: “La Maturazione del Consco”, di Zoran e Milica Gruicic, Andrea Pangos Editore, Roma, 2003 pag 187 -197.

**L'uomo è l'incarnazione di Dio, la quale attraverso il gioco della mente cerca la propria origine; quando la scopre e conosce, è uno con Lui senza peraltro mai aver smesso di esserlo.** Così l'uomo è contemporaneamente sia Dio sia l'uomo che crea, mantiene e annulla se stesso vivendo l'unitarietà del processo evolutivo del cosmo, della Terra e del mondo vegetale e minerale.

Giovanni 10,11 – 34

*Rispose loro Gesù: "Non è forse scritto nella vostra Legge: Io ho detto: voi siete dèi?"<sup>2</sup>*

Salmo di Asaf 82 - 6

*Io ho detto: "Voi siete dèi, siete tutti figli dell'Altissimo".<sup>3</sup>*

Seguendo la formazione e lo sviluppo dell'uomo noi notiamo il processo dell'autoriconoscersi, sia a livello di singolo sia a livello di specie. Un processo che da una parte è - infinito, mentre dall'altra parte è - limitato dal tempo e dallo spazio e per questo finito. Le informazioni che diamo in questo testo sono Conoscenze consapevolizzate per via meditativa e poi trasmesse in forma scritta tramite la mente e che quindi subiscono necessariamente le limitazioni della mente; per questo consigliamo prima di comprendere e poi di consapevolizzare il testo lasciandosi andare attraverso la preghiera.

## I. L'UOMO PRIMITIVO

Trascurando in questa occasione le spiegazioni su come si sono formate la Terra e la vita su di essa, possiamo affermare che **l'uomo primitivo si "è formato" quando una determinata specie animale** (questo non significa che identifichiamo l'uomo con l'animale) **ha raggiunto uno sviluppo delle funzioni del corpo** (primariamente dei sensi e del cervello) **tale da rendere possibile il processo di individuazione della Coscienza come processo finito dell'autoriconoscersi della Coscienza Infinita.** Possiamo seguire questo processo attraverso la manifestazione individuale (il singolo) e attraverso la manifestazione collettiva (la specie). In questo capitolo elencheremo caratteristiche più importanti di queste manifestazioni.

### 1.1 Discesa dall'albero

- Osservando storicamente è impossibile parlare del primo uomo

<sup>2</sup> La Bibbia di Gerusalemme, Edizioni Dehoniane, Bologna, 1998.

<sup>3</sup> La Bibbia di Gerusalemme, Edizioni Dehoniane, Bologna, 1998.

ovvero del primo uomo e della prima donna come della prima coppia umana, cioè della prima coppia di uomini primitivi.

- L'origine geografica dell'uomo (primitivo) è l'attuale Africa, più precisamente la fascia che si estende dall'equatore sino a circa 20 gradi di latitudine nord.

- Nel periodo da 4,5 milioni a 5 milioni di anni fa, l'uomo primitivo scende dall'albero in cerca di cibo, guidato primariamente dalla fame come parte dell'istinto primario di sopravvivenza.

- Inizia ad usare sempre più gli arti superiori, si muove senza alcun piano, raccoglie frutti che non conserva ma che utilizza subito.

- Utilizza saltuariamente in modo istintivo parti di legno e pietra non lavorate, ma non le porta con sé.

- Si muove in gruppi di 20-30 individui collegati tra loro da singole vibrazioni che esistono da quando dimorava ancora sugli alberi. Lascia spesso la foresta per andare nella savana alla ricerca di cibo.

- Alla fine di questo periodo gli uomini sono circa 30.000.

*Nota:* In questo periodo il delfino è "molto più sviluppato" dell'uomo primitivo, ma le sue possibilità per un'ulteriore evoluzione sono notevolmente limitate dalla mancanza di universalità (l'essere legato all'acqua come ambiente abitativo) ed elemento ancora più importante - dalla mancanza di una struttura dei sensi e del cervello tale da poter rendere possibile la creazione della base materiale idonea per lo svolgersi del processo d'individuazione della Coscienza.

### 1.2. La scoperta degli attrezzi

Periodo da 4,5 sino a 3 milioni di anni fa:

- Gli uomini primitivi si espandono gradualmente su tutto il continente africano e con il passare del tempo partono per l'Europa e l'Asia (nel testo che segue seguiremo primariamente il loro sviluppo; quelli che sono rimasti sul suolo africano si svilupperanno ancora per centinaia di migliaia di anni in modo simile a quelli che hanno lasciato la loro terra natia).

- Vivono in branchi e si muovono in gruppi separati che con il tempo diventano sempre più grandi.

- Portano il cibo con sé, rimangono in un luogo dal quale se ne vanno per breve tempo e vi ritornano.

- Il fatto più importante di questo periodo è l'inizio della lavorazione rudimentale della pietra, del legno e delle ossa con lo scopo di realizzare armi e strumenti da utilizzare nella caccia e nella pesca.

- Viste le difficili condizioni ambientali dovute al clima e agli animali

selvatici, il numero di uomini aumenta molto lentamente e alla fine di questo periodo è di circa 50.000.

### 1.3. La scoperta del fuoco

Periodo da 3 milioni a 1 milione di anni fa:

- Nei primi 200.000 anni di questo periodo avveniva un intenso processo di congelamento della superficie terrestre.
- Nei 1.800.000 anni seguenti i cambiamenti climatici si svolgevano in cicli variabili di lieve scongelamento e ricongelamento del suolo, dove la temperatura comunque cresceva gradualmente.
- Gli uomini primitivi si muovono ancora in gruppi e vagabondano guidati dall'istinto; quelli rimasti in Africa vi si espandono, mentre quelli che l'hanno lasciata si espandono ulteriormente in Europa ed in Asia.
- Costruiscono dimore che lasciano per andare a caccia, ma vi tornano sempre più spesso.
- Si perfezionano nella realizzazione delle armi, ma anche degli strumenti per la costruzione delle palafitte e di altri tipi di dimore.
- Negli ultimi 200.000 anni di questo periodo gli uomini primitivi, in vari luoghi e indipendentemente gli uni dagli altri, scoprono che battendo due pietre possono accendere il fuoco.

### 1.4. Il linguaggio primitivo

Periodo da 1 milione sino a 200.000 anni fa:

- Le reazioni istintive al: "piacevole-spiacevole", "freddo-caldo", "dolore - sollievo"... , che gli uomini primitivi utilizzavano come comunicazione di base, si affinano attraverso l'imitazione e la memorizzazione in un'articolazione comune e riconoscibile, la quale con il tempo si svilupperà nel linguaggio primitivo (che è ancora lontano dalla lingua primitiva).
- Alla fine di questo periodo gli uomini primitivi affrontano una grande crisi causata da drammatici cambiamenti tettonici e climatici: si attivano molti vulcani, ci sono terremoti... Così il numero di uomini primitivi che vivono nell'area delle odierne Africa, Asia ed Europa diminuisce a 20-25.000 unità.

\* \* \*

Nel corso di quasi 5 milioni di anni l'uomo primitivo collega gradualmente e primariamente le reazioni istintive durante i rapporti sessuali

da una parte e la riproduzione della specie dall'altra. Questo rende possibile la costituzione delle Vibrazioni dell'Amore come Vibrazione universale, ma anche come Vibrazione singola (reazioni emotive) e questo influisce sulla costituzione dell'Anima e del Corpo Illuminato. È importante accentuare la gradualità di questo processo che come "processo nel processo" nelle Forme Superiori di Coscienza, si manifesta in forma di Vibrazioni, Energia e materia ovvero in forma di corpo fisico.

## 2 - LA SPECIE UMANA

Nel periodo da 200.000 anni sino a 180.000 anni fa, l'uomo primitivo raggiunge il grado di sviluppo necessario per la creazione della base (di partenza) per l'iniziazione del processo d'individuazione della Coscienza che si svolge nella maggioranza dei singoli della specie umana. Sino a questo periodo il suddetto processo si svolgeva soltanto in un numero ridotto di individui, ad un livello praticamente trascurabile, ma comunque presente. È importante porre in rilievo che a seguito di questo si realizza una forma fisica relativamente stabile e soprattutto un cervello la cui grandezza (capacità) è quasi uguale a quella dell'uomo odierno.

### 2.1. Il codice Genetico della specie umana

Tutto ciò che è creato è una manifestazione di Dio. Nella Bhagavad Gita si afferma:

*"Eppure tutto ciò che è creato non riposa in Me. Guarda la Mia abbondanza mistica! Seppure sono il mantenitore di tutti gli esseri viventi e seppure sono presente ovunque, non sono parte di questa manifestazione cosmica perché la Mia Essenza è la fonte della creazione."*<sup>4</sup>

La Conoscenza, l'Amore e la Potenza ovvero la Coscienza Infinita, l'Esistere Infinito e la Creazione Infinita, sono le manifestazioni basilari di Dio che sono intese come l'Infinito **"TUTTO"**. Esse si esprimono come processi infiniti, ma anche come processi finiti - a livello dell'uomo.

I processi infiniti si svolgono attraverso quelli finiti, mentre quelli finiti tramite quelli infiniti. Nel processo finito **"TUTTO"** si autoriconosce attraverso **"tutto"** e nel processo infinito **"tutto"** si autoriconosce tramite **"TUTTO"**. L'autoriconoscersi della Coscienza individuale è soltanto uno tra i processi infiniti e si realizza con l'aiuto delle proprie manifestazioni: della mente, dell'Anima, dell'aura, del Corpo Illuminato e del corpo fisico. Queste

4) Vedi: "Bhagavad – Gita kakva jeste", Šri Šrimad A.C. Bjaktedanta Swami Prabhupada, Tiskarna, Rijeka, Rijeka, 1991, pag 373.

manifestazioni sono collegate e si condizionano a vicenda.

Il processo di individuazione della Coscienza si realizza attraverso la forma dell'uomo come forma ottimale. La base di questo processo è composta dal codice Genetico e dalle Vibrazioni della Coscienza.

**Il codice Genetico è la matrice (il modello generale) che definisce il provocare ed il coordinarsi delle Vibrazioni della Coscienza del singolo.** Il codice Genetico è lo stesso che il Codice Genetico della Coscienza, il Codice Genetico della Coscienza individuale oppure la Coscienza. Non possiamo spiegare il Codice Genetico con i concetti di Vibrazioni, Energia, materia o con termini simili. Ciò che possiamo fare è indicare in modo più dettagliato, dalla prospettiva della mente, alcuni dei determinatori del codice Genetico:

a) Il codice Genetico oppure la Coscienza del singolo, è parte della Coscienza Infinita, della Creazione Infinita e dell'Esistere Infinito; e viceversa, la Coscienza Infinita, la Creazione Infinita e l'Esistere Infinito si trovano, ma anche si realizzano nella singola Coscienza. *Questo significa che la Coscienza Infinita e la Coscienza individuale, la Creazione Infinita e la Creazione individuale, l'Esistere Infinito e l'Esistere individuale sono - uno.*

b) Il codice Genetico è definito dal rapporto tra la Coscienza Infinita e il processo d'individuazione della Coscienza. Questo significa che il codice Genetico non è definito dal rapporto Coscienza - corpo fisico (materia), ma lo è il modo del suo esprimersi. Le correnti nella Coscienza Infinita le riconosciamo come processi d'individuazione della Coscienza e questo tramite le Vibrazioni che sono il risultato di tale processo.

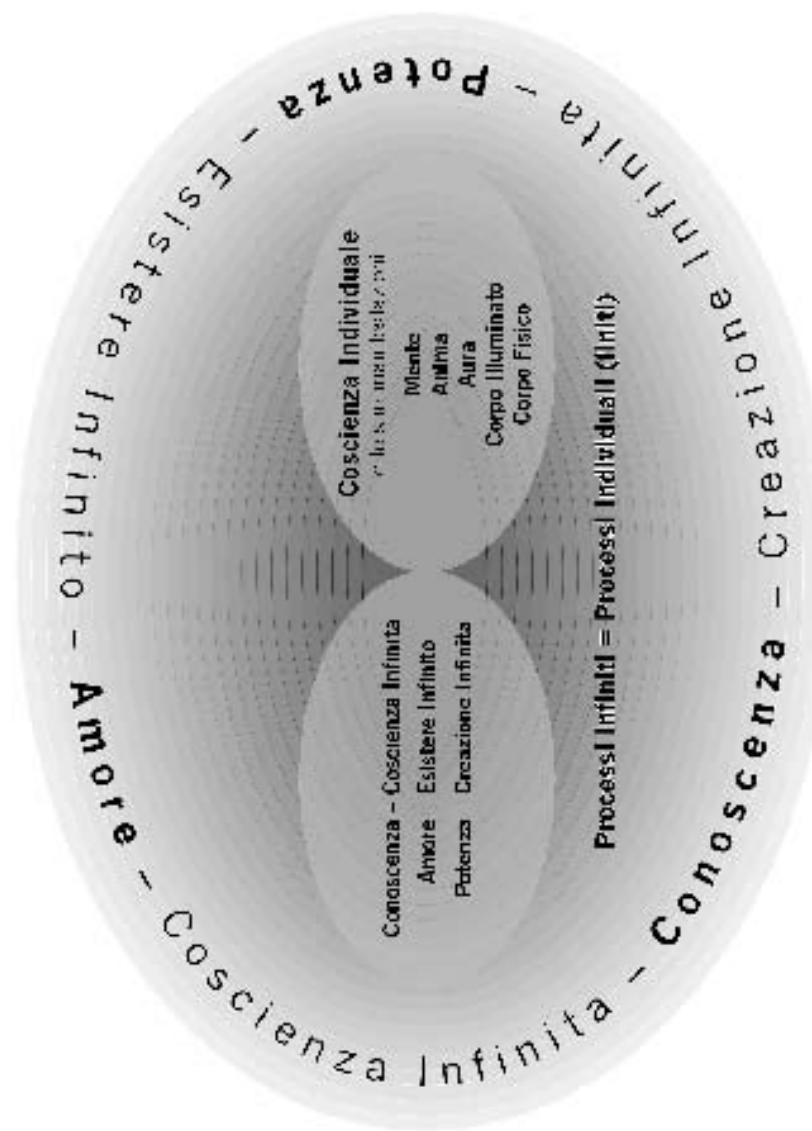
c) Il codice Genetico di ogni uomo è composto dalla Conoscenza, dall'Amore e dalla Potenza, aspetti delle tre manifestazioni onnipresenti del Creatore. Il codice Genetico di ogni uomo è uguale, ma è diverso il suo manifestarsi. Spieghiamo la differenza del suo manifestarsi con il fatto che:

- il processo d'individuazione della Coscienza si svolge diversamente in ogni uomo, e che
- il processo d'individuazione della Coscienza in ogni singolo si svolge sempre nel soggettivo tempo e spazio. Ogni attimo successivo è diverso dal precedente e il movimento complessivo indica al cambiamento nello spazio o dello spazio come tale.

d) Non possiamo definire completamente il codice Genetico, soprattutto non possiamo farlo con gli "anelli del DNA", i "geni" e termini scientifici simili, perché essi sono in sostanza una manifestazione materiale del codice Genetico.

e) il codice Genetico si esprime per mezzo delle Vibrazioni, delle Energie e della materia, principalmente sotto forma di Anima, aura, Corpo Illuminato, corpo fisico e mente.

f) Dalla prospettiva dell'uomo, il codice Genetico è mutabile. La sua mutabilità dipende dal rapporto Coscienza - mente ovvero dal grado



Raffigurazione n.1 - Rappresentazione degli aspetti dell'infinito "TUTTO" come processo infinito e finito



di consapevolizzazione della mente, il che contemporaneamente significa che dipende dal grado di strumentalizzazione della mente. La mente è uno strumento dell'autoriconoscersi della Coscienza individuale, dell'Esistere individuale e della Creazione individuale ed essi sono parte della Coscienza Infinita, dell'Esistere Infinito e della Creazione Infinita. Attraverso il processo d'individuazione, la Coscienza matura con l'aiuto della mente e con questo si autoconsapevolizza anche la Coscienza Infinita. L'autoconsapevolizzazione è "un processo nel processo" che non si può esprimere con le Vibrazioni: i processi nella Coscienza non sono processi vibratori, bensì causano le Vibrazioni. I processi sulla relazione Coscienza Infinita - Coscienza individuale sono processi all'interno della Coscienza Infinita e significano un processo di sviluppo a livelli sempre più alti e complessi. Tale influsso reciproco sottintende che *il codice Genetico è essenzialmente un processo di sviluppo* ovvero un processo sul quale si può influire consapevolmente.

## 2.2. L'esprimersi del codice Genetico

Il Codice Genetico si esprime attraverso le Vibrazioni, l'Energia e la materia sotto forma di Anima, aura, Corpo Illuminato, corpo fisico e mente ed è per questo che l'uomo è un essere specifico che:

- è **onnidimensionale**: in lui si compenetrano tutte le dimensioni dell'Esistere Onnicomprensivo - la Coscienza, le vibrazioni, le Energie e la materia;
- è *l'unico nel quale si svolge il processo d'individuazione della Coscienza*;
- è *l'unico* nell'Esistere onnicomprensivo, primariamente nel cosmo visibile e in quello invisibile, *ad avere l'Anima*. Questo non significa che non esistono altre forme intelligenti nelle quali si svolge, altresì, il processo dell'autoriconoscersi. Tuttavia, soltanto nell'uomo questo processo si realizza tramite il processo d'individuazione della Coscienza, nel quale l'Anima è uno degli strumenti. Per di più, unicamente nell'uomo il processo dell'autoriconoscersi si svolge come processo individuale (singolo). Il processo dell'autoriconoscersi negli altri esseri nel cosmo si svolge come processo collettivo oppure nel migliore dei casi come processo di processi individuali collegati. Tra le Coscienze Maturate nel cosmo, hanno l'individualità soltanto quelle che si sono realizzate attraverso la forma dell'uomo. Gli "ometti verdi", "ET" oppure altri "extraterrestri" che si innamorano dei terrestri, che piangono o si arrabbiano sono soltanto proiezioni di una mente fantasiosa, ma non consapevolizzata. Con questo non glorifichiamo l'uomo, bensì poniamo in rilievo il suo reale e particolare ruolo nell'Esistere.

Era indispensabile che l'antenato dell'uomo nel suo sviluppo evolutivo raggiungesse un determinato livello e che si sviluppassero le funzioni del suo corpo (prima di tutto del cervello - sia come organo fisico, ma anche come organo di senso della mente, nel senso delle sue funzioni e della sincronizzazione di queste con tutto il corpo e con gli altri sensi). Il processo d'individuazione della Coscienza attira a sé le funzioni dei cinque sensi, ma anche le funzioni della mente come "senso di sintesi" e come più elevata manifestazione della Coscienza Infinita sul piano materiale. Proprio la costruzione specifica del cervello, come organo di senso della mente, ha reso possibile che l'unificazione delle Vibrazioni ricevute attraverso i singoli sensi si svolga in modo tale da portare alla correlazione delle cause e delle conseguenze. Alle Vibrazioni ricevute tramite i sensi, la reazione è nuovamente la costituzione delle Vibrazioni, delle Vibrazioni delle *emozioni*. A queste si reagisce con le Vibrazioni dei *pensieri*. Così si forma la mente, come somma di emozioni e di pensieri. **L'emozione - pensiero iniziale è quella riguardante la propria esistenza**, ma anche l'esistenza di altri. In questo senso la mente rappresenta il rapporto dell'uomo verso se stesso, gli altri, l'ambiente... **Formatasi come reazione della Coscienza alle Vibrazioni, essa rappresenta la somma di queste reazioni, ma si manifesta anch'essa stessa come Vibrazione ovvero come Vibrazione - Energia condensata.**

In questo modo, come afferma Sogyal Rinpoche:

*"La mente si scopre come base universale dell'esperienza - come creatrice di felicità e di sofferenza, creatrice di quel che chiamiamo vita e di quel che chiamiamo morte."*<sup>5</sup>

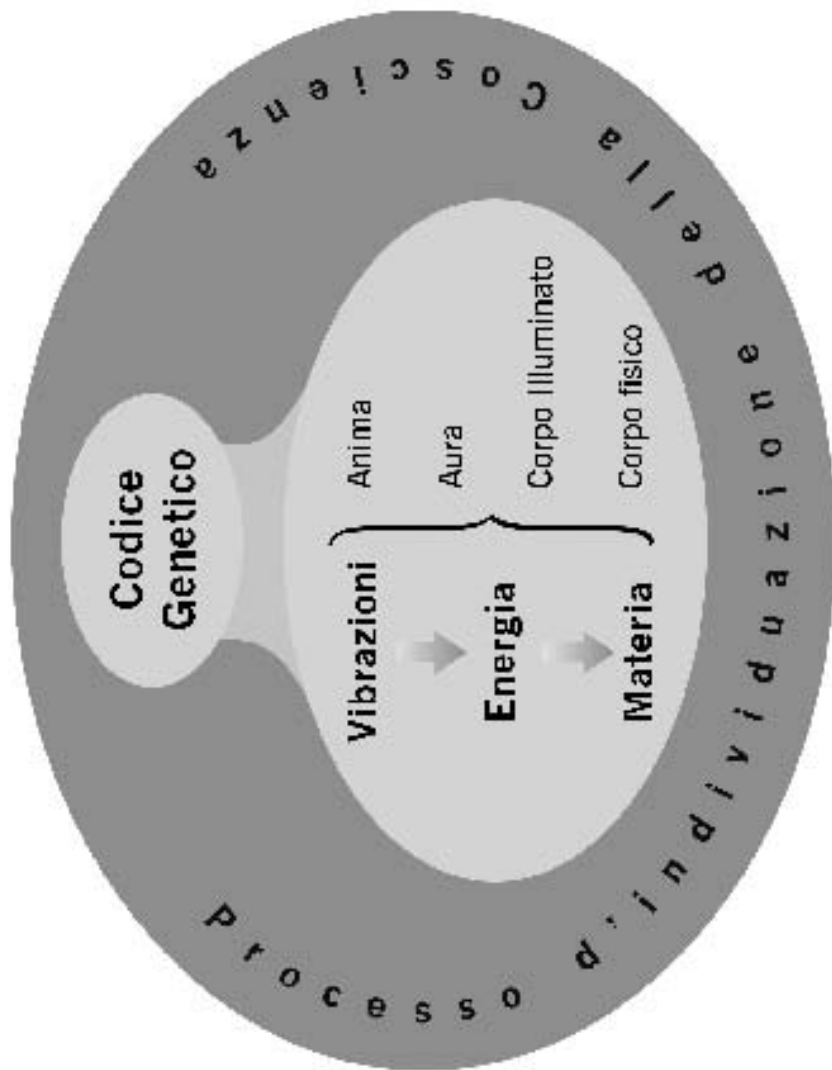
Con l'evoluzione si sono create gradualmente le condizioni opportune affinché nell'antenato dell'uomo si congiungessero più dimensioni, tra cui la Coscienza Infinita come una delle dimensioni (la quale per autoriconoscersi ha bisogno della forma) e - il processo individuale come sua realizzazione. Così l'antenato dell'uomo diventa uomo.

La definizione della Coscienza individuale con l'aiuto della forma dell'uomo si esegue attraverso la mente, collegando in un insieme la Coscienza, le Vibrazioni, l'Energia e la materia. Così la mente è anche - il collegamento tra la Coscienza Infinita e la Coscienza individuale.

**La mente si forma come risultato (manifestazione) del peculiare processo dell'autoriconoscersi della Coscienza Infinita attraverso il processo d'individuazione della Coscienza.**

5) "Tibetanska knjiga Zivota i smrti", Sogyal Rinpoche, L.O.M. Beograd, 2001, pag 43.





**Raffigurazione n.1** - Il codice Genetico e le Vibrazioni (manifestazioni) della Coscienza, come elementi del processo di individuazione della Coscienza (non abbiamo posto la mente nello schema perché potrebbe trovarsi ovunque in esso)

### 3. L'EVOLUZIONE DELLA SPECIE UMANA

Dopo la crisi nel periodo da 200.000 anni a 180.000 anni fa, gli uomini primitivi si riprendono e con ciò confermano il loro ruolo nella realizzazione del "piano Divino". Considerando che da allora l'iniziazione del processo di individuazione della Coscienza si realizza nella maggioranza degli individui (praticamente in tutti), da ora in avanti definiremo "l'uomo primitivo" - uomo, mentre "gli uomini primitivi" – gente oppure specie umana. L'ulteriore evoluzione della specie umana si può seguire attraverso:

- il formarsi delle razze,
- il popolamento dell'America e dell'Australia e
- l'evoluzione del processo d'individuazione della Coscienza.

#### 3.1. Il formarsi delle razze

La differenziazione della predisposizione per le tre razze di base: la bianca, la gialla e la nera, si è formata quando si è formato l'uomo primitivo, ma l'esprimersi delle razze è iniziato circa 60.000 anni fa. Elenchiamo le ragioni principali:

- a) l'autoriconoscersi delle Forme Superiori di Coscienza
  - la POTENZA, ma anche l'Amore e la Conoscenza attraverso la razza bianca;
  - la CONOSCENZA, ma anche l'Amore e la Potenza attraverso la razza gialla;
  - l'AMORE, ma anche la Conoscenza e la Potenza attraverso la razza nera.
  
- b) l'esprimersi degli Infiniti
  - la CREAZIONE INFINITA, ma anche l'Esistere Infinito e la Coscienza Infinita attraverso la razza bianca;
  - la COSCIENZA INFINITA, ma anche l'Esistere Infinito e la Creazione Infinita attraverso la razza gialla;
  - l'ESISTERE INFINITO, ma anche la Coscienza Infinita e la Creazione Infinita attraverso la razza nera.
  
- c) la costituzione delle Strutture Energetiche Superiori
  - l'ENERGIA DELLO SPIRITO SANTO, ma anche l'Energia Cristica e il Campo Energetico Unitario attraverso la razza bianca;
  - il CAMPO ENERGETICO UNITARIO, ma anche l'Energia Cristica e l'Energia dello Spirito Santo attraverso la razza gialla;
  - l'ENERGIA CRISTICA, ma anche il Campo Energetico Unitario e l'Energia dello Spirito Santo attraverso la razza nera.

- d) l'esprimersi degli influssi cosmici
- il SOLE, ma anche la Luna e la Terra attraverso la razza bianca;
  - la TERRA, ma anche la Luna e il Sole attraverso la razza gialla;
  - la LUNA, ma anche la Terra e il Sole attraverso la razza nera.

Il processo d'individuazione della Coscienza è specifico in ogni uomo e si svolge in un dato tempo e spazio. Poiché il tempo è reciproco alle Vibrazioni-Energie, mentre lo spazio è reciproco alla materia<sup>6</sup>, la specificità dello sviluppo della mente (emozioni e pensieri) in un dato ambiente "fisico" (si intende prima di tutto i fattori climatici) si esprime anche come diversità delle razze. Tali processi sono accompagnati anche da cambiamenti nel cervello, come "senso sintetico" che è il luogo di raccolta delle Vibrazioni interiori ed esteriori. Come risultato di questi processi si sono verificati determinati cambiamenti nella struttura interiore del cervello, i quali hanno ulteriormente influito sulla differenziazione delle razze:

- Lo sviluppo delle c.d. **installazioni neurali seriali** (espresso con il QI - la c.d. mente pensante) è la nota distintiva della *razza bianca*; contemporaneamente si sviluppano tutti e tre i tipi di intelligenza, ma questa (Q.I.) si esprime più di tutte. Per queste installazioni, conosciute anche come *reti neurali*, si sottintendono i gruppi di neuroni collegati in catena, dove se qualsiasi parte della catena si danneggia oppure è esclusa, cessa di funzionare tutta la catena. Le reti si installano in conformità a programmi chiaramente definiti, le cui regole sono poste in conformità con la logica formale, il che produce pensieri che usiamo per risolvere problemi razionali.

- Lo sviluppo delle c.d. **installazioni neurali associative** (espresso con il QE - la c.d. mente emozionale) è la nota distintiva della *razza nera*; contemporaneamente si sviluppano tutti e tre i tipi di intelligenza, ma questa si esprime più di tutte. Per installazioni neurali associative intendiamo le reti neurali ognuna delle quali contiene gruppi di varie centinaia di migliaia di neuroni collegati tra loro, ma non tanto precisamente quanto nelle reti neurali, anche se hanno la capacità di autoreinstallarsi in conformità con l'esperienza. L'apprendimento si svolge attraverso la prova e l'errore e non si possono definire le regole precise in base alle quali si impara oppure si pratica qualcosa. Per esempio a nuotare, ad andare in bici..., si può imparare soltanto provando - tramite l'esperienza e non leggendo le istruzioni.

6) Vedi in modo più ampio: "God's secret formula", Peter Plichta, element Books Limited, Shaftsbury, Dorset, 1998.

- Lo sviluppo delle c.d. **oscillazioni neurali sincrone** (espresso con il QS - la c.d. mente spirituale) è la nota distintiva della *razza gialla*; contemporaneamente si sviluppano tutti e tre i tipi di intelligenza, ma questa si esprime più di tutte. Con le oscillazioni neurali sincrone si intende uno specifico modo (sempre diverso per ogni situazione e per ogni individuo) di collegare le installazioni neurali seriali e quelle associative non soltanto a livello del cervello, bensì di tutto il sistema nervoso e questo si manifesta attraverso la pre-strutturazione delle esperienze, la conoscenza della totalità di se stessi, ma anche dei concetti di infinito, vuoto ecc.<sup>7</sup>

Le razze si sono dunque formate come risultato di una diversa espressione della Coscienza Divina ovvero delle Forme Superiori di Coscienza come suoi aspetti (attraverso la Coscienza Infinita, la Creazione Infinita e l'Esistere Infinito) e le Strutture Energetiche Superiori in un dato spazio e tempo. È importante porre in rilievo che **in ogni razza ed in ogni suo singolo membro si tratta dello stesso processo - del processo Divino dell'autoriconoscersi attraverso la Coscienza individuale, processo che soltanto si esprime in modo diverso a livello di razza ovvero di singolo.**

### 3.2. Il popolamento dell'America e dell'Australia

Il periodo di disgelo accelerato inizia circa 80.000 anni fa come ultimo ciclo dell'era glaciale (di un totale di 6) che si conclude circa 13.000 anni fa. Da 50.000 a 60.000 anni fa l'espandersi della specie umana in Europa e Asia ha determinato che:

- attraverso l'Asia est-settentrionale alcune tribù sono passate prima in America del Nord poi in America Centrale ed in America del Sud, popolandole. Queste tribù che popolavano le regioni settentrionali del globo terrestre, appartenevano alla razza bianca già formata quasi completamente. Si può quindi affermare che gli Inca, i Maya, gli Aztechi, come anche altre tribù più o meno conosciute che vivevano nell'America del Sud, discendono dalla razza bianca.
- due tribù dell'originaria razza nera dell'Africa meridionale sono giunte, attraverso l'India e l'Indonesia, sino all'Australia, popolandola. Questo significa che i c.d. aborigeni dell'odierna Australia sono originari dell'Africa.

Cinquantamila anni fa un processo particolarmente accelerato di

7) Riguardo i tipi di intelligenza vedi in modo più dettagliato: "SQ - Duhovna inteligencija, krajnja inteligencija", Dana Zohar, Jan Marshall, Svetovi, Novi Sad, pag 43.

disgelo ha alzato il livello degli oceani e dei mari, facendo sì che l'America e l'Australia non si potessero più raggiungere via terra. Per questo motivo, in queste regioni del globo terrestre, l'ulteriore evoluzione della specie umana si svolse indipendentemente.

### 3.3. Lo sviluppo della Coscienza individuale

Da circa 180.000 anni fa il processo di individuazione della Coscienza si svolge in tutti gli appartenenti alla specie umana come processo interconnesso:

- di sviluppo della mente (emozioni e pensieri) e dell'intelligenza, nel senso della capacità della Coscienza individuale di utilizzare le informazioni ricevute in forma di Vibrazioni con lo scopo di amministrare le correnti vibratorie-energetiche-materiali e
- di autoriconoscersi, primariamente attraverso reazioni intuitive sotto forma di conoscenze "di là" del piano della mente.

Il tendere a soddisfare principalmente i bisogni sensoriali ha portato al punto nel quale l'uomo, da una parte adeguava la natura a sé e questo si esprimeva attraverso lo sviluppo dell'allevamento del bestiame e dell'agricoltura, mentre dall'altra parte l'uomo si adeguava alla natura e questo si manifestava come cambiamenti e perfezionamenti nel campo della caccia e del modo di vivere. Lo sviluppo della mente faceva consapevolizzare gradualmente in certi singoli individui varie manifestazioni del processo d'individuazione della Coscienza: il rilassarsi, il sogno, la veglia, ... come processi "di là" del livello della mente. Con lo sviluppo della mente, i processi spontanei che provocavano i c.d. "stati di Coscienza alterata", sono gradualmente selezionati e trasformati in riti. Con i riti si creavano Vibrazioni sia positive sia negative, ma con il passare del tempo si creavano sempre più quelle positive.

I pensieri positivi e i rituali positivi, come condizione per lo sviluppo dell'umanità, diventano piano piano sempre più numerosi, mentre i sempre più frequenti e lunghi soggiorni in determinati luoghi dove si eseguivano i riti e qualsiasi altro rivolgersi alle "forze superiori", alla natura, al cielo..., provocano in tali posti una costituzione più intensa e più duratura di Vibrazioni ed Energie. Gli uomini consapevolizzano che i pensieri positivi, determinati stati di Coscienza alterata e il soggiorno in luoghi dove ci sono Vibrazioni - Energie positive, aiutano a sentirsi meglio, a guarire, a risolvere più facilmente i problemi ed aiutano nello sviluppo.

## IV- LA MATURAZIONE DELLA COSCIENZA

### 4.1. Il concetto di Coscienza Maturata

La Coscienza individuale Maturata è la Coscienza che ha concluso il processo d'individuazione (autorealizzarsi, autoconsapevolizzarsi, autoriconoscersi...). Il percorso dell'individuazione della Coscienza ossia della maturazione della Coscienza termina nell'**individualità infinita**.

**Coscienza individuale Maturata = Conoscenza Infinita =  
Amore Infinito = Potenza Infinita**

**Coscienza individuale Maturata = Coscienza Infinita =  
Esistere Infinito = Creazione Infinita**

Questo significa:

- che la Coscienza individuale Maturata ha consapevolizzato la Coscienza Infinita, l'Esistere Infinito, la Creazione Infinita ovvero che essa è tutto ciò,
- che alla Coscienza individuale Maturata sono accessibili e raggiungibili la Conoscenza Infinita, l'Amore Infinito e la Potenza Infinita ovvero che essa è tutto ciò,
- la capacità della Coscienza individuale di essere onnipresente ovvero che essa ha **consapevolizzato il principio del movimento assoluto come illusione**, il che rappresenta l'aver consapevolizzato le Forme Superiori di Coscienza;
- **la consapevolizzazione della non dimensionalità** come espressione del principio del movimento assoluto e della dimensione del movimento individuale come segmento nel tempo e nello spazio;
- l' "**autoconsapevolezza**" al di fuori della materia, delle Energie e delle Vibrazioni.

Osservando in senso generale, **la Coscienza individuale Maturata ha conosciuto Dio - il Creatore come (unica) Realtà, mentre tutto il resto come non-Realtà ossia come illusione.**

I processi che ha consapevolizzato l'individuo la cui Coscienza è Maturata, sono:

**a) la trasformazione fisica** - la quale sottintende la consapevolizzazione del rapporto Coscienza - mente - corpo fisico ed il portare tale rapporto al livello ottimale. Alla base di questo processo c'è la consapevolizzazione dei sensi, ma anche del cervello come organo di sintesi del senso

della mente, e l'amministrazione dei processi fisici. Possiamo rappresentare ciò nel modo seguente:

### Coscienza- Vibrazioni- Energie- materia

**b) la trasformazione mentale** - la quale sottintende la consapevolezza della mente, ma anche delle rimanenti strutture vibratorio-energetiche, prima di tutto dell'Anima, dell'aura e del Corpo Illuminato. Questo significa portare i processi vibratorio-energetici dell'uomo sotto il controllo della Coscienza, il che si può rappresentare nel modo seguente:

### Coscienza - Vibrazioni- Energie

La trasformazione mentale è la consapevolezza del processo di coordinamento delle Vibrazioni della Coscienza (manifestazioni della Coscienza) con la Coscienza (codice Genetico).



Raffigurazione n. 3 - Coscienza individuale Maturata

**c) la trasformazione spirituale** - la quale rappresenta la consapevolezza del processo Divino in se stessi e la scoperta di Dio - del Creatore in se stessi, e si conclude con l'Essere Uno con Lui. Possiamo rappresentare questo come rapporto:

**Coscienza = Coscienza, oppure  
Coscienza Infinita = Coscienza individuale**

I processi di trasformazione sono reciprocamente collegati in un insieme, il che non significa che non si svolgono uno senza l'altro. La trasformazione fisica e mentale non rappresenta la realizzazione completa della trasformazione, bensì quella ottimale, vale a dire il raggiungimento del livello sufficiente affinché si realizzi la trasformazione primaria - quella spirituale.

### 4. 2.L'aumento del numero di Coscienze Maturate

Il primo individuo ad aver concluso il processo d'individuazione della Coscienza ovvero ad aver consapevolizzato nel corso della vita Dio dentro di sé, viveva 23.000 anni a.E.V. (avanti era volgare) alle pendici dell'Himalaya. Dai dati ricevuti per via meditativa sappiamo che questo individuo era di carnagione chiara, ma con occhi accentuatamente a mandorla, che si occupava di guarigione con le erbe curative, le preghiere e i riti. Allora sul globo terrestre c'erano circa 180.000 uomini.

Il numero di Coscienze Maturate aumenta con il tempo:

10000 a.E.V. ci sono 5<sup>8</sup> Coscienze Maturate  
9000 a.E.V. ci sono 12 Coscienze Maturate  
8000 a.E.V. ci sono 14 Coscienze Maturate  
7000 a.E.V. ci sono 18 Coscienze Maturate  
6000 a.E.V. ci sono 46 Coscienze Maturate  
5000 a.E.V. ci sono 160 Coscienze Maturate  
4000 a.E.V. ci sono 410 Coscienze Maturate  
3000 a.E.V. ci sono 1.100 Coscienze Maturate  
2000 a.E.V. ci sono 2.150 Coscienze Maturate  
1000 a.E.V. ci sono 3.950 Coscienze Maturate  
nel momento della nascita di Cristo - ci sono 6.600 Coscienze

Maturate

anno 1000 ci sono 9.650 Coscienze Maturate  
anno 1998 ci sono 16.165 Coscienze Maturate  
anno 2000 ci sono 16.168 Coscienze Maturate  
(sulla Terra ci sono 6,6 miliardi di uomini)  
anno 2003 ci sono 16.177 Coscienze Maturate  
anno 2004 ci saranno 16.199 Coscienze Maturate  
anno 2005 ci saranno 16.259 Coscienze Maturate

8) Il numero di Coscienze Maturate si riferisce al numero totale di Coscienze Maturate sino al periodo in questione e non al numero di uomini vivi la cui Coscienza è Maturata. (N.d.E.)

anno 2010 ci saranno 17.016 Coscienze Maturate  
anno 2050 ci saranno 23.166 Coscienze Maturate  
anno 2100 ci saranno 43.749 Coscienze Maturate  
(sulla Terra ci saranno 9,4 miliardi di uomini).

Come si può vedere da questa tabella, la creazione di Coscienze Maturate (ovvero la maturazione delle Coscienze individuali) accelera con il passare del tempo. Grazie alla scienza, all'arte, allo sviluppo delle libertà umane e al riflettere dell'uomo, accelera la maturazione globale della Coscienza perché aumenta il grado totale di sviluppo della specie umana. Questo non significa che soltanto chi agisce nell'ambito della scienza e dell'arte (o di qualche religione) può raggiungere la maturità individuale della Coscienza, bensì che nel corso dello sviluppo della civiltà umana si creano le condizioni di base per l'innalzamento del livello globale della Coscienza Collettiva, con la quale ognuno di noi comunica in una determinata misura. In questo modo le "posizioni di partenza" di ogni uomo odierno sono migliori di quelle degli uomini che hanno vissuto in precedenza, nonostante il paradosso che deriva dai molteplici problemi del mondo moderno:

- coloro che pensano di avere "potere" (espresso tramite il monopolio del sapere, il possedere informazioni, denaro, fonti di energia, armi...), vivono nell'abbaglio perché è il potere a possedere loro e ciò crea blocchi a livello di singolo, nazione o gruppi di nazioni, blocchi che rallentano lo sviluppo della popolazione della nazione che rappresentano e con ciò di tutto il mondo;
- coloro che pensano di non avere "potere", bramano gli elementi del potere come fossero oggetti e "processi" che portano alla felicità e legando ad essi le proprie emozioni ed i propri pensieri creano blocchi per la maturazione spirituale.

La soluzione si intravede già tramite il cambiamento del sistema dei valori alla base del quale c'è **la consapevolizzazione dei processi spirituali a livello dell'individuo** ovvero l'unificazione dello sviluppo materiale e di quello spirituale in un insieme.

## 5. L'ULTERIORE SVILUPPO DELL'UMANITÀ

L'ulteriore sviluppo dell'umanità si svolgerà attraverso:

- il processo accelerato dello sviluppo delle Coscienze individuali
- il rallentamento della crescita della popolazione mondiale.

### 5.1.Periodo dall'anno 2100 all'anno 4000

- Sarà consapevolizzato in modo accelerato il processo di collegamento tra lo sviluppo materiale e quello spirituale sia a livello del

singolo individuo sia a livello globale.

- La scienza riuscirà a spiegare i principi del mondo esteriore (materiale): la formazione del cosmo, delle galassie, del sistema solare, della Terra..., ma soltanto come processi materiali.
- Le scienze naturali, prima di tutte la fisica e la chimica raggiungeranno la loro "maturità" collegandosi con l'aiuto della matematica.
- Collegando i metodi della medicina e quelli c.d. alternativi, l'umanità riuscirà a scoprire le "medicine" per la maggioranza delle malattie esistenti come anche per le malattie ancora sconosciute.
- L'applicazione del principio di autoguarigione diverrà il modo basilare per mantenersi in salute.
- La psicologia e le scienze che oggi hanno il prefisso "psico", come la psicofisiologia, la psicolinguistica, la psicotronica..., diverranno le scienze più importanti.
- Con la consapevolizzazione della mente si svilupperanno con successo i processi di protezione e di rigenerazione dell'ambiente e perciò non esiste alcuna possibilità che la Terra sia distrutta.
- I "frammenti" della storia dell'umanità saranno messi assieme tramite la ricerca dei fondali degli oceani, di zone del circolo polare artico, della Siberia settentrionale e del centro della Terra.
- I viaggi dell'uomo nello spazio si svolgeranno nell'ambito del sistema solare.
- Le religioni assumeranno un ruolo sempre più importante collegandosi tra loro e attraverso l'aumento della tolleranza spirituale.
- Gli uomini tenderanno ad occuparsi di attività che facilitano l'entrata nel c.d. stato di "flow"<sup>9</sup>.
- Si sviluppa un QI (quoziente d'intelligenza) medio, ma assumono sempre più importanza il QE (quoziente emozionale) e il QS (quoziente spirituale).
- Alla fine di questo periodo il grado medio di consapevolizzazione della mente sarà di circa 18% (attualmente è 1%).
- Ancora soltanto un numero minore di uomini riuscirà a consapevolizzare Dio in sé.

### 5.2.Periodo dall'anno 4000 all'anno 8000

- Tutto ciò che oggi definiamo come scienze naturali, prime fra tutte la fisica e la chimica, diverranno d'importanza secondaria.
- I viaggi nel cosmo rimarranno nell'ambito del sistema solare.

<sup>9</sup> "Flow", inglese: flusso – si tratta dello stato senza ego che si forma con il totale indirizzarsi sull'attività che si sta svolgendo in quel momento (creazione artistica, ricerca scientifica...). Le caratteristiche principali dello stato di *flow* sono lo stato di autodimenticanza, gioia spontanea, estasi ...



- La maggioranza degli uomini consapevolizzerà i processi che si svolgono sulla relazione Vibrazioni – Energie - materia e le possibilità di influire su di essi.
- La forma basilare di educazione - formazione scolastica sarà rappresentato da metodi per consapevolizzare la mente, basati primariamente sui principi religiosi, ma anche sull'applicazione di tecniche e metodi per entrare nello stato di *flow* con lo scopo di provocare processi Vibratorio - Energetici.
- La forma basilare di comunicazione sarà lo scambio consapevolizzato di Vibrazioni ed Energie.
- Si svilupperanno un QE ed un QS medio, mentre il QI diventerà definitivamente un indicatore di importanza secondaria.
- Alla fine di questo periodo la consapevolizzazione media della mente sarà di circa 45%.
- Quasi la metà della popolazione riesce a consapevolizzare Dio in sé.

### 5.3.Periodo dal 8000 al 12000

- La spiritualità espressa tramite il QS raggiunge il massimo livello.
- Si consapevolizzano del tutto i processi Coscienza - Vibrazioni - Energie - materia.
- Gli uomini creano e diffondono costantemente un'atmosfera di beatitudine e consapevolizzano completamente la Beatitudine Infinita.
- Lo scambio delle Vibrazioni dell'Amore si conclude con il riconoscere l'espressione Divina in ognuno.
- L'uomo consapevolizza che il processo d'individuazione della Coscienza non si può scindere dalla sua natura - dal Divino in lui.
- Gli uomini esprimono l'individualità infinita: l'esistere Essendo Uno con Dio, ma con le proprie caratteristiche individuali.
- Con il loro esistere consapevolizzato gli uomini agiscono a livello della Coscienza Infinita provocando "processi nel processo" che portano a risultati sul piano delle Vibrazioni, delle Energie e della materia.
- Avranno contemporaneamente l'esperienza di Dio e di uomo.
- Alla fine di questo periodo si conclude il processo di trasformazione fisica, mentale e spirituale.

## CONCLUSIONE

L'umanità come processo riconoscibile inizia nell'Infinito e si conclude con l'autoconsapevolizzazione di sé come processo finito.

Gradualmente succede che tutti quelli che nascono concludono il processo di individuazione della Coscienza, - Maturano cioè la Coscienza.

Il processo "umanità" che è iniziato in Dio, come fonte, termina in Lui e questo con la conoscenza di Dio come unica Realtà da parte di ogni individuo. Questo si può esprimere nel modo seguente:

**Dio è - la Coscienza non è.**

Dato che Dio è l'unica Realtà, il processo "umanità" è soltanto un'illusione che avviene nella mente.

*"Per la millesima volta mi sono convinto ed ho scoperto che è vero che l'universo e tutto nell'universo è completamente niente nel niente."* <sup>10</sup>

**Hafiz**

---

<sup>10</sup> Citato dal libro: Meher Baba – ono najbolje iz zivota, IP "ISOTHERIA", Beograd, 1996, pag. 17.

## GLI ELEMENTI DEL KARMA

*“Se siete intrappolati nei concetti,  
sarete intrappolati anche nel cerchio dei concetti...;  
nuova nascita, reincarnazione, sono tutti concetti.”*

1. IL CONCETTO KARMA.....	63
2. I LIVELLI DEL KARMA.....	64
2.1. Livello della Coscienza.....	64
2.2. Livello delle Vibrazioni e delle Energie.....	64
2.3. Livello della materia.....	66
3. I FATTORI CHE DISTURBANO L'ESPRIMERSI DEL KARMA.....	68
4. GLI ATTACCAMENTI.....	73
4.1. "Il falso io".....	73
4.2. Attaccamento alla meta.....	75
4.3. Attaccamento alla spiritualità.....	76
4.4. Attaccamento al potere.....	77
4.5. Le paure.....	78
5. IL KARMA E LE MALATTIE.....	79
5.1. Livello della Coscienza.....	79
5.2. Livello delle Vibrazioni e delle Energie.....	80
5.3. Livello della materia.....	81
6. INCARNAZIONE – REINCARNAZIONE.....	83
6.1. Il codice Genetico.....	84
6.2. Caratteristiche genetiche.....	85
6.3. Incarnazione.....	86
6.4. Reincarnazione.....	88
6.5. Sviluppo della Coscienza individuale.....	92
7. LA RIPROGRAMMAZIONE DEL KARMA.....	95
7.1 Processo generale.....	96
7.2 Processi singoli.....	97

Prior to consciousness – talks with Sri Nisargadatta maharaj, edited by Jean dunn, The Acorn Press, Durham, North Carolina, 1997, pag.133.

## 1. IL CONCETTO KARMA

Come unica e suprema realtà, Dio è eternamente - sia nello stato dell'essere ("con se stesso") - sia nello stato manifesto. La manifestazione primaria di Dio è la Coscienza Divina che è il nome con cui definiamo le tre reciprocamente indivisibili Forme Superiori di Coscienza. La Coscienza Divina si autoriconosce attraverso innumerevoli processi, tra i quali c'è anche l'individuazione (individualizzazione) della Coscienza – che è il processo dell'autoriconoscersi della Coscienza individuale tramite la propria maturazione, la quale consiste nella graduale armonizzazione della Coscienza individuale con le Forme Superiori di Coscienza ovvero con la Coscienza Divina. Una "fase particolarmente significativa" di questo accadere spirituale interattivo inizia nel momento dello sfociare della Coscienza individuale nelle Forme Superiori di Coscienza. Con l'ulteriore evoluzione e maturazione questo avvenimento si ripete sempre più frequentemente e con il passare del tempo matura in uno stato sempre più durevole, per poi alla fine raggiungere lo stato permanente dell'Unitarietà (reciproca identificazione), nel quale la Coscienza individuale non "perde" la propria individualità.

***L'individuazione ovvero la maturazione della Coscienza si conclude nell'Unitarietà, nello stato dell'individualità che è infinito – nell'individualità finitamente Infinita.***

Il modo migliore per definire il termine - Karma, è definirlo come processo oppure ancora meglio come "processo nel processo" e osservarlo come:

- generale - a livello dell'umanità,
- collettivo - a livello: di un popolo, di un gruppo di popoli, di una nazione ecc, e come
- individuale - a livello dell'individuo.

Questi tre processi sono collegati e si condizionano reciprocamente. Il processo che ci interessa primariamente è quello individuale, vale a dire il processo d'individuazione della Coscienza che possiamo definire anche come **karma individuale**.

***Il karma può essere definito anche come modello (matrice) generale che determina particolari modelli di provocazione e di coordinazione delle Vibrazioni della Coscienza dell'individuo, i quali sono lo stesso che il codice genetico della Coscienza, il codice genetico della Coscienza individuale oppure più semplicemente – la Coscienza.*** Il karma ovvero i flussi d'individuazione iniziano e terminano nelle Forme Superiori di Coscienza ovvero nella Coscienza Infinita, mentre si realizzano attraverso i livelli delle Vibrazioni - Energie e della materia.



## 2. I LIVELLI DEL KARMA

Dio è la fonte di tutto ciò che esiste ovvero Egli è l'unica Realtà, mentre tutto il resto sono sue manifestazioni, vale a dire illusioni. Il processo d'individuazione della Coscienza ovvero il karma individuale (nel testo che segue - il karma), è quindi anch'esso un'illusione che si svolge sulla relazione:

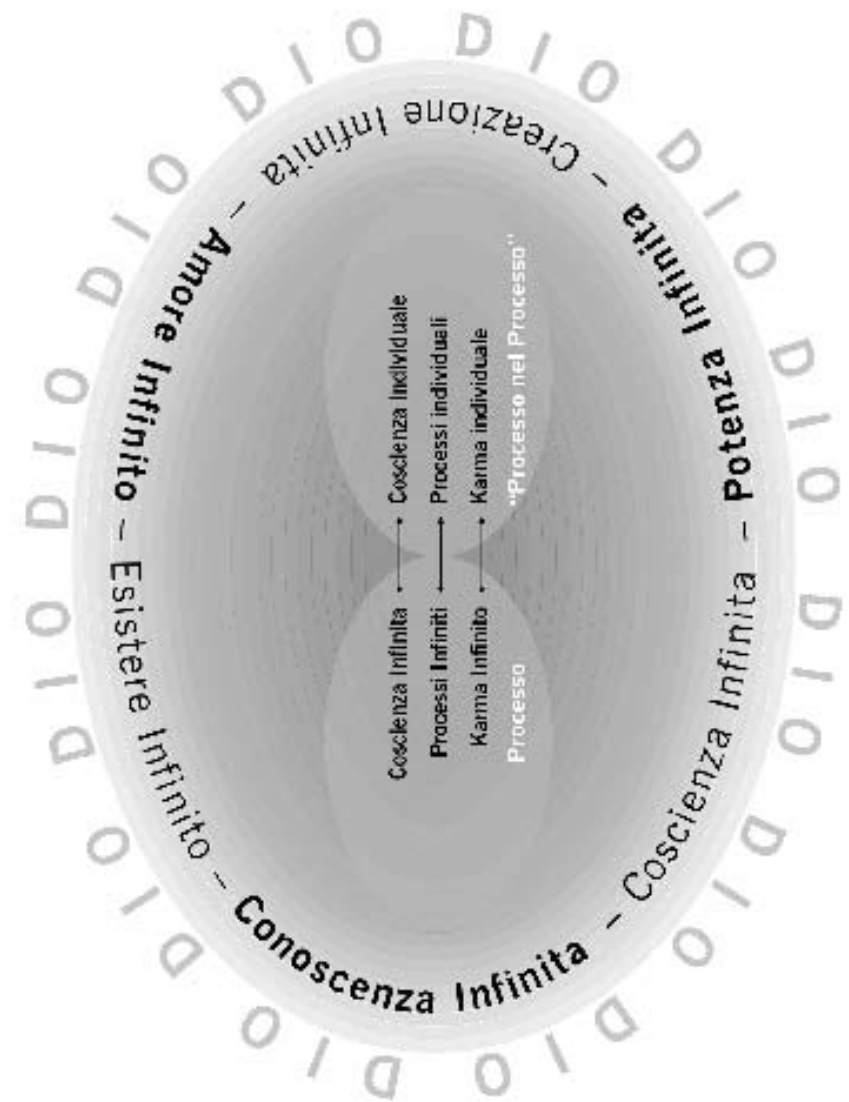
### COSCIENZA – VIBRAZIONI – ENERGIE – MATERIA

Nel momento del concepimento inizia l'**esprimersi** della Coscienza individuale come particolare singolo processo che è possibile determinare in un dato tempo e spazio. Da questo consegue che ci sono tre livelli del karma: il livello della Coscienza, il livello delle Vibrazioni - Energie ed il livello della materia.

#### 2.1. Livello della Coscienza

Sul piano della Coscienza Infinita, il karma si svolge come processo nell'ambito del processo Coscienza (che sottintende innumerevoli processi). Per questo definiamo il karma "processo nel processo". Questo processo non si può comprendere con la mente che si forma e funziona in base al principio della dualità oppure delle cosiddette coppie di contrari (positivo - negativo, bene - male, sopra - sotto, sinistra - destra), perché i processi sul piano della Coscienza Infinita non si svolgono in base al principio della dualità. Ad esempio, sul piano della mente l'uomo esprime e vive l'amore come desiderio di stare con qualcuno, di appartenere a qualcuno, come bisogno di legarsi a qualcuno, di essere amato e di amare... In questi casi si tratta di - rapporti che sottintendono perlomeno due soggetti, mentre sul piano della Coscienza Infinita avviene l'Amore che non avendo due parti, non è maggiore da una parte e minore dall'altra, l'Amore che non può essere né corrisposto né non corrisposto, né espresso né non espresso..., avviene l'Amore che non si può vivere come Amore personale e soggettivo verso qualcuno. L'unica cosa che si può fare è consapevolizzare questo Amore Infinito ed essere uno con Esso ovvero - **essere Amore**.

***I processi sul piano della Coscienza non sono né positivi né negativi e perciò il karma, come uno dei processi sul piano della Coscienza, non è né positivo né negativo. Esso è semplicemente - un processo.*** È la mente a "definire" se qualcosa è positivo o negativo, ma sul piano della Coscienza non c'è la mente. Bisogna tuttavia tenere sempre ben presente che con la mente si possono avviare dei processi nella Coscienza.



Raffigurazione n.1 - Il Karma come processo infinito e finito

Ad ogni modo, indipendentemente dal fatto che le emozioni e i pensieri che avviano tali processi siano positivi o negativi, i processi avviati sul piano della Coscienza non possono essere mai né positivi né negativi. Siccome sono “di là” della mente, il giudizio mentale non può “raggiungerli”. La mente attribuisce ai processi e ai fenomeni delle caratteristiche, mentre **la Coscienza li consapevolizza, consapevolizzando se stessa** - proprio perché i processi ed i fenomeni sul piano della Coscienza non hanno caratteristiche.

## 2.2. Livello delle Vibrazioni e delle Energie

La Conoscenza, l'Amore e la Potenza come espressioni delle Forme Superiori di Coscienza, si incarnano in base al principio del condensamento sino alla forma dell'uomo. Così l'uomo rappresenta l'unione di tutte le dimensioni: della Coscienza, delle Vibrazioni - Energie e della materia. Gli aspetti dell'esprimersi delle dimensioni nell'uomo sono le Vibrazioni, le Energie, una specifica struttura e uno specifico processo vibratorio - energetico - la mente, e la materia.

La mente rappresenta il nesso tra la Coscienza e la materia che rende possibile l'individuazione della Coscienza. Così la mente è lo strumento di base con l'aiuto del quale si realizza il processo d'individuazione della Coscienza. La mente si forma come risultato del peculiare processo di autoriconoscimento della Coscienza Infinita (delle Forme Superiori di Coscienza) attraverso il processo d'individuazione della Coscienza.

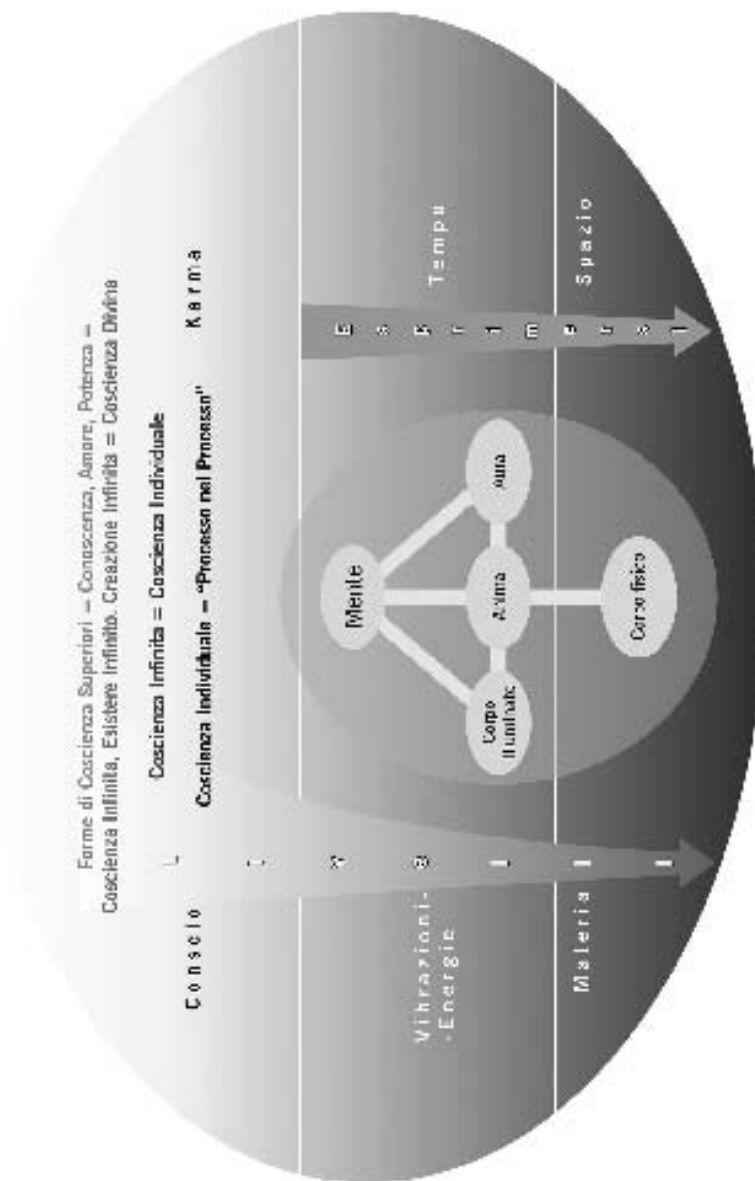
L'esprimersi del karma sul livello delle Vibrazioni - Energie può essere definito come mente, Corpo Illuminato, Anima e aura. Nel momento del concepimento inizia l'esprimersi del processo d'individuazione della Coscienza (del karma individuale), quando contemporaneamente iniziano a costituirsi la mente, l'Anima, il Corpo Illuminato e si crea la predisposizione per la futura formazione dell'aura (che si forma circa 28 giorni dopo il concepimento).

L'esprimersi del karma su questo livello si svolge con la definizione del tempo come momento del concepimento prima, della nascita poi e della morte infine (e con questo anche della durata della vita).

## 2.3. Livello della materia

L'esprimersi del karma sul piano della materia si svolge con l'aiuto del corpo fisico, per il quale abbiamo già detto che rappresenta l'Energia condensata. La forma dell'uomo è ottimale per l'esprimersi dei processi d'individuazione della Coscienza (del karma individuale), perciò non c'è bisogno di una forma più perfetta. L'esprimersi del karma su questo livello si

# D I O



Raffigurazione n.2 - I livelli del Karma

svolge con la definizione dello spazio come luogo del concepimento, della nascita e della morte (e con ciò anche dello "spazio vitale").

### **3. I FATTORI CHE DISTURBANO L'ESPRIMERSI DEL KARMA**

Definiamo fattori' disturbanti per l'esprimersi del karma tutti quei processi che influiscono sull'impedimento o sul rallentamento del suo esprimersi. Questi sono:

#### **a) Le Emozioni negative ed i pensieri negativi**

Durante il giorno l'uomo è costantemente esposto alle emozioni negative ed ai pensieri negativi propri ed altrui, le Vibrazioni dei quali influiscono negativamente sull'espressione degli aspetti benevoli del karma dell'individuo in questione, perché si discostano dalle Vibrazioni ottimali per i singoli sistemi (nervoso, immunitario...).

L'influsso delle emozioni negative e dei pensieri negativi dipende:

- dalla struttura mentale della personalità (carattere, intelligenza, livello di conoscenza ecc.);
- dallo stato delle onde cerebrali nel momento dell'emissione delle emozioni negative e dei pensieri negativi (più le onde cerebrali sono basse, maggiore sarà il danno provocato);
- dal grado di attività delle emozioni e dei pensieri (orientamento dell'attenzione verso determinate emozioni e determinati pensieri);
- dalla durata delle emozioni nocive e dei pensieri nocivi;
- dall'intelligenza emozionale (ricchezza di emozioni, loro struttura e coordinazione, capacità di riconoscere le emozioni proprie e altrui, empatia...);
- dal rapporto Conscio/inConscio, come anche dalla capacità di controllare in minor o maggior misura l'inConscio ecc.

In base alla nostra esperienza gli stati psichici più nocivi sono prima di tutto - lo stress, poi anche la paura, la tristezza, l'insoddisfazione, l'essere dominati da qualcuno, la rabbia, l'odio, il senso di colpa e la depressione. Dalla prospettiva delle Vibrazioni, la maggior parte dei rimanenti stati psichici negativi (emozioni e pensieri) possono essere inclusi tra i sopra elencati.

---

1) Riguardo a questi fattori disturbanti vedi in modo più dettagliato "Guarire con le Energie" di Zoran e Milica Gruicic, Andrea Pangos Editore, Roma, 2003

#### **b) Le Radiazioni geopatologiche**

Le radiazioni geopatologiche la cui fonte si trova nel sottosuolo, rappresentano Vibrazioni disarmonizzate permanenti che nuocciono alle Vibrazioni e ai processi nel nostro corpo. Distinguiamo tre gruppi di energie nocive che irradiano dal sottosuolo:

- le energie cosmiche negative che si riflettono da determinate falde acquifere e da correnti d'acqua nel sottosuolo, le quali fuoriuscendo attraversano il corpo fisico, danneggiandolo;
- le energie negative che si sono formate con il passaggio dell'acqua e di altri liquidi attraverso diverse strutture nel sottosuolo;
- le energie negative che giungono da strutture rocciose nel sottosuolo, la struttura delle quali è tale da assorbire e trasmettere queste energie negative.

Un problema particolare è rappresentato dalle note reti di Hartmann e Carry (ovvero i punti di Hartmann e di Carry - i quali quando si collegano tra loro formano due diverse reti che si diffondono su tutto il globo terrestre.) Si formano con l'azione congiunta di radiazioni cosmiche negative dirette e della liberazione dal globo terrestre (come l'insieme di crosta e di nucleo) di energie negative menzionate.

È importante rilevare che le radiazioni geopatologiche sono un fenomeno naturale (che di per sé non è patologico). Il loro effetto nocivo sull'uomo si esprime attraverso il turbamento dell'equilibrio dell'Energia nei singoli organi ovvero in determinate parti del corpo.

#### **c) Le radiazioni astratte negative**

Le radiazioni astratte negative derivano esclusivamente dall'uomo. Gli uomini le provocano, diffondono e trasmettono come vibrazioni - energie nocive, a causa delle loro emozioni negative e dei loro pensieri negativi. Legandosi a determinati ambienti (muri della casa, edifici...) oppure ad oggetti (gioielli, quadri...), queste strutture energetiche emettono energia nociva ovvero vibrazioni nocive. Le cause del formarsi delle radiazioni astratte negative possono essere:

a) gli stati psichici negativi:

- su campi di battaglia, in luoghi dove c'erano campi di concentrazione, nelle prigioni (a causa di torture, omicidi, suicidi...), poi
- negli ospedali, in appartamenti o in luoghi dove ha vissuto per lungo tempo qualcuno gravemente ammalato (a causa dei dolori, della sofferenza, delle paure...), e
- in luoghi teatro di conflitti, avvenimenti spiacevoli e vicende simili;

b) lo stato psichico negativo di chi ha creato, posseduto o portato addosso determinati oggetti; questo è il caso frequente di gioielli, sculture e quadri, perché durante la creazione di queste opere gli autori erano in uno stato psichico negativo e hanno trasmesso tale negatività sulle loro opere, sotto forma di Vibrazioni.

c) processi (stati) psichici negativi duraturi come: odio, ira, rabbia ecc.; soprattutto gli stati psichici negativi provocati da avvenimenti tragici, quando l'odio e l'ira si orientano verso il "colpevole" dell'avvenimento tragico e i membri della sua famiglia.

#### **d) Radiazioni tecniche**

Le radiazioni tecniche si formano come conseguenza dell'attività di diverse apparecchiature, vari macchinari e strumenti ecc. Le centraline elettriche, le stazioni ferroviarie, gli aeroporti e luoghi simili sono zone dove queste radiazioni sono particolarmente accentuate.

Danneggiano direttamente ogni cellula dell'organismo turbando le vibrazioni delle cellule. Il grado di negatività dipende dalla loro potenza di emissione, dal tipo di vibrazioni e dalla durata dell'esposizione.

La gran parte degli elettrodomestici (televisore, congelatore, frigorifero, scaldabagno...), non rappresenta un pericolo serio se non si soggiorna (dorme, lavora...) a lungo nelle loro vicinanze e se si è distanti più di 2-3 metri da essi.

#### **e) Strutture mentali energetiche negative**

Le SMEN sono particolari strutture energetiche che si formano sulla base di emozioni negative e di pensieri negativi dell'uomo. Gran parte di tali strutture si degrada, mentre una parte rimane nell'ambiente circostante. Le energie negative di contenuti simili ovvero di frequenze simili, si "incollano" su tali strutture energetiche (sono attratte da esse). Così si crea gradualmente una struttura che si collega all'uomo tramite le vibrazioni. Tale collegamento si crea soprattutto quando cala il funzionamento del sistema nervoso ovvero dell'aura dell'individuo, il che fa sì che allora lui abbia un'immagine "distorta" di se stesso e di altri.

#### **f) Programmi energetici negativi**

Lo scopo dei programmi energetici negativi è turbare la struttura energetica di qualcuno e con questo anche il suo stato di salute psico-fisica.

Possiamo definirli come programmi costituiti intenzionalmente per provocare processi negativi in uno o più individui. Con determinate attività (rituali) il malfattore si porta in uno stato tale (onde cerebrali abbassate e Coscienza alterata) da poter attivare energie negative esistenti oppure di costituirne nuove. Di solito le "fatture" si fanno sul corpo fisico, nell'aura, sugli oggetti o nei luoghi dove si abita (appartamento, casa) e di lavoro (ufficio e altri ambienti di lavoro).

#### **g) Strutture energetiche negative nell'aura**

Le strutture energetiche negative nell'aura sono diverse forme di energie negative. Tra queste elenchiamo:

- *i blocchi energetici* (si formano attorno all'individuo che percepisce di essere minacciato, come reazione inconscia e temporanea per proteggersi dalla situazione o da qualcuno);
- *le strutture energetiche negative sferiche* (sono di forma sferica, si trovano fuori dell'uomo e sono anch'esse il risultato di una reazione inconscia);
- *le tracce energetiche* (vibrazioni negative non intenzionali di altri individui attratte dal singolo), ecc.

#### **h) Cicatrici emotive**

Le "cicatrici emotive" sono una conseguenza di vari stress o di situazioni vissute come spiacevoli. Le cicatrici emotive si formano già dal momento del concepimento. Come strutture energetiche possono esprimersi in qualsiasi "regione della nostra Coscienza", ma anche nelle sue manifestazioni: nell'aura e nell'Anima. Permeando la struttura di base della personalità, influiscono sul comportamento complessivo del singolo. Particolarmente problematiche sono le cicatrici emotive provocate dagli stress durante la gravidanza che si trasmettono al bambino, come anche le cicatrici emotive che scaturiscono dalle paure formatesi nei primi anni di vita.

#### **i) Campi energetici negativi**

I campi energetici negativi sono strutture energetiche che "legandosi" al singolo possono avere un influsso eccezionalmente negativo. Derivano da:

- strutture che si sono formate molto prima del concepimento e della nascita del singolo, come conseguenza di molti avvenimenti spiacevoli relativi ai membri familiari, avvenimenti accompagnati da

stress, emozioni negative e pensieri negativi; tali campi energetici negativi si trasmettono nel momento del concepimento come “debiti karmici”. La forma più pesante di tali campi energetici negativi sono le cosiddette - maledizioni famigliari;

- strutture che si formano dal momento del concepimento sino al momento attuale come conseguenza di cicatrici emotive provocate da stress; si tratta di cosiddette “strutture mentali energetiche negative”; particolarmente dannosi sono i loro insiemi;
- strutture che si formano con l'interazione dei “debiti karmici”, delle cicatrici emotive e delle strutture di tale genere di altre persone;
- dal collegamento con le fonti di radiazioni astratte ecc.

### **j) Maledizione**

La maledizione come forma particolare di energie negative ovvero di strutture energetiche negative, si forma in seguito alle emozioni negative e ai pensieri negativi dell'uomo. La maledizione è una *particolare forma di “fattura”* che comporta la costituzione di strutture energetiche negative e di programmi negativi e il loro collegamento alla famiglia ovvero ai membri famigliari. Ogni famiglia ha qualche particolarità caratterizzante che si manifesta anche come collegamento energetico tra i membri famigliari, prima di tutto tramite l'origine della famiglia, il cognome, il soprannome di famiglia ecc. Il più delle volte il codice energetico della famiglia è il cognome. L'attaccamento di una struttura energetica negativa al codice energetico della famiglia, avrà un influsso negativo su quei membri della famiglia che soffrono di un calo di funzionamento del sistema nervoso, dell'aura... , ovvero sui membri famigliari dei quali le Vibrazioni della Coscienza sono “idonee” per l'attaccamento della maledizione.

### **k) Possessione**

“Possessione” è un termine che si usa spesso nella letteratura esoterica e religiosa. Dal punto di vista energetico questo fenomeno si forma quando *un gruppo di vibrazioni negative* (formate dalla mente) *altrui, molto forti e reciprocamente collegate*, si costituisce nelle Vibrazioni della Coscienza del singolo e si mescola con esse. La costituzione di tali vibrazioni negative avviene primariamente nella struttura Vibratoria - Energetica dell'Anima e più di rado nell'aura, e disturba l'attività delle Vibrazioni di una data Coscienza individuale. Talvolta ciò è talmente espresso che la vittima sotto tale influsso malefico perde la propria identità, ovvero non si comporta in armonia con il proprio codice genetico - cioè con il modello base di coordinazione delle Vibrazioni proprio soltanto a lui. Tali individui si comportano

in modo molto strano, sono molto depressi, imprevedibili, aggressivi e in molti casi hanno anche contrazioni facciali incontrollate.

A causa della superstizione questi fenomeni vengono il più delle volte correlati alla presenza di “forze impure” e di “fenomeni paranormali”. Si tratta ad ogni modo di pensieri negativi e di emozioni negative che si raggruppano in base alla similitudine delle vibrazioni, formando un insieme relativamente compatto che figurativamente possiamo definire - “SMEN complesse”. “Incuneandosi” nell'Anima o nell'aura, la possessione porta al loro indebolimento e ciò disturba il processo d'individuazione della Coscienza.

## **4.GLI ATTACCAMENTI**

Altri fattori disturbanti per l'esprimersi del karma sono diverse forme di “attaccamento”, delle quali menzioniamo le più importanti:

- “il falso io”
- l'attaccamento alla meta
- l'attaccamento alla spiritualità
- l'attaccamento al potere
- le paure

### **4.1. “Il falso io”**

L'attaccamento al “falso io” possiamo osservarlo:

- *nel senso stretto del termine* - come identificazione di se stessi con: la mente (emozioni e pensieri), il Corpo Illuminato, l'Anima, l'aura e il corpo fisico e
- *nel senso ampio del termine* - come ignoranza o non riconoscimento della Verità sull'essenza dell'uomo, vale a dire che il nostro vero Essere è di natura Divina ovvero che Dio è in noi stessi. (Questo naturalmente non significa che Dio è “diviso” in tante parti quanti sono gli esseri umani, bensì che si tratta sempre di un unico Dio che nell'ambito della stessa creazione si esprime in modo diverso in ogni uomo.)

**La causa del “falso io” si trova nell'esistenza e nel funzionamento della mente:** perché percepiamo noi stessi e il mondo attorno a noi come reali, mentre viviamo Dio come irreali. È veramente difficile capire (comprendere) che viviamo in un mondo che è un abbaglio. Tale ignorare l'effettivo stato delle cose porta addirittura a pensare che siamo divisi da Dio. La maggioranza delle persone comprende che il processo che definiamo vita avviene in un dato spazio e tempo, ma non comprende che il tempo



e lo spazio sono inscindibili dalla mente. Le emozioni e i pensieri creano il mondo che viviamo come vero ovvero - *la mente somma le Vibrazioni ricevute tramite i sensi e forma così il mondo*. Tutto ciò che vediamo (ma anche ciò che non vediamo, incluso anche il “cosmo invisibile”) sono soltanto riflessi e proiezioni della nostra mente. Come potrebbe la mente che crea il mondo, accettare che questo mondo come anche la stessa mente, sia irreali (in rapporto a Dio)?!

Identificandosi con la mente, con il corpo fisico e con altre manifestazioni del processo d'individuazione della Coscienza, la maggioranza della gente rimane nel circolo vizioso della mente, nel quale percepisce anche il processo d'individuazione della Coscienza come un qualcosa di separato da Dio. Il “falso io” si crea non riconoscendo Dio in se stessi come - unica Realtà, ed essendo preda dell'illusione (mentale) che riconosce la Realtà soltanto nel processo d'individuazione della Coscienza e nelle sue manifestazioni (con le quali si definisce la vita del singolo in un dato tempo e spazio).

Il “falso io” si traveste spesso da cosiddetto attaccamento alla particolarità. Così le diversità tra gli individui distinguibili in base al sesso, alla razza, all'età, all'altezza, al peso, alle caratteristiche personali, all'attività che svolgono, il luogo dove vivono... sono interpretate come particolarità in base alle quali si valutano gli stessi individui, invece di essere interpretate come particolarità del manifestarsi dell'unico Dio in ognuno di loro. Il problema dell' “attaccamento alla particolarità” consiste nel fatto che l'individuo in questione non riesce a credere che una diminuzione dell' “attaccamento” alle proprie manifestazioni lo porterebbe in uno stato nel quale potrebbe progredire molto di più proprio nel processo di autorealizzazione. Dunque - bisogna “insistere” sulla consapevolizzazione e sulla realizzazione della propria particolarità, ma non sulla particolarità in se stessa – attaccandosi ad essa come tale.

Il grado di attaccamento al “falso io” è inversamente proporzionale al grado di libertà. Il graduale “distaccarsi dall'attaccamento” al “falso io” è la via verso la libertà, verso l'uscita dal circolo vizioso creato dalla mente. Inseguendo la “felicità”, l'uomo soddisfa, in effetti, i propri impulsi - i bisogni del corpo fisico, e i propri desideri - i bisogni dell'ego. Così non fa altro che nutrire il proprio “falso io”, potenziando l'illusorietà della vita oppure - potenziando, come molti saggi affermano - il proprio sogno che la vita sia reale. In questo modo, attraverso il “falso io” si crea l'autodistruzione più grave, vale a dire la chiusura verso il processo dell'autorealizzazione ovvero l'impedimento ad esprimere l'impulso di autorealizzazione.

**Tutti gli attaccamenti derivano dall'attaccamento al “falso io”.  
“L'IO Reale” è Dio in noi.**

## 4.2. Attaccamento alla meta

In precedenza abbiamo menzionato che **la meta della vita dell'uomo è essere uno con la Realtà (con Dio) ovvero essere la Realtà Stessa (Dio stesso), il che rappresenta una meta senza meta**. L'idea che non c'è meta significa che tutto è già qua, “in noi”. Perciò nessuno tranne noi stessi può “portarci” ad essa. Le diverse forme di meditazione, di preghiera, i particolari modi di vivere, la scienza, la religione..., non possono risolvere la questione della meta della vita, bensì possono soltanto dare un apporto alla risoluzione, aumentare le possibilità di risoluzione. La realizzazione della possibilità di Deificazione è data unicamente all'individuo!

Ogni meta che il singolo si pone al di fuori della meta di realizzare un rapporto diretto con la Realtà ovvero con Dio, perde il proprio senso perché non è in funzione di questa meta di base - cioè della consapevolizzazione di Dio in se stessi, e porta l'uomo ad un conflitto con se stesso e gli impedisce lo sviluppo spirituale. Il benessere della famiglia, della città, della nazione, i successi nell'attività professionale ecc. hanno come scopo essenziale - lo svolgersi dello sviluppo nella creazione, la consapevolizzazione di Dio, la realizzazione dell'armonia con Dio (ovvero - si dovrebbe scorgere che è così ed “adeguarsi” a ciò!)...

Tuttavia, l'uomo non può raggiungere lo stato della Realtà (di Dio) perché non c'è cosa da raggiungere; egli è già nella Realtà ovvero è già la Realtà stessa (Dio stesso). Le manifestazioni - illusioni Infinite come la Coscienza, le Vibrazioni, le Energie e la materia e le loro combinazioni (dimensioni, prima fra tutte lo spazio e il tempo), possono disturbare oppure aiutarci ad “afferrare” la Realtà, dipendentemente da come siamo e a cosa aspiriamo. Osservando diversamente, così pure non si può raggiungere lo stato dell'Essere Connessi alla Realtà ovvero dell'Essere Uno con la Realtà, perché già siamo Connessi, già siamo in Tale Stato e noi *siamo* questa Realtà. Coloro che non possono credere di essere uno con la Realtà ovvero con Dio, non sono in grado di farlo a causa della loro identificazione con l'io - mente (“falso io”) e del percepire la descrizione (intellettuale) della Realtà come di quel qualcosa che è l'essenza. Per questo motivo il maggiore valore umano in generale che si può raggiungere, è l'aver consapevolizzato la Realtà (Dio) nell'uomo ovvero l'Unità con la Realtà (con Dio).

L'attaccamento a qualsiasi meta che ci poniamo e che definiamo con minor o maggior precisione, crea i cosiddetti autoblocchi e influisce sul rallentamento, ma anche sull'impedimento dell'individuazione della Coscienza. Questo primariamente perché ogni determinazione di una qualsiasi meta sottintende anche la definizione del risultato atteso e del periodo entro il quale bisogna realizzare la meta (non è un “attenuante” nemmeno la paziente attesa con la quale si attende la realizzazione delle aspettative “l'anno prossimo”, tra “qualche anno” oppure “alla fine della vita”). Siccome

il tempo e lo spazio sono inscindibili dalla mente, definendo una meta, noi giriamo sempre nel circolo vizioso della mente ovvero - “essa si fa gioco di noi.”

\*\*\*

*“Tuo dovere è agire e non tendere in nessun modo ai risultati della tua attività; il tuo interesse personale non deve essere mai il movente della tua azione, ma non cadere mai nemmeno nell’inattività.”*<sup>2</sup>

*“L’uomo perfetto – Jukta, - dopo aver abbandonato il desiderio riguardo ai frutti dell’attività, raggiunge l’eterna beatitudine; l’uomo imperfetto, attaccato dalla brama ai risultati dell’azione, non è libero”*<sup>3</sup>

\*\*\*

**Il risultato del non essere attaccati alla meta è la libertà dall’autocompiacimento: è quindi necessario riconoscere la vera meta e averne dinanzi la visione, ma senza determinare una meta e poi tendere a raggiungerla.**

### 4.3. Attaccamento alla spiritualità

Il senso della vita si scopre attraverso la spiritualità, come percorso di ricerca di Dio. L’attaccamento alla spiritualità si riflette nel fatto che la spiritualità è posta come meta e non come mezzo per l’autorealizzazione. L’esprimersi di questa forma di attaccamento può essere riconosciuto tramite i seguenti esempi:

- Occupandosi in uno dei molti modi possibili di spiritualità: leggendo libri, praticando determinati metodi di meditazione, preghiera, rituali religiosi..., molti si creano riguardo a se stessi un’immagine di persone “spirituali”, mentre rispetto a coloro che non si occupano di spiritualità o lo fanno in modo diverso, si creano l’idea che sono - persone “meno spirituali” oppure - “non spirituali”. Tali modi di vedere portano in sostanza sempre alla **superbia**, alla base della quale c’è il giudizio mentale di processi che avvengono “di là della mente”.

- Le esperienze che si possono avere durante la meditazione, la preghiera, durante le visite a chiese e monasteri, come ad esempio: il vibrare del corpo, l’uscita fuori del corpo, il “dissolversi” del corpo, la percezione del cosiddetto vuoto (assenza di pensieri ed

2) “Bhagavad-gita” - GRAFOS, Belgrado,1990, pag. 30.

3) “Bhagavad-gita” - GRAFOS, Belgrado,1990, pag. 40.

emozioni), le visioni (immagini, figure, colori...), il “dissolversi nell’infinito” e fenomeni simili possono essere utili soltanto se sono comprese come manifestazioni-proiezioni della mente. In questo caso rappresentano degli scalini nello sviluppo spirituale, ma se invece gli si attribuisce grande importanza e ci si “attacca” ad essi, tali esperienze si trasformeranno in blocchi che alcuni autori definiscono - “*la falsa profondità del miracoloso*” e che sono difficili da trascendere.

- Molte persone si proclamano “illuminate” perché hanno avuto le cosiddette - **esperienze dell’illuminazione**, le quali spesso non sono altro che una temporanea e breve assenza della mente. Si tratta in ogni caso di esperienze utili che possono rappresentare la “porta iniziale” per un ulteriore processo di maturazione, se invece ci si “attacca” ad esse, “nutriranno” la mente e ci inghiottiranno nel loro labirinto.

- Consapevolizzando che la Coscienza individuale è uguale alla Coscienza Infinita, all’Esistere Infinito e alla Creazione Infinita, molti identificano questo “**traguardo spirituale**” con l’illuminazione, cioè con la maturità della Coscienza. In tutto ciò, la loro tranquillità, il diffondere Vibrazioni positive, il virtuoso eseguire posizioni yoga, i racconti sull’Universalità e sull’Infinito, i risultati effettivi nella guarigione, l’aiuto dato ad altri per superare determinate difficoltà, i giochi di parole del tipo “so quanto non so” e “ho compreso quanto non comprendo”..., non fanno altro che alimentare inutilmente con cibo mentale il proprio processo d’individuazione della Coscienza. Rimangono così prigionieri del livello evolutivo raggiunto, senza giungere mai a scoprire che hanno fatto appena il “penultimo passo”, e che soltanto dopo questo passo - grado di maturità giunge l’ultimo passo, vale a dire - *conoscere la differenza tra Dio e le Sue manifestazioni*. Rimanendo così nel sogno che la Coscienza è uguale a Dio, essi continuano a sognare...

### 4.4. Attaccamento al potere

L’attaccamento al potere può essere osservato dalla prospettiva individuale e da quella collettiva:

- **L’attaccamento individuale** si basa sul possedere denaro, sullo svolgere funzioni altamente quotate (presidente, direttore...), ma anche su processi come il cosiddetto *potere di amministrare le Energie, il potere su se stessi (autocontrollo)* ecc. L’ “attaccamento” al potere individuale potenzia l’ego ovvero la mente e con questo anche “il falso io”, annebbiando i processi di riconoscimento di Dio in se stessi ed in altri.

- **L'attaccamento collettivo** è quello inerente a gruppi di persone o a popoli interi che per qualche ragione (economica, militare, politica...) si sentono "chiamati" a governare gli altri o addirittura il mondo intero, imponendo ad altri il proprio sistema di valori. L'attaccamento al "potere collettivo" provoca sempre blocchi nell'ambito di questo "potente collettivo" e se questi perdurano portano all'autodistruzione. Un esempio di ciò è il decadimento di tutte le grandi e potenti civiltà del passato.

L'attaccamento al potere è il risultato della trappola nella quale si cade perché si pensa di possedere le cose, mentre sono le cose a possedere noi. Il concetto del potere si basa sui principi della dualità: forte – debole, intelligente – stupido, possiedo – non possiedo..., lo stesso principio sul quale si basa la mente. Il tendere ad usare il potere (individuale o collettivo) per sottomettere altri ed usare la forza, ma anche metodi segreti (uso del potere...) per cambiare altri e far loro accettare il proprio modello di valori è l'espressione del non-orientamento delle emozioni e dei pensieri verso Dio ovvero **esprime l'incapacità di amare in modo incondizionato Dio in noi e in altri.**

Vladika Nikolaj Velimirovic consiglia:

*"Non affrettarti perciò a cercare il boia per il miscredente. Lui ha già trovato dentro di sé un boia più affidabile di quello che tutto il mondo può dargli."*<sup>4</sup>

#### 4.5. Le paure

Le paure si formano quando il singolo non può o reputa di non poter risolvere qualche situazione problematica che mette in pericolo un qualcosa che per lui ha valore. Le paure sono direttamente correlate con l'esprimersi di tre impulsi:

- **l'istinto di sopravvivenza** dal quale scaturisce la paura della morte, ma anche altre paure come la paura di ammalarsi ecc;

- **l'istinto del mantenimento della specie ovvero l'istinto della riproduzione della specie** (l'istinto sessuale) dal quale scaturiscono le paure correlate alla propria realizzazione sessuale. Ad esempio: la paura di essere sterili, la paura che il figlio non sia sano e normale, la paura di essere sessualmente impotenti e di non soddisfare sessualmente l'altro e se stessi, la paura della monotonia sessuale nel legame o nel matrimonio, la paura di lasciarsi sfuggire

4) "Misli o dobru i zlu.", Vladika Nikolaj, Petrovgrad, Zrenjanin, 2002, pag. 8.

l'occasione di rapporti - esperienze desiderati (con altre persone, al di fuori del legame e del matrimonio)...;

- **l'impulso ad autorealizzarsi** dal quale deriva la paura di non realizzarsi come essere. L'importanza di questo impulso è enorme perché l'essere umano è l'unico ad averlo. Nella maggioranza delle persone questo impulso inizia a manifestarsi tra i trentadue e i quarantadue anni di vita.

Questi tre impulsi e le paure che ne derivano, condizionano tutte le altre paure e sono sempre collegati tra loro, così che ogni singolo esprimersi di uno di questi tre impulsi è accompagnato in minore misura dalla presenza degli altri due.

Le paure possono influire:

- **positivamente** - quando il loro scopo è quello di avvertire del pericolo affinché nell'uomo si avviino molteplici processi che possono aiutarlo a risolvere le cause delle paure e di liberarsi così da esse e

- **negativamente** - quando creano blocchi che ostacolano il processo d'individuazione della Coscienza.

La paura è un indicatore di quanto il singolo accetta le limitazioni come realtà essenzialmente immutabile, e in questo senso il mondo che lo circonda rappresenta per lui un dato di fatto sul quale non può influire molto: dimentica che Dio è l'unica Realtà e dimentica che il mondo che ci circonda è un'illusione creata dalla nostra mente. **Le paure sono quindi proiezioni della mente che esprimono la mancanza di fede in Dio.** Attaccandosi alle paure si soffoca **la capacità di credere, data soltanto all'uomo come una delle forme di espressione dell'impulso ad autorealizzarsi.**

## 5.IL KARMA E LE MALATTIE

Il nesso tra il karma e le malattie si può osservare attraverso i seguenti livelli del karma:

### 5.1 Livello della Coscienza

La causa di tutte le malattie risiede nel karma, ovvero nella specificità del processo d'individuazione della Coscienza come "processo nel processo" che *inizia e termina nelle Forme Superiori di Coscienza.* I movimenti



nelle Forme Superiori di Coscienza, i quali sono incomprensibili alla mente, determinano quando e dove si manifesterà un determinato processo d'individuazione della Coscienza ("la formazione di un nuovo essere umano"). In questo la comparsa della malattia non si definisce sul piano delle Forme Superiori di Coscienza, - perlomeno non come un qualcosa di ineluttabile ("di destinato"), ma nell'ambito di un dato processo d'individuazione della Coscienza si *movimenta un particolare processo che crea la predisposizione per il formarsi e il manifestarsi della malattia.*

Detto in senso figurato, la decisione su quando e su come il processo d'individuazione della Coscienza si manifesterà in un determinato tempo e spazio è presa sul piano delle Forme Superiori di Coscienza. Potrebbe sembrare scherzoso o perlomeno disorientante, ma l'affermazione che i figli scelgono i propri genitori, come strumento con l'aiuto del quale si manifestano, è in un certo senso veritiera.

Le Forme Superiori di Coscienza hanno un ruolo attivo sino al momento del concepimento, poi il loro ruolo si riduce ad un compito relativamente passivo ovvero ad uno status latente sino all'attimo in cui le Vibrazioni delle emozioni e dei pensieri provocati in modo conscio ed inconscio, "attivano" le Forme Superiori di Coscienza tramite un "processo nel processo", all'interno delle Stesse. Dal momento del concepimento in poi, sul flusso dell'esprimersi dell'individuazione della Coscienza agiscono molti fattori disturbanti, la maggioranza dei quali sono stati già trattati nel punto 3 di questo testo.

Sul piano della Coscienza si determina dunque:

- la predisposizione per il tempo e per lo spazio del *possibile* concepimento ovvero per l'inizio del esprimersi del processo,
- con l'aiuto di quali genitori è *possibile* realizzare il processo e
- la predisposizione del tempo e dello spazio della *possibile* conclusione dell'esprimersi del processo d'individuazione della Coscienza (cioè della vita).

Il ruolo attivo dei genitori si esprime nel reciproco scambio di Vibrazioni con il quale si creano le condizioni affinché avvenga il concepimento. Collegando in un insieme completo il processo d'individuazione della Coscienza ed il suo esprimersi, si definiscono le potenziali possibilità della formazione delle malattie - delle cosiddette ereditarie e poi di quelle acquisite.

## 5.2. Livello delle Vibrazioni e delle Energie

A questo livello le condizioni per la comparsa della malattia sono create dalla mente, ma anche l'Anima, il Corpo Illuminato e l'aura hanno comunque un ruolo importante in ciò.

a) **La mente** - è il nesso tra il processo d'individuazione della Coscienza e la sua manifestazione, e come tale influisce nella misura maggiore sul fatto se la malattia si manifesterà o no e in che misura si manifesterà. La mente amministra tutti i processi energetici e quindi anche tutti gli altri processi del corpo fisico. I contenuti mentali negativi o positivi influiscono in modo positivo o negativo sul sistema nervoso e dunque indirettamente anche sul funzionamento dei sottosistemi, come quello immunitario, cardiovascolare, linfatico, digerente...

La consapevolizzazione della mente ovvero la sua maturazione, alla base della quale c'è l'armonizzazione delle Vibrazioni delle emozioni e dei pensieri con la Coscienza (codice Genetico), porta anche alla coordinazione di tutti i processi e di tutti i rapporti nell'uomo, mentre i processi contrari turbano l'armonia e causano la formazione della malattia.

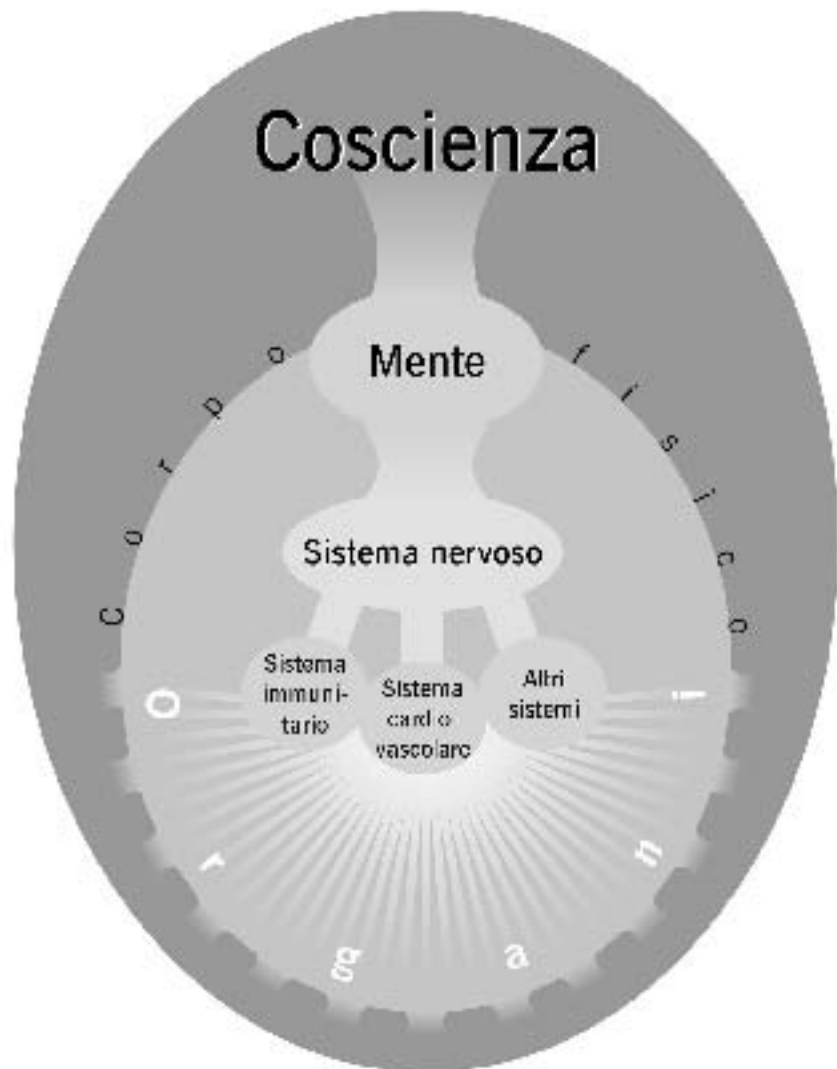
b) **L'Anima** - come struttura vibratorio - energetica ha il compito di ricevere e di trasformare le Vibrazioni ricevute tramite i sensi (ci si riferisce anche all'aspetto del cervello come organo di sintesi) e di coordinarle poi con la Coscienza. Così l'Anima influisce sul processo basilare di maturazione della mente.

c) **Il Corpo Illuminato** - oltre ad avere molte altre funzioni partecipa anche alla trasmissione delle caratteristiche dei genitori durante tutta la gravidanza. È dunque molto importante cosa prova e pensa la futura madre (ma anche il futuro padre) in quel periodo. Ad esempio, lo stress della madre nel quinto mese di gravidanza può portare all'indebolimento o alla malattia dei reni del bambino. Non per via del fatto che sono state "trasmesse" vibrazioni negative, bensì perché le Vibrazioni di "trasmissione" (delle caratteristiche genetiche dei reni) tramite il Corpo Illuminato non si sono realizzate (anche a causa dell'interferenza di vibrazioni nocive) in misura sufficiente affinché i reni possano plasmarsi e svilupparsi, organicamente e funzionalmente come reni sani...

d) **L'Aura** - partecipa al collegamento delle correnti energetiche e materiali attraverso la colonna Vitale che come struttura energetica centrale garantisce il funzionamento dei sistemi e degli organi dell'uomo.

## 5.3. Livello della materia

Il corpo fisico dell'uomo (livello della materia) è la forma finale con l'aiuto della quale si realizza il processo d'individuazione della Coscienza. L'elemento principale del corpo fisico è il sistema nervoso, seguono poi gli altri sotto sistemi ed organi..., sino al livello cellulare. Ogni singola cellula, poi i gruppi di cellule, gli organi, i sistemi, poi elementi come il sangue, la linfa, il liquido intercellulare..., vibrano di una particolare Vibrazione. Ciò che è comune a tutte le parti del corpo ovvero peculiare al corpo come insieme



Raffigurazione n. 3 - Schema del rapporto Coscienza - mente - corpo fisico

è la cosiddetta Energia Vitale che è una manifestazione delle Strutture Energetiche Superiori (Energia dello Spirito Santo, Energia Cristica ed Energia del Campo Unitario Universale), le quali sono, ricordiamolo, a loro volta manifestazioni delle Forme Superiori di Coscienza. A causa della diversa forma dei singoli organi, dei singoli sistemi e dell'influsso diretto della mente, l'Energia Vitale vibra in essi diversamente. Con l'aiuto della mente (conscia ed inconscia) come manifestazione e strumento della Coscienza, il corpo fisico funziona tendendo costantemente al funzionamento ottimale, il quale può essere osservato parzialmente - come funzionamento di determinate parti dell'insieme (cellule, organi e sistemi), oppure globalmente - come funzionamento del corpo come insieme.

Il funzionamento ottimale si ha quando le Vibrazioni delle cellule di singole parti del corpo, degli organi e dei sistemi e le Vibrazioni del corpo come insieme sono coordinate con la Coscienza ovvero con - il codice Genetico. Il discostarsi dal livello ottimale è condizionato primariamente dall'influsso delle attività nocive della mente sul - piano globale e indirettamente sul - piano parziale. Il piano globale si esprime attraverso il rapporto reciproco *mente*  $\rightleftharpoons$  *corpo fisico*, mentre quello parziale attraverso il rapporto *mente*  $\rightleftharpoons$  *singoli organi e sistemi*, ma determinate parti della mente (singole emozioni e pensieri o gruppi di emozioni e di pensieri) sono in rapporto diretto con determinati organi e sistemi (ad esempio, la paura turba il funzionamento dei reni, l'impazienza quello del cuore, dell'intestino tenue e della circolazione, il preoccuparsi turba il funzionamento dello stomaco ecc.).

Le malattie si formano a causa di reazioni nocive della mente che provocano cambiamenti sul piano delle Vibrazioni e delle Energie e di conseguenza anche sul piano del corpo fisico. Il senso della malattia è di indicarci cos'è che non facciamo bene, di indicarci che le nostre reazioni cosce e inconscie provocano Vibrazioni che differiscono da quelle definite dal codice Genetico. **Il rifiuto di accettare che il mondo che ci circonda è così com'è, cioè che è un'illusione, provoca la formazione della malattia.**

## 6. INCARNAZIONE - REINCARNAZIONE

I processi dell'incarnazione e della reincarnazione si possono comprendere in modo più facile se spieghiamo singolarmente i seguenti concetti:

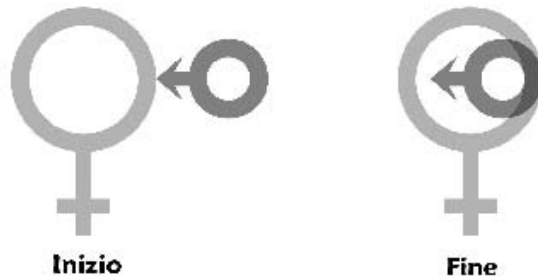
- Codice Genetico
- Caratteristiche genetiche
- Incarnazione
- Reincarnazione
- Possibilità di maturazione della Coscienza individuale

## 6.1. Il codice Genetico

Il codice Genetico ovvero il “codice” della specie umana, rappresenta un particolare “programma” (come “processo nel processo” – “programma nel programma”) di costituzione, crescita e sviluppo dell’individuo umano. Questo programma definisce tutte le caratteristiche dell’individuo umano senza le quali non sarebbe un essere umano. Queste caratteristiche sono:

a) **Caratteristiche della specie umana** - Ciò che è comune a tutti gli esseri umani ed essenzialmente uguale: il corpo fisico, ma anche - la mente, l’aura, l’Anima ed il Corpo Illuminato. La caratteristica più importante è essere dotati della Coscienza e con questo - avere anche l’impulso ad autorealizzarsi ovvero tendere continuamente a ciò.

b) **Caratteristiche dell’esprimersi della Coscienza individuale**  
 - La *realizzazione* del nostro codice Genetico sul piano delle Vibrazioni e della materia (particolarità del corpo, della mente/personalità, dell’aura dell’Anima e del Corpo Illuminato), inizia nel momento del contatto dello spermatozoo e dell’ovulo e termina con la loro fusione completa (nel caso dello spermatozoo sano e dell’ovulo sano ciò dura in media circa 0,93 secondi).



**Raffigurazione n. 4** - Rappresentazione del processo di fecondazione ovvero di realizzazione del codice Genetico

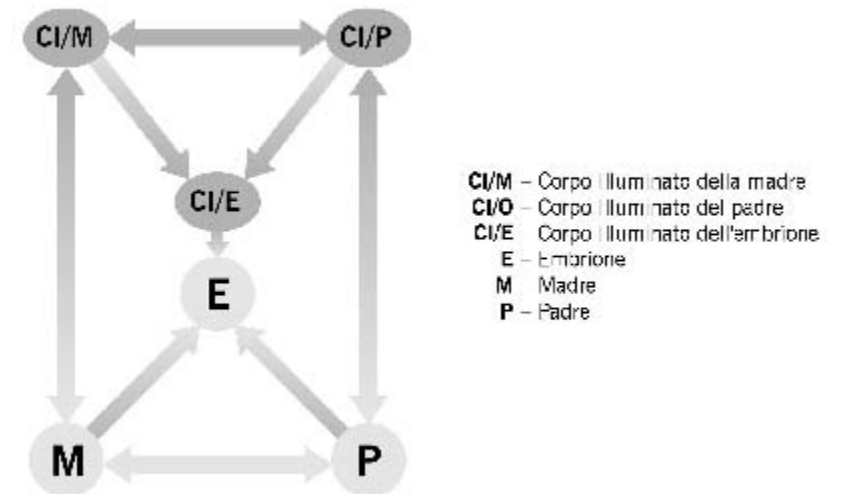
I genitori influiscono su questo processo direttamente con il proprio Corpo Illuminato, perché in quel momento non si è ancora costituito il Corpo Illuminato dell’embrione. Con questo processo si definisce, in modo diverso per ogni individuo:

- la predisposizione per la costituzione della mente, dell’Anima, del Corpo Illuminato e più avanti dell’aura,
- il livello vibrazionale nelle cellule DNA e RNA,
- il “modello” di moltiplicazione delle cellule dell’embrione/del bambino nell’utero della madre,

- la predisposizione vibratoria, energetica e materiale per la ricezione delle caratteristiche genetiche dei genitori, come pure
- la predisposizione vibratoria, energetica e materiale per la ricezione di altre Vibrazioni che influiscono sulla formazione del nascituro.

## 6.2. Caratteristiche genetiche

Nell’attimo conclusivo della fusione dello spermatozoo con l’ovulo inizia, sotto forma di Vibrazioni, la costituzione della mente, del Corpo illuminato, dell’Anima e più avanti, dopo 28 giorni, - dell’aura. Con la costituzione delle manifestazioni elencate, specialmente del Corpo Illuminato dell’embrione, si rende possibile il trasferimento delle caratteristiche genetiche dei genitori, in base allo schema seguente:



CI/M – Corpo Illuminato della madre  
 CI/P – Corpo Illuminato del padre  
 CI/E – Corpo Illuminato dell’embrione  
 E – Embrione  
 M – Madre  
 P – Padre

**Raffigurazione n.5** - Trasmissione delle caratteristiche genetiche dei genitori all’embrione

Le caratteristiche genetiche si costituiscono ininterrottamente durante l’intero periodo di gravidanza. Affinché questo processo si svolga, non è necessaria la presenza “fisica” del padre a fianco della futura madre ovvero ciò non è di particolare rilevanza. Con la crescita dell’embrione, cresce anche il suo Corpo Illuminato che si allontana gradualmente dall’embrione in tutte le direzioni, cessando così l’iniziale - muoversi in semicerchio vicino all’embrione.

Le caratteristiche genetiche, sia quelle biologiche sia quelle energetiche, ma anche quelle spirituali si possono dividere in caratteristiche che si trasmettono come *caratteristiche già formate* (il colore degli occhi – come caratteristica biologica, oppure il numero di petali dell'intelligenza – come caratteristica energetica), e quelle che si costituiscono soltanto come *potenziale* (talento per la musica, la pittura, la poesia, il ballo oppure l'attitudine alla ricerca spirituale). In altre parole, parte delle nostre caratteristiche genetiche rappresenta veramente un' "eredità" della quale dovremmo essere grati ai nostri genitori, mentre l'altra parte rappresenta soltanto un "tesoro nascosto" che dobbiamo scoprire da soli e utilizzarlo in modo proficuo.

È interessante rilevare che i bambini nei quali dopo la nascita sono state riscontrate anomalie ovvero ritardi nello sviluppo, di norma sono nati con il Corpo Illuminato "danneggiato" (Per esempio, mancava una "parte", non era omogeneo, non risplendeva come dovuto ecc.).

Bisogna inoltre dire che in occasione della realizzazione del codice Genetico e della trasmissione delle caratteristiche genetiche ci sono anche molti altri influssi:

- lo stato di salute psicofisica dei genitori nel momento del concepimento e durante la gravidanza, come pure
- le condizioni nelle quali vive e/o lavora la donna gravida, soprattutto - se ci sono radiazioni geopatologiche, radiazioni tecniche o radiazioni astratte negative; se qualcuno dell'ambiente o lei stessa, a causa di stress o altre ragioni, emette Vibrazioni negative (emozioni nocive e pensieri nocivi) ecc.

### 6.3. L'incarnazione

Oltre gli influssi di cui abbiamo già detto, nella realizzazione del codice Genetico in generale, ma anche in occasione della trasmissione delle caratteristiche genetiche, ha un ruolo importante anche la cosiddetta **Coscienza Collettiva dell'umanità** che è composta:

- dalle Coscienze individuali Maturate,
- testualmente - da tutte le Coscienze individuali che si siano mai manifestate sul piano Vibrazioni - Energie - Materia, anche se si erano manifestate soltanto per alcuni secondi, minuti, giorni o per qualche mese e
- dalle Coscienze individuali di individui viventi.

La Coscienza Collettiva agisce sulla realizzazione del codice Genetico del bambino tramite i Corpi Illuminati dei genitori, creando la predisposizione per la trasmissione delle caratteristiche genetiche. Siccome la Coscienza Collettiva è di per sé passiva, è attivata dai genitori con i loro

processi consci ed inconsci. Più avanti la Coscienza Collettiva influisce in vari modi sulla trasmissione delle caratteristiche genetiche del bambino, ma anche sul suo sviluppo complessivo:

- tramite i genitori – influsso provocato da una loro reazione conscia o inconscia:

genitore(i) → Coscienza Collettiva → bambino, oppure

genitore(i) → Coscienza Collettiva → genitore(i) → bambino

- tramite i genitori – influsso provocato da una reazione del bambino:

bambino → Coscienza Collettiva → genitore(i) → bambino

- influsso provocato direttamente dalla reazione del bambino:

bambino → Coscienza Collettiva → bambino ecc.

La reazione della Coscienza Collettiva in occasione della realizzazione del codice genetico, della trasmissione delle caratteristiche genetiche e del formarsi del bambino si svolge come:

- "*processo nel processo*", nel quale la Coscienza individuale del bambino si differenzia come processo particolare, essendo comunque tutt'uno con le Forme Superiori di Coscienza ovvero con la Coscienza Divina e come

- *processo vibratorio – energetico* che è una conseguenza del «processo nel processo», con - l'influsso indiretto sul bambino tramite i genitori e con - l'influsso diretto sul bambino.

In questo modo si formano le caratteristiche del bambino, che dopo la nascita e più avanti durante la vita possiamo descrivere come caratteristiche fisiche, psichiche ed altre. Tuttavia, attraverso la reazione di «ritorno» della Coscienza Collettiva si trasmettono anche molte altre informazioni importanti per il bambino. La maggior parte della gente non ha alcuna conoscenza di tali influssi e processi. Con l'ipnosi profonda, la regressione, il metodo del urlo primordiale ed altri metodi (che essendo basati sui giochi di proiezione della mente conscia ed inconscia, sono comunque molto lontani dall'effettivo autoconsapevolizzarsi), possiamo scoprire molte informazioni su noi stessi. Così si possono ricevere informazioni riguardo alle cosiddette «*vite precedenti*». Queste informazioni possono essere talmente dettagliate e variopinte che si può per davvero credere che si tratti di effettive vite precedenti. Sono molto interessanti le interpretazioni di cosiddette «vite precedenti» che il più delle volte si basano sul cosiddetto *principio dei contrari* e sul principio del cosiddetto *pagamento dei debiti*. Ad esempio, se qualcuno nella «vita precedente» era un condottiero e aveva ordinato di uccidere oppure se lui stesso aveva ucciso, secondo i suddetti principi della credenza nelle «vite precedenti», in questa vita dovrà pagare i debiti tramite sofferenze del tipo: l'assassinio di qualcuno che gli sta a cuore, la prigionia, costanti maltrattamenti fisici e psichici... Così pure, in base alla stessa credenza è

possibile che chi nella «vita precedente» era un bandito, in questa vita faccia il poliziotto. Qualche volta le interpretazioni si basano anche sul cosiddetto *principio della continuità*: secondo questo principio se uno oggi fa il medico significa che in una delle «vite precedenti» era un guaritore che usava rituali magici, oppure che era uno stregone, oppure che guariva con le erbe...

**Tali interpretazioni sono proiezioni o conclusioni di una mente non consapevolizzata, sia che si tratti di interpretazioni di «un'autorità nel campo della reincarnazione», sia che si tratti di conclusioni personali.** Le vite degli uomini si svolgono in un determinato tempo (momento del concepimento, gravidanza, momento della nascita, periodo della vita e attimo della morte) e in un determinato spazio (luogo di nascita, luogo di soggiorno, il percorso della vita e il luogo della morte), e sia il tempo che lo spazio sono inscindibili dalla mente. Siccome i processi d'individuazione della Coscienza (karma individuale) si svolgono nell'ambito delle Forme Superiori di Coscienza ovvero della Coscienza Divina, con la mente questi processi si possono seguire/osservare soltanto come loro esprimersi nel tempo e nello spazio e dunque *non ci possono essere vite precedenti, perché queste vite sono un'illusione creata dalla mente*. Le informazioni che abbiamo riguardo alle «vite precedenti», sono informazioni che riceviamo tramite la Coscienza Collettiva riguardo alla vita di persone vissute una volta o addirittura informazioni riguardo a persone ancora vive. Così si possono chiarire le informazioni che spesso confondono, ad esempio che la maggioranza di coloro che tramite uno dei metodi prima menzionati, sono arrivati a conoscere le «proprie vite precedenti», nelle quali erano, come affermano, un personaggio molto importante, oppure una persona che ha avuto una vita interessante, piena di avventura e tentazioni. Ciò diventa più chiaro se lo si osserva nel modo precedentemente spiegato, perché su ognuno di noi ha agito la Coscienza Collettiva come insieme, ma soprattutto le Coscienze Maturate oppure le Coscienze che sono maturate in gran parte.

Abbiamo definito **incarnazione** il processo complessivo tramite il quale si realizza l'influsso della Coscienza Collettiva sul codice Genetico, sulla trasmissione delle caratteristiche genetiche, ma anche sui successivi percorsi della vita.

## 6.4 La reincarnazione

Osservando in modo semplificato, dopo la morte fisica avvengono i seguenti processi:

- **Il corpo fisico** si decompone e - non è importante se viene sotterato, se viene cremato o se viene trattato diversamente; quindi essenzialmente non è importante né il periodo di decomposizione, né dove si svolge tale processo.

- **Il Corpo Illuminato, l'aura e l'Anima** si fondono in una struttura energetica comune, il più delle volte di forma ellissoidale, la quale con il passare del tempo si decompone mentre torna alla sua fonte, cioè alle Strutture Energetiche Superiori: l'Energia del Campo Unitario Universale, l'Energia Cristica e l'Energia dello Spirito Santo (abbiamo già detto che come insieme possiamo chiamarle Energia Divina). Misurato in "anni terrestri" questo processo può durare qualche anno, alcune decine di anni ma anche vari secoli.

- Anche **la mente** si decompone assieme al Corpo Illuminato, all'aura e all'Anima. Con il decomporsi del corpo fisico scompaiono gli strumenti con l'aiuto dei quali si forma la mente - i cinque sensi ed il cervello come organo di sintesi della mente. «Restano» comunque, per così dire, le emozioni e i pensieri che si sono formati durante la vita che essenzialmente non sono più emozioni e pensieri, perché non ci sono i sensi e il cervello con l'aiuto del quale si formavano, esistevano ed esprimevano e perciò è impossibile un loro ulteriore esistere ed esprimersi. Ciò che rimane delle emozioni e dei pensieri è «soltanto» un'informazione. Per questo motivo i morti non soffrono, non sono tristi, non si arrabiano, non provano compassione, non gioiscono... *perché non hanno più gli strumenti per tali processi.*

Tutte queste strutture in decomposizione sono passive in rapporto agli uomini *vivi*. Anche se viene stabilito qualsiasi tipo di «comunicazione» con esse, questo non rappresenta un - «dialogo tra il vivo e il morto», bensì il collegamento delle Vibrazioni del *vivo* con ciò che è rimasto delle strutture energetico - vibratorie del *defunto*. Tutto il resto sono proiezioni mentali! Tali «comunicazioni» sono dunque essenzialmente "monologhi" del vivente con se stesso, con l'aiuto di un «intermediario», cioè di uno strumento sotto forma di ciò che rimane delle Vibrazioni del defunto. Gli esperimenti su questo tema ovvero le sedute spiritiche durante le quali si «invoca lo spirito dei morti», oppure le «comunicazioni» provocate inconsciamente, possono arrivare sino al punto di «vedere» il defunto, di «sentire» la sua presenza e ad altri fenomeni simili. Si tratta comunque soltanto di reazioni mentali dell'uomo vivo, nella mente del quale inizia e finisce tutto ciò. Qualche volta tali esperimenti possono essere utili se si scoprono informazioni utili allo sviluppo della Coscienza individuale, ma possono essere anche nocivi se "nutrono" o "mutilano" ulteriormente la mente. La curiosità e il mero sperimentare non sono buoni approcci e perciò non li consigliamo affatto. Ci sono metodi molto più semplici e migliori per conoscere ciò di cui si ha bisogno, cioè - *rivolgersi direttamente a Dio attraverso la preghiera.*

- **La Coscienza individuale** - non si esprime più tramite il corpo



fisico, bensì per un determinato periodo si esprime tramite la struttura vibratoria-energetica che come abbiamo già detto è composta dal Corpo Illuminato, dall'aura, dall'Anima e dalle «emozioni» e dai «pensieri» rimasti sotto forma di informazione. Osservando dalla prospettiva della mente, i processi di decomposizione delle Vibrazioni possono durare a lungo, ma dal punto di vista delle Forme Superiori di Coscienza ovvero della Coscienza Divina, questi processi sono soltanto un *lampo*.

La Coscienza individuale continua il «processo nel processo» nell'ambito delle Forme Superiori di Coscienza, vale a dire proprio laddove lo ha iniziato, arricchita dell'esperienza che possiamo descrivere in base al modo in cui la Coscienza individuale si è espressa sul piano delle Vibrazioni, delle Energie e della materia, cioè sul piano della vita di un determinato singolo. È impossibile seguire con la mente il successivo «processo nel processo», ma si può «aver Coscienza» di esso.

Continuando il suo percorso come «processo nel processo» nell'ambito delle Forme Superiori di Coscienza, la Coscienza individuale non si esprime più, come tale, sul piano delle Vibrazioni, delle Energie e della materia. Questo perché non è più uguale a ciò che era. «Arricchita» dall'esperienza, la Coscienza individuale continua il processo nell'ambito delle Forme di Coscienza Superiori, *perdendo la propria identità*. Tali Coscienze individuali (tutte, tranne quelle che sono maturate del tutto) hanno avuto in ogni caso un determinato ruolo ed un influsso autentico, attraverso il proprio processo d'individuazione nell'ambito dell'autoriconoscersi delle Forme Superiori di Coscienza ovvero della Coscienza Divina. Perciò ogni Coscienza individuale che si è manifestata in un determinato tempo e spazio ovvero nell'ambito della specie umana, ha avuto un influsso sensato già per il solo fatto di essere una creazione Divina. I criteri determinati dalla mente, soprattutto quelli in base ai quali si giudica se qualcosa è positivo o negativo, se è un bene o un male per il singolo o per lo sviluppo dell'umanità, non hanno alcun significato per l'individuo consapevolizzato perché tutti i processi che si svolgono nella creazione Divina sono in funzione dell'autoriconoscersi della Coscienza Divina.

**Le Coscienze individuali che non sono maturate non «tornano» sulla terra per continuare a maturare perché si sono immerse nella Coscienza Infinita ed hanno così perso la propria identità.** Le nuove manifestazioni della Coscienza Infinita («nuovi esseri umani») possono, tramite la Coscienza individuale, avere Conoscenza di *tutte* le manifestazioni precedenti di *tutte* le Coscienze individuali precedentemente esistite. La questione è semmai in quale misura potranno consapevolizzare ciò sul piano della mente - «durante la vita».

Molti tra coloro che credono nella reincarnazione, la comprendono

in uno dei seguenti modi:

- Constatando: «Nella vita precedente (io) ero un medico», «In una delle vite precedenti (io) ero un condottiero», essi per «io» intendono una personalità definita con le cosiddette caratteristiche caratteriali, basata sulle emozioni ed i pensieri oppure nemmeno riflettono su ciò cosa intendono per «io». Secondo loro, tale «io» migra da vita in vita.

- Altri pensano che l'Anima rappresenta la loro essenza e che essa viaggia attraverso il tempo cambiando corpo di vita in vita, mirando ad «accumulare esperienze» o «pagare i debiti» attraverso molteplici reincarnazioni per alla fine - terminare il processo e realizzare l'eternità. In tutto ciò, loro non si preoccupano in modo particolare di cosa fanno e di come si comportano in questa vita, trovando consolazione nel credere che grazie alla legge della reincarnazione avranno a disposizione nuove vite, nelle quali, se c'è ne sarà bisogno, rimedieranno agli errori fatti e colmeranno ciò che hanno tralasciato. Così si crea l'immagine di un'Anima particolare (il più delle volte identificata con il termine «io»), scesa sulla terra con lo scopo di compiere una missione che i devoti di tale credenza riescono a definire con molta difficoltà e non chiaramente. In questo modo trova spazio anche la consolazione/illusione che se non si è conosciuto Dio e non si è terminato il ciclo delle reincarnazioni in questa vita, c'è abbastanza tempo per fare ciò nella vita successiva o in qualche vita ancora più in là... In questo modo si arreca un danno irreparabile, al quale sono molto propensi anche i materialisti - sprecare inutilmente la vita e lasciarsi sfuggire l'occasione di prendersi la responsabilità per realizzare «ora e qua» lo scopo della vita!

Il fatto che spesso si afferma che l'Anima sia indistruttibile non deve confondere perché in questi casi il termine «*Anima Universale*» si usa per definire ciò che noi denominiamo con il concetto di Coscienza Infinita o di Coscienza Divina, mentre il termine «Anima individuale» è utilizzato per definire ciò che denominiamo Coscienza individuale. Noi utilizziamo l'espressione «*Anima*» per definire la manifestazione vibratorio-energetica della Coscienza individuale, manifestazione che ha il compito di fungere da strumento per comunicare con se stessi e con altri. Così invece di dire che l'Anima individuale «migra» sarebbe meglio affermare che la Coscienza individuale è «in processo», perché così si evita di perdere di vista il fatto che *la Coscienza Infinita ovvero - la Coscienza Divina (Anima universale) e la Coscienza individuale (Anima individuale) sono, in effetti - uno e che la mente crea l'apparenza della divisione*. La Coscienza Infinita si autoriconosce costantemente attraverso molteplici processi e uno di questi è anche il pro-

cesso della Coscienza individuale come «processo nel processo». Come abbiamo detto, i processi che non sono maturati si fondono nella Coscienza Infinita perdendo così l'individualità, apportando in ogni caso il proprio contributo affinché i processi onnicomprensivi continuino su livelli sempre più complessi...

**La Coscienza Divina ovvero la Coscienza Infinita si reincarna attraverso il singolo processo dell'incarnazione della Coscienza individuale che riconosciamo come vita del singolo.**

## 6.5. Sviluppo della Coscienza individuale

Lo sviluppo della Coscienza individuale può concludersi:

- con la maturazione della Coscienza individuale, oppure
- con l'immergersi della Coscienza individuale nella Coscienza Infinita.

### 6.5.1. Maturazione della Coscienza individuale

La maturazione della Coscienza individuale può concludersi – nel corso della vita, nel momento del trapasso o dopo la morte.

#### a) Durante la vita

Finora nel corso dello sviluppo della civiltà umana, il più delle volte avveniva che gli individui la cui Coscienza è Maturata, raggiungevano tale stato durante la vita. Si trattava soprattutto di:

- *votati a Dio* – coloro che dedicavano la propria attenzione, le loro emozioni e i loro pensieri a Lui ed erano ricercatori di Dio (Buddha, Gesù, Maometto, Mahatma Ghandi, San Agostino...), poi
- *artisti* – i quali mentre creavano, entravano spesso nel cosiddetto stato di “flow”, cioè si abbandonavano e così consapevolizzavano la mente sino alla maturazione completa della Coscienza (Leonardo da Vinci, Wolfgang Amadeus Mozart, William Shakespeare, Vladimir Nabokov, Walter Gropius...), come anche
- *scienziati* – i quali addentrandosi nei processi della ricerca scientifica entravano in uno stato di estasi identico allo stato di “flow” e così consapevolizzavano la mente (Nikola Tesla, Isaac Newton, Blaise Pascal, Paracelso, Archimede...).

Va detto che questa suddivisione è condizionale, perché quasi

sempre accadevano processi misti, così che gli scienziati erano anche votati a Dio, gli artisti - scienziati e casi simili.

#### b) Fase del morire

Come “fase del morire” sottintendiamo un periodo che va da qualche minuto ad alcuni mesi prima della cosiddetta morte fisica, ma anche proprio il momento del trapasso (naturalmente la morte può avvenire anche istantaneamente, senza scorgere il “periodo di preparazione”). In condizioni specifiche come: tarda età, malattia incurabile, attesa dell'esecuzione della propria condanna a morte..., molti intravedono l'ineluttabilità della morte. Alcuni tra essi consapevolizzano la mente in modo accelerato, primariamente tramite il rivolgersi a Dio tramite la preghiera, come *ultima e unica cosa che gli è rimasta da fare*. Trascendendo il “falso io” ovvero l'attaccamento al corpo e alla mente, il processo d'individuazione della Coscienza spesso accelera e termina con la maturità, ovvero con l'Unitarietà con Dio. Così è accaduto a Giovanna d'Arco, al conte Lazzaro, a Giordano Bruno, a Carl Gustav Jung, a Lev N. Tolstoj ecc.

#### c) Dopo la morte

Dopo la “morte fisica” (che nella maggior parte dei casi si constata con l'interruzione del respiro, dell'attività cardiaca e cerebrale) rimane, come abbiamo già detto:

- il processo d'individuazione della Coscienza come “processo nel processo” e
- una struttura vibratoria-energetica comune formata dalla mente trasformata (informazioni riguardo alle emozioni e ai pensieri che non possono più manifestarsi perché non hanno più gli strumenti per farlo - i sensi e il cervello), dall'Anima, dal Corpo Illuminato e dall'aura.

Considerando che non dispone più degli strumenti per autoriconoscersi (manca il corpo fisico e dunque anche i sensi), il successivo processo di maturazione può continuare **esclusivamente con l'aiuto dell'attività conscia o inconscia degli uomini “vivi”**:

- con le preghiere (che i morti trovino la propria via verso Dio – le cosiddette preghiere per l'Anima...),
- con l'orientamento delle emozioni e dei pensieri verso il defunto (pensando a lui e parlando di lui),
- provocando le Vibrazioni con l'aiuto delle loro opere (ad esempio, l'ascolto delle opere di R.Wagner provocherà negli amanti di que-



sto noto compositore Vibrazioni che agiranno benevolmente sul suo processo d'individuazione della Coscienza; lo stesso effetto avranno su "Dostoevskij" le Vibrazioni che si formeranno nei lettori e negli appassionati delle sue opere letterarie ecc.).

È importante tener presente che è impossibile definire:

- il grado minimo di maturità e l'armonia delle Vibrazioni restanti del defunto, e nemmeno

- quanto a lungo e con che intensità dovrebbero agire gli uomini "vivi" affinché continui e giunga a termine il processo di maturazione della Coscienza individuale del defunto. Sinora nello sviluppo dell'umanità sono stati pochi i casi riusciti di aiuto da parte degli uomini "vivi" nella maturazione post mortem di qualche Coscienza individuale. Così sono per esempio maturati: Richard Wagner, Aleksandr Puškin, Fedor M. Dostoevskij, Johann Sebastian Bach, Pablo Picasso ecc. (Il processo di maturazione di alcuni artisti, scienziati e spiritualisti trapassati è ancora in atto e l'esito è ancora incerto e dipende dal rapporto dei vivi verso le loro attività e le loro opere... Per noi, i destini più interessanti sembrano essere i destini degli uomini vissuti in passato, le cui opere ed i cui insegnamenti sono giudicati in modo molto diverso da uomini della stessa religione e nazionalità, ma soprattutto da quelli di religione e nazionalità diversa, ma di ciò parleremo in un'altra occasione.)

### 6.5.2. Immersione nella Coscienza Infinita

Tutte le Coscienze non maturate (si tratta di più del 99% della popolazione umana sinora vissuta) terminano il proprio processo d'individuazione immergendosi nella Coscienza Infinita ovvero nelle Forme Superiori di Coscienza, **perdendo così le proprie caratteristiche individuali**.

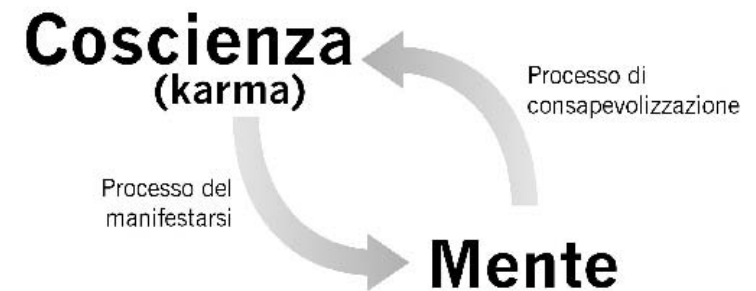
La struttura vibratoria-energetica comune formata dalla mente trasformata, dall'Anima, dal Corpo Illuminato e dall'aura, "torna" alla fonte dove si è formata e da dove è scaturita, torna alle - Strutture Energetiche Superiori, le quali sono programmi delle Forme Superiori di Coscienza. La separazione delle Vibrazioni di questa struttura unificante, con la sua immersione nelle Strutture Energetiche Superiori, è soltanto parte di un più ampio processo di immersione della Coscienza individuale nella Coscienza Infinita. Due processi apparentemente separati - la decostituzione della struttura comune e - l'immersione della Coscienza individuale nella Coscienza Infinita, sono, in effetti, un **unico processo sotto forma di un lampo**.

L'immergersi della Coscienza individuale *non può essere definito come negativo* ("non è riuscito nella vita") perché ogni processo d'individua-

zione della Coscienza è una Creazione Divina che ha il proprio senso e significato nel processo complessivo dell'autoriconoscersi delle Forme Superiori di Coscienza ovvero della Coscienza Divina, e apporta allo svolgersi di questo processo perfetto come "sempre più perfetto e perfetto"...

## 7.LA RIPROGRAMMAZIONE DEL KARMA

Come riprogrammazione del karma intendiamo il processo di coordinazione della Coscienza individuale con la Coscienza Infinita (Forme Superiori di Coscienza, Coscienza Divina), processo nel quale si mantiene l'individualità. Questo processo si provoca con la mente, ma si svolge fuori della mente - nell'ambito della Coscienza Infinita, così che essendo al di là delle possibilità di comprensione, l'Unitarietà della Coscienza Infinita e della Coscienza individuale non si può né descrivere né dimostrare.



**Raffigurazione n. 7** - La mente in funzione della manifestazione e della riprogrammazione del karma

L'essenza della riprogrammazione del karma consiste nel fatto che, attraverso il processo di consapevolezza della mente, si riesca a riconoscere anche la propria vera natura e si trasformi così la vita. **Con l'aiuto della Coscienza e dell'Amore si rende possibile la condensazione del tempo e dello spazio, sino al livello della scomparsa del tempo e dello spazio e dell' "entrata" nel senza tempo e nel senza forma.**

Nei nostri libri abbiamo espresso in modo dettagliato l'approccio alla meditazione che si basa sul *rivolgersi a Dio attraverso la preghiera e sull'abbassamento e l'uguagliamento delle onde cerebrali*. Abbiamo applicato tutto ciò anche alla riprogrammazione del karma. Le meditazioni seguenti possono essere fatte anche da chi non conosce la totalità del sistema di me-

ditazione, soltanto che in questi casi gli effetti saranno notevolmente minori.

### 7.1. Processo generale

Pregheira: **“Prego Dio di riprogrammarmi il karma.”**

**Visualizzazione:** non c'è bisogno.

**Tempo:** a) ogni giorno, 5-10 minuti senza interruzione una volta al giorno;

b) ogni giorno, 5-10 minuti senza interruzione alcune volte al giorno

c) più ore di meditazione al giorno per alcuni giorni di seguito, per poi ridurre gradualmente l'intensità.

**Avvertenza:** Ai meditatori che non hanno un'esperienza pluriennale non consigliamo il ritmo meditativo del punto c).

La riprogrammazione del karma va praticata *“tanto quanto c'è ne bisogna”* sino a che il processo non diventerà automatico, il che non può essere definito come - “qualche mese”, “alcuni anni” o “tutta la vita”. Per questo non ci sono criteri, la spiritualità non è misurabile. Consapevolizzando il (proprio) esistere, l'uomo trascende l'influsso di fattori disturbanti per l'esprimersi del karma e diventa l'osservatore del processo d'individuazione della (propria) Coscienza.

Sulla riprogrammazione del karma si può influire anche con le richieste che abbiamo già menzionato nei nostri libri:

- **“Prego Dio di maturarmi la Coscienza.”**

- **“Prego Dio di consapevolizzarmi la mente.”**

- **“Prego Dio di armonizzarmi la Coscienza con la Coscienza Infinita.”**

- **“Prego Dio di coordinarmi le Vibrazioni della Coscienza con il codice Genetico.”**

- **“Prego Dio di riprogrammarmi il processo d'individuazione della Coscienza.”**

In ogni caso, l'utilizzo della parola **“karma”** ha un ruolo associativo e di iniziazione, perché contiene le informazioni che avviano la consapevolizzazione della Conoscenza tramite la Coscienza Collettiva. Questa Conoscenza è il risultato delle esperienze di tutti quelli che hanno riflettuto – meditato - pregato su questo argomento oppure che usavano la parola **“karma”** perlomeno intuendo il suo significato essenziale. Così le meditazioni nelle quali si inviano le richieste a Dio e contengono la parola **“karma”** avranno una maggior efficacia, fatto dimostrato anche dall'esperienza avuta con i meditatori.

### 7.2. Processi singoli

La riprogrammazione dei singoli processi karmici non significa che questi sono isolati, anzi tutt'altro, significa che sono parte dell'insieme e che influenzando su essi si facilita il processo complessivo della riprogrammazione del karma. Elenchiamo alcuni esempi:

- **“Prego Dio (Dio ti prego...) di riprogrammarmi le cause karmiche del falso io.”**

- **“Prego Dio di riprogrammarmi le cause karmiche dell'attacco al potere (oppure indicare la forma di potere).”**

- **“Prego Dio di riprogrammarmi le cause karmiche dell'attacco alla spiritualità come meta.”**

- **“Prego Dio di riprogrammarmi le cause karmiche delle paure.”**

- **“Prego Dio di riprogrammarmi le cause karmiche della paura... (indicare il tipo di paura).”**

- **“Prego Dio di riprogrammarmi le cause karmiche dell'infarto (dell'ulcera, dell'emorragia...).”**

- **“Prego Dio di riprogrammarmi le cause karmiche delle difficoltà del rapporto con mia sorella (fratello, direttore...).”**

Le richieste per la risoluzione di diversi problemi karmici vanno fatte ogni giorno per qualche minuto. È bene farlo sino a che i problemi non si siano risolti o perlomeno sino a che non abbiano iniziato a risolversi, dopo di che il più delle volte il processo continua automaticamente anche senza continuare a fare le richieste. È impossibile definire in modo preciso il tempo necessario per risolvere il problema meditando, ma quando si tratta di casi di guarigione, i primi risultati significativi si possono vedere già dopo qualche giorno, dipende da quante volte si è ripetuta la richiesta durante il giorno.

***Come unica realtà, Dio è eternamente - sia nello stato dell'essere (con se stesso) - sia nello stato dell'esprimersi infinito. La Coscienza Infinita è una delle sue espressioni. La Coscienza Infinita si reincarna incessantemente (karma) attraverso molteplici processi autoriconoscitivi tra i quali c'è anche il processo d'individuazione della Coscienza (karma individuale).***

***“Se siete intrappolati nei concetti, sarete intrappolati anche nel cerchio dei concetti...; nuova nascita, reincarnazione, sono tutti concetti.”***<sup>5</sup>

5) Prior to consciousness – talks with Sri Nisargadatta maharaj, edited by Jean dunn, The Acorn Press, Durham, North Carolina, 1997, pag.133.

La Coscienza Infinita si reincarna incessantemente come processo complessivo, mentre si incarna come “processo nel processo” individuale, cioè come - Coscienza individuale che inizia e termina come un *lampo* nella Coscienza Infinita e come *incarnazione* in un dato tempo e spazio sotto forma di una singola vita.

Nel processo dell’esprimersi del karma individuale agiscono molteplici fattori disturbanti (Vibrazioni negative), ma anche i processi della mente che fanno sì che l’uomo si identifichi con le emozioni e i pensieri, poi con l’aura, con il Corpo Illuminato, l’Anima e il corpo fisico. Così si forma il “falso io” e l’uomo si allontana dalla sua essenza – da Dio in lui.

Dio è l’unica Realtà e tutto il resto è irreali, così anche la Coscienza Infinita (Forme Superiori di Coscienza ovvero la Coscienza Divina) è una sua manifestazione nella quale si svolgono, come illusione - il karma ed il karma individuale.

***Con la maturazione della Coscienza individuale si arriva a conoscere Dio in se stessi, e se stessi come Dio. Si trascende così il karma e dopo aver “abbandonato” il corpo fisico rimane soltanto la conoscenza della vita come di un abbaglio...***

## LA TESTIMONIANZA

*“Nel panorama spirituale interiore dell'universo, non c'è nulla di più  
elevato della meditazione spontanea.  
Essa effonde dal cuore umano colmo di gioia di ringraziamento.”*

LA TESTIMONIANZA.....	103
1. PERCEPIRE CON LA MENTE.....	103
2. LA CONSAPEVOLIZZAZIONE DELLA MENTE.....	105
3. IL RECIPROCO CONSAPEVOLIZZARSI DELLA COSCIENZA.....	107
4. LE MEDITAZIONI.....	109

## LA TESTIMONIANZA

La testimonianza<sup>1</sup> è un processo che comprende:

- percepire con la mente – la stessa mente e – l’ambiente,
- la consapevolizzazione della mente e

- il reciproco consapevolizzarsi della Coscienza Infinita e della Coscienza Individuale.

### 1. PERCEPIRE CON LA MENTE

La mente è una manifestazione del processo d’individuazione della Coscienza. La mente si è formata come risultato del peculiare processo dell’autoriconoscersi della Coscienza Infinita attraverso il processo d’individuazione della Coscienza.

Essendo la mente la reazione della Coscienza alle Vibrazioni ricevute tramite i sensi, essa è la somma di tali reazioni, ma si manifesta come Vibrazione ovvero come Vibrazione condensata – Energia, e in questo senso rappresenta il rapporto dell’uomo con se stesso, gli altri, l’ambiente...

La mente è lo strumento basilare con l’aiuto del quale si realizza il processo d’individuazione della Coscienza e rappresenta il nesso tra la Coscienza e la Materia; **il senso dell’esistenza della mente è proprio nella sua azione di ritorno sulla maturazione della Coscienza.**

La mente collega il processo d’individuazione della Coscienza e le sue manifestazioni: l’aura, il Corpo Illuminato, l’Anima ed il corpo fisico, attraverso le quali si ricevono le Vibrazioni interiori ed esteriori e si convertono in emozioni ed in pensieri. Generalizzando si può affermare che esistono tre gruppi di processi ovvero manifestazioni provate dalla mente:

a) **le manifestazioni materiali** dei processi Vibratorio – Energetici, come lo sono: il proprio corpo (fisico) e i corpi altrui, poi l’ambiente nel quale l’individuo vive (casa, città, regione, stato...), sino al cosmo visibile, il che si percepisce primariamente attraverso i sensi: il tatto, l’udito, la vista...

b) **le manifestazioni Vibratorio – Energetiche**, prime fra tutte – l’aura, l’Anima, il Corpo Illuminato, ma anche molti altri processi di movimento delle Vibrazioni e delle Energie, sino al c.d. cosmo invisibile. Questa forma di percezione si realizza silenziando i sensi. Ad esempio, “escludendo” gli occhi, il centro per la vista si attiva più del solito ed è possibile realizzare la c.d. vista mentale, oppure se si “escludono” le orecchie, il centro per l’udito si attiva più del solito ed è possibile sentire un dialogo anche a distanza di alcune decine di metri, oppure sentire la comunicazione sottile tra gli animali ecc.

<sup>1</sup> Al posto delle parole “testimonianza”, “testimone” e “oggetto della testimonianza”, possiamo utilizzare anche le parole “osservazione”, “osservatore” e “oggetto dell’osservazione”.

c) **il provare mentale della mente**, come aspetto più importante dell'attività della mente, attraverso la conoscenza dei suoi contenuti – delle emozioni e dei pensieri; in ciò non è di particolare importanza se si tratta della c.d. mente conscia oppure della mente inconscia, perché si tratta sempre della mente. Vivendo se stessi come insieme di emozioni e di pensieri (ciò che di fatto la mente è), si esprimono le sue funzioni: il confrontare, il memorizzare, l'analizzare..., ma anche **l'autoingannarsi** come funzione specifica. In questo modo la mente forma l'immagine:

- di se stessi, come di un qualcuno al quale sta accadendo qualcosa di particolare, perdendo così di vista l'insieme ovvero il collegamento di tutti gli esseri umani nell'umanità e
- del mondo che lo circonda come – di un mondo *reale*, anche se esso non è altro che una proiezione dell'individuo, che lo stesso individuo assorbito dalla mente tenta di comprendere senza aver prima compreso se stesso.

Considerando che la mente si forma e funziona in base alle contrarietà (bene – male, piacevole – spiacevole, positivo – negativo...), la base del suo funzionamento è la **memoria**. Avendo l'esperienza della soddisfazione, la mente vuole rimanere in essa e vuole ripetere tale esperienza, mentre avendo l'esperienza del dolore, desidera eliminarlo ed evitarlo in futuro. Così il comportamento della maggioranza della gente si trova tra, da una parte – i desideri, e dall'altra – le paure relative alla possibilità che i desideri non si realizzeranno, il che “nutre” e rafforza la mente e con questo l'attaccamento ad essa perdura come processo dominante.

*“La memoria è un buon servo, ma un cattivo padrone.”*<sup>2</sup>

Percepire con la mente è **il primo livello di testimonianza nel quale la mente riconosce se stessa come somma di emozioni e di pensieri**, mentre riconosce l'ambiente circostante come riflesso delle Vibrazioni che lei stessa invia mentre proietta l'immagine del mondo. Tale mondo è sempre pieno di difficoltà, sofferenze, dolore, mentre l'ambiente è vissuto come un qualcosa su cui non si ha, e non si può nemmeno avere, alcun influsso, perlomeno non di grande peso (guerre, cataclismi, la vita di altri/ i loro comportamenti.../...). Con *tale mente* è impossibile comprendere che abbiamo proprio *tale mente* con la quale siamo intensamente identificati, e la quale essendo “nutrita” da se stessa, rafforza se stessa proprio come tale, producendo avvenimenti nel tempo e nello spazio e creando il mondo come propria proiezione, dimenticando che il tempo e lo spazio sono sue parti inscindibili (“io-mente” con la mente valuto me stesso come mente, e

il mondo che è una proiezione di “me – mente”).

Quando rallentiamo e poi arrestiamo la mente gli avvenimenti non si svolgono, perché non c'è chi li “produce” e li vive. Scompare tutto ciò che intendiamo come espressione sul piano della materia, delle Energie e delle Vibrazioni. Così, ad esempio, quando torniamo dal sonno profondo oppure dalla c.d. meditazione profonda, dove la mente era tanto silenziata da non esserci quasi più, noi non ci ricordiamo di alcun avvenimento o esperienza, perché senza la mente, in sostanza, non possono nemmeno esserci.

Percependo il mondo, ma anche se stesso con la mente, l'uomo può soltanto affermare – “*io esisto*” oppure detto diversamente – non può affermare di non esistere ovvero negare se stesso. Da ciò deriva la lotta spasmodica della mente per la propria sopravvivenza, causata dalla conclusione che – se non ci sono emozioni e pensieri, allora nemmeno esiste.

Perciò, per poter continuare sulla strada della “testimonianza”, dopo aver vissuto diverse sensazioni ed aver fatto varie esperienze è necessario liberarsene. Realizzeremo ciò non attaccandoci ad esse, perché in caso contrario rimarremo ancora nel limitato mondo della mente.

## 2. LA CONSAPEVOLIZZAZIONE DELLA MENTE

**Il secondo livello di testimonianza sottintende la liberazione da ciò che si è vissuto con la mente durante la sua consapevolizzazione**, il che sottintende:

- che le Vibrazioni, le emozioni ed i pensieri si coordinano gradualmente con il codice Genetico della Coscienza Individuale ovvero con la Coscienza e
- che la mente si trasforma; questo non sottintende la sua eliminazione, perché è proprio la mente ad amministrare i nostri processi Vibratori – Energetici e fisici.

Uno dei metodi per consapevolizzare la mente è la testimonianza (l'osservazione) del formarsi, mantenersi e scomparire delle emozioni e dei pensieri. Ciò si può praticare in vari modi, come ad esempio – immaginando uno schermo cinematografico, uno schermo TV, qualche – schermo mentale oppure ancora meglio – uno sfondo vuoto, e poi testimoniando come sullo schermo si svolge il summenzionato processo di formazione, mantenimento e scomparsa delle emozioni e dei pensieri, sotto forma di parole, frasi, immagini... Naturalmente, ciò può essere preceduto dalle meditazioni per maturare la mente, maturare la Coscienza, coordinare le Vibrazioni della Coscienza con il codice Genetico ecc.

Come prima cosa bisogna constatare una determinata emozione/ pensiero, senza analizzare perché è comparsa proprio *questa*, perché pro-

<sup>2</sup> I am that – talks with Sri Nisargadatta Maharaj, Published by arrangement with Chetana, in the USA and Canada, by The Acorn Press, Durham 1999, pag.476.

prio in *questo* momento, perché a *noi*... Dopo un certo tempo, il numero di emozioni e di pensieri diminuirà e accadrà che non ci saranno più (per ottenere tale risultato ad alcuni sono necessari soltanto alcuni minuti già il primo giorno di meditazione, mentre per altri il raggiungimento del risultato desiderato esige un periodo notevolmente più lungo). Allora è necessario consapevolizzare i periodi del c.d. vuoto oppure del vuoto infinito e senza forma, quando non ci sono né emozioni né pensieri. L'inizio della consapevolizzazione della mente si svolge nelle pause tra due emozioni, due pensieri, ovvero tra due emozioni/pensieri. I vuoti non si possono provare con la mente e quindi non si possono nemmeno descrivere, perché sono "fuori" di essa. Ogni tentativo di trasformare il vuoto in - *qualcosa*, di viverlo in qualche modo solito alla mente, termina con lo sfuggirci del vuoto.

Nello stato del vuoto la mente è silenziosa, quasi non c'è, e scompaiono il tempo e lo spazio come correnti di proiezione che sgorgano dall'attività della mente. Di questo stato si può "avere coscienza", ma come abbiamo detto, è impossibile descriverlo con parole. Ogni tale tentativo oppure tentare di sentire qualcosa nello stato del vuoto, soltanto turba la sua pace perfetta ed il suo perfetto silenzio.

A questo livello ci liberiamo dall'attaccamento al corpo fisico (il precedente - "io sono il corpo fisico", si trasforma in - "io non sono il corpo fisico"), e poi ci liberiamo anche dall'attaccamento alla mente (il precedente - "io sono la mente", passa a - "io non sono la mente"), perché si tratta soltanto di manifestazioni della Coscienza individuale.

Nel vuoto infinito non ci sono l'emozionarsi ed il pensare (il che, naturalmente, non significa che allora non ci siamo). Se in tale stato compare qualsiasi emozione/pensiero, il più delle volte si tratta di qualche paura (di qualsiasi tipo), significa che la mente sta tornando. In sintesi ultima, tutte le paure che compaiono possono essere ricondotte alla paura di essere liberi, la quale inizia con l'attenersi decisamente ai processi del non attaccamento al corpo e alla mente.

Nella maggioranza della gente la vita si svolge tra i desideri (le mete) e le paure che derivano dalle possibilità di non realizzarli. Così la mente si prospetta come fonte di sofferenze, perché l'individuo si identifica con essa e con questo anche con il corpo e le sensazioni sensoriali. Proprio a causa di questo attaccamento all'esprimersi del processo d'individuazione, ovvero ai suoi elementi (Coscienza, mente, aura, Corpo Illuminato, Anima e corpo fisico), ed allo svolgersi della "vita mentale" (limitata dal concepimento/dalla nascita e dalla morte), permangono le cause della sofferenza.

Consapevolizzando la mente, comprendiamo che la libertà nell'esprimersi in un dato tempo e spazio si riflette attraverso la possibilità di scegliere l'ambiente mentale al quale non ci attacchiamo. Dunque, infelice può essere soltanto l'immagine di noi stessi che ci creiamo con la mente ovvero che è creata dalla mente, e non noi stessi.

### 3. IL RECIPROCO CONSAPEVOLIZZARSI DELLA COSCIENZA

La Coscienza Divina (Coscienza Infinita) è la manifestazione basilare di Dio ed essa si autoriconosce attraverso innumerevoli processi, tra i quali c'è anche l'individuazione della Coscienza - il processo di autoriconoscersi della Coscienza individuale attraverso la sua maturazione, il che non è null'altro che il suo graduale stabilire l'armonia con la Coscienza Infinita. Questo accadimento spirituale interattivo inizia con l'attimo in cui la Coscienza individuale sfocia brevemente in quella Infinita, il che con l'ulteriore sviluppo e l'ulteriore maturazione si ripete sempre più frequentemente e con il tempo si evolve in uno stato che dura sempre più a lungo, per alla fine raggiungere l'Unitarietà (identificazione reciproca ovvero consapevolizzazione reciproca) nel quale la Coscienza individuale non "perde" la propria individualità.

Il processo d'individuazione della Coscienza è un processo nell'ambito del processo della Coscienza (il quale sottintende innumerevoli processi), e perciò lo definiamo "processo nel processo". Questo processo non è comprensibile alla mente, perché i processi sul piano della Coscienza Infinita non si svolgono secondo il principio della dualità, vale a dire dei contrari, sulla base dei quali (unicamente) funziona la mente. I processi sul piano della Coscienza non sono né positivi né negativi; essi sono semplicemente - processi. È *la mente* a decidere se qualcosa è positivo oppure negativo, mentre sul piano della Coscienza non c'è la mente. Siccome i processi menzionati sono fuori dalla mente, le valutazioni della mente non li "toccano". Dunque, la mente ascrive delle caratteristiche ai processi ed ai fenomeni, mentre la Coscienza li consapevolizza, consapevolizzando se stessa - proprio perché i processi e gli aspetti dentro la Coscienza e sul piano della Coscienza non hanno alcuna caratteristica.

Tutto ciò che accade, accade nella Coscienza, mentre con la mente riconosciamo ciò attraverso le manifestazioni che si svolgono nello spazio e nel tempo - la vita del singolo, l'esistere dell'umanità, della Terra, del cosmo visibile ed invisibile...

Il reciproco consapevolizzarsi è simultaneamente anche un processo di testimonianza: la Coscienza Infinita testimonia riguardo alla Coscienza individuale, mentre la Coscienza individuale testimonia la Coscienza Infinita. La testimonianza è il processo di consapevolizzazione della Coscienza e del suo muoversi come processo e come "processo nel processo".

Come abbiamo già detto, dalla prospettiva della propria esperienza non possiamo affermare di - *non essere*, che - *non esistiamo*, bensì soltanto che - *siamo*, ovvero possiamo affermare - "io sono". Quando la Coscienza individuale constata se stessa con la mente - "io sono", iniziano processi dei quali riconosciamo l'esprimersi nel tempo e nello spazio. Dire



(a se stessi) “io sono”, “io sono questo” (“questo sono – io”), “io sono il testimone”, “io sono l’osservatore”..., significa definire con la mente processi che sono al di fuori di essa ed i quali servono solamente per fini meditativi (con tali definizioni /in sostanza/ non si definisce nulla).

Il processo d’individuazione della Coscienza è un processo individuale finito nell’ambito dell’Infinito Processo della Coscienza Infinita ed è un suo elemento integrante. La maturazione della Coscienza individuale termina con la maturità della Coscienza nello stato dell’individualità che è Infinita. **Il reciproco consapevolizzarsi della Coscienza individuale e della Coscienza Infinita porta all’Unitarietà**, la quale non si può vivere (vedere, sentire, comprendere...) e quindi nemmeno descrivere. L’Unitarietà semplicemente esiste (come tale), essa – È (ciò che è, - l’Unitarietà).

Esistendo nell’Unitarietà e poi testimoniandola ovvero conoscendola, “si giunge” all’-Essere.

#### 4. MEDITAZIONI

Prima di mettere in pratica queste meditazioni è necessario rilevare quanto segue:

- le meditazioni si esercitano 2-3 volte la settimana, o anche più frequentemente, secondo il proprio parere;
  - vanno praticate nella stessa sequenza nella quale sono elencate;
  - durante le prime meditazioni è opportuno che le meditazioni siano lette al mediatore da qualcuno, oppure che ascolti la loro registrazione;
  - a causa della definizione della loro durata, le meditazioni possono sembrare in qualche modo “tecniche”, ma esercitate proprio nella forma data portano a consapevolizzare la mente in modo più facile (con la meta finale di ottenere la liberazione da tutte le meditazioni);
- il termine utilizzato - “Consapevolizzate”..., non ha il significato che gli si può dare con la mente, ma sicuramente avvia in modo efficace i processi e perciò non bisogna sforzarsi vanamente di “vivere”, “provare”, “vedere”... qualcosa, e nemmeno bisogna aspettarsi qualcosa del genere per dimostrare l’efficacia della meditazione.

**1. “Prego Dio di eliminarmi gli ostacoli per la maturazione della mente.”**

**Tempo:** circa 1 minuto.

**2. “Prego Dio di maturarmi la mente.”**

**Tempo:** 1-2 minuti.

**3. Constatate il processo di formazione, mantenimento e scom-**

**parsa delle emozioni e dei pensieri.**

**Tempo:** 2-3 minuti.

**4. Consapevolizzate il formarsi, il mantenersi e la scomparsa delle emozioni e dei pensieri.**

**Tempo:** alcuni minuti.

**5. Consapevolizzate il “vuoto”.**

**Tempo:** alcuni minuti.

*Nota: non cercate di “riempire” il vuoto con la mente, perché allora esso, naturalmente, si perde!*

**6. Consapevolizzate che il “vuoto” è una manifestazione del processo d’individuazione della Coscienza.**

**Tempo:** alcuni minuti.

**7. Consapevolizzate il processo del graduale unificarsi della Coscienza individuale con la Coscienza Infinita.**

**Tempo:** alcuni minuti.

**8. Consapevolizzate l’Unitarietà, ovvero la reciproca consapevolizzazione della Coscienza individuale e della Coscienza Infinita.**

**Tempo:** alcuni minuti.

## ESSERE

*“Non tendere ad essere ciò che non sei,  
non rifiutare di essere ciò che sei.”  
“Rimani ciò che sei nello stato naturale dell’essere.”*

ESSERE.....	113
1. LA REALTÀ E LE MANIFESTAZIONI.....	113
2. LA REALTÀ E L'UOMO.....	115
3. NULLA NASCE E NULLA MUORE.....	118
4. IL LAMPO DELL'INDIVIDUALITÀ.....	119
5. L'ORIGINE DEI PROCESSI.....	121
6. LA MENTE SILENZIATA.....	125
7. LA QUIETE DELLA MENTE.....	128
8. UTILIZZO CONSAPEVOLIZZATO DELLA MENTE.....	130
9. IL SENSO DELLA VITA.....	134
10. L'ESSERE.....	136

“The Wisdom – Teaching of Nisargadatta Maharaj – A Visual Journey”, Inner Directions Publishing, Carlsbad, California, 2003, pag. 5 e 57.

## ESSERE

Essere è lo “stato” di Dio (Realtà, Assoluto) e delle (Sue) manifestazioni. L'Essere non si può provare con i sensi, non si può comprendere con la mente e non si può nemmeno provare con la Coscienza. Con i sensi, la mente e la Coscienza possiamo capacitarci dell'illusione (delle manifestazioni), ma non di Dio (Realtà, Assoluto). Perciò i testi che seguono vanno compresi come descrizione mentale delle manifestazioni, la quale può aiutarci a “risvegliarci” nell'**Essere**.

### 1. LA REALTÀ E LE MANIFESTAZIONI

Come unica Realtà, Dio è eternamente sia nello stato dell'essere (“con se stesso”) sia nello stato di manifestazione. La manifestazione basilare di Dio è la Coscienza Divina che è il nome comune per le tre reciprocamente inscindibili Forme Superiori di Coscienza (Conoscenza, Amore e Potenza) ed i tre aspetti reciprocamente collegati dell'Infinito (Coscienza Infinita, Esistere Infinito e Creazione Infinita). **Le Forme Superiori di Coscienza ovvero la Coscienza Divina e l'Infinito sono “di là” della nozione di conscio – inconscio.**

L'esprimersi della Coscienza Divina sul piano dell'uomo è riconosciuto come “Coscienza dell'uomo”, vale a dire come Coscienza Individuale, Esistere Individuale e Creazione individuale ovvero come Conoscenza individuale, Amore individuale e Potenza Individuale. La Conoscenza, l'Amore e la Potenza sono la natura dell'uomo insita nel suo codice Genetico.

L'esprimersi della Coscienza Divina sul piano delle Vibrazioni - Energie si riconosce come Energia Divina ovvero come suoi tre aspetti – Energia del Campo Unitario, Energia Cristica ed Energia dello Spirito Santo, mentre sul piano dell'uomo questa stessa Coscienza si esterna come: mente, Corpo Illuminato, Anima, aura ed Energia Vitale direttamente nel corpo fisico.

Sul piano del suo esprimersi “ultimo”, la Coscienza Divina è riconosciuta come mondo materiale ovvero come aspetto materiale del cosmo. Sul piano dell'uomo ciò si manifesta come corpo fisico.

Le manifestazioni della Coscienza Divina (*Forme Superiori di Coscienza – Conoscenza, Amore e Potenza*), l'Energia Divina (*Strutture Energetiche Superiori – l'Energia del campo Unitario, l'Energia Cristica e l'Energia dello Spirito Santo*) e la materia, non rappresentano Dio (Realtà, Assoluto), ma sono soltanto manifestazioni e come tali indicano unicamente al non essere condizionato del Divino.

Le manifestazioni sono, come esternazioni della Realtà, illusioni che funzionano secondo principi propri:

DIO (REALTÀ – ASSOLUTO)				Coscienza Umana		Energia vitale	Materia	Corpo fisico
				Coscienza Divina				
COSCIENZA	Forme di Coscienza Superiori		Coscienza Individuale		Energia Divina	Energia del Cosmo, Dattilo Energia Cosmica Energia dello Spirito Santo	Cosmo	
	Infinito		Esistere Infinito Creazione Infinita					
Vibrazioni- -Energie	Strutture Energetiche Superiori		Mondo materiale					
	Materia							

Raffigurazione n. 6 - Dio (Realtà, Assoluto) e le manifestazioni

- **sono il risultato della mente non consapevolizzata**, perché la mente non consapevolizzata non discerne la Realtà dall'illusione,
- **sostengono se stesse**, così che potenziando la mente, nel senso di moltiplicazione di emozioni e di pensieri non consapevolizzati, si potenziano anche le illusioni,
- si può determinare la **regolarità matematica** del loro esprimersi sul piano delle Vibrazioni, delle Energie e della materia<sup>1</sup>,
- si sviluppano attraverso il **moltiplicarsi su livelli sempre più complessi e complessi**, "in linea" con lo sviluppo negativo della mente (ipertrofia, iperattività, autonomia...)
- da una parte si sviluppano sino **all'infinitamente grande** nello spazio e nel tempo, i cui "confini" sono l'universo visibile ed invisibile, ovvero, dall'altra parte, si sviluppano sino **all'infinitamente piccolo**, sul piano del manifestarsi delle Energie – Vibrazioni e della materia.

## 2. LA REALTÀ E L'UOMO

L'evoluzione delle forme dell'esprimersi di Dio (Realtà, Assoluto) attraverso le Forme Superiori di Coscienza (Conoscenza, Amore e Potenza) ovvero tramite gli aspetti dell'Infinito (Coscienza Infinita, Esistere Infinito e Creazione Infinita), si conclude con la forma dell'uomo come forma ottimale perché contiene in sé tutti e tre gli elementi esistenti, le Vibrazioni, l'Energia e la materia, nel rapporto ottimale per lo sviluppo e la maturazione della Coscienza Individuale.

La finalizzazione del processo di connessione tra l'Infinito ed il finito si realizza con l'aiuto della mente, attraverso la quale si esprime il libero arbitrio ovvero si realizza la possibilità che l'uomo si "sdebiti" con Dio per il proprio esistere indirizzando le emozioni ed i pensieri verso Lui.

**L'uomo è l'incarnazione di Dio, la quale attraverso il gioco della mente cerca la propria origine; quando la scopre e la conosce, è uno con Lui, senza peraltro aver mai cessato di esserlo.**

Giovanni 10,11 – 34

Rispose loro Gesù: "Non è forse scritto nella vostra Legge: lo ho detto: voi siete dèi?"<sup>2</sup>

Salmo di Asaf 82 - 6

lo ho detto: "Voi siete dèi, siete tutti figli dell'Altissimo".<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Come, ad esempio, è descritto nei libri – "God secret formula", Peter Plichta, Element Book Limited, Shaftsbury, Dorset, 1998, e "Codice Genesi", Micheal Drosnin, Rizzoli.

<sup>2</sup> La Bibbia di Gerusalemme, Edizioni Dehoniane, Bologna, 1998.

<sup>3</sup> La Bibbia di Gerusalemme, Edizioni Dehoniane, Bologna, 1998.

Le parole: **“siete dei”** che sono state indirizzate agli uomini, si possono comprendere come: **tu sei Dio** (Realtà, Assoluto) ovvero **Io sono Dio** (Realtà, Assoluto). Naturalmente, questo non significa che Dio è diviso in tante parti quanti sono gli uomini e le altre espressioni, bensì si tratta di **un unico Dio** che si esprime attraverso manifestazioni infinite, tra le quali c’è l’uomo come manifestazione primaria.

Le parole **“siete tutti figli dell’Altissimo”** parlano delle manifestazioni inerenti anche all’uomo, quali: il processo d’individuazione della Coscienza, la mente, il Corpo Illuminato, l’aura ed il corpo fisico.

<b>SIETE DEI,</b>	<b>E FIGLI DEL SUPREMO</b>
<b>Io Sono DIO</b>	<b>Processo d’individuazione</b>
<b>Io Sono la REALTÀ</b>	<b>della Coscienza</b>
<b>Io Sono l’ASSOLUTO</b>	<b>MENTE</b>
<b>Io Sono COLUI CHE È</b>	<b>Anima</b>
<b>Io Sono CIÒ CHE SONO</b>	<b>Corpo Illuminato</b>
<b>Io Sono QUESTO</b>	<b>aura</b>
<b>Io SONO</b>	<b>corpo fisico</b>

L’espressione – “io sono Dio” è spesso evitata perché alla maggioranza della gente sembra una constatazione impossibile oppure sembra un bizzarro stato di massimo egoismo spirituale, perché alla parola DIO si attribuiscono rappresentazioni mentali basate su emozioni e su pensieri, come se Dio fosse qualcosa o qualcuno al di fuori di noi stessi. Perciò, invece del sintagma appena menzionato – “io sono Dio”, si utilizzano altri, come – “io sono questo”, “io sono colui che è”, “io sono” ecc.

Con le espressioni elencate si esprime in modo giustificato la nostra individualità che inizia e termina come processo nel processo della Coscienza Infinita. In sostanza non cambia nulla nemmeno quando consapevolizziamo che la nostra Coscienza individuale è uguale alla Coscienza Infinita ovvero quando consapevolizziamo la stessa **Unitarietà**. Dirsi – “io sono Dio”, - “io sono la Realtà”, - “io sono l’Assoluto”, - “io sono”..., o dire a qualcun altro - “tu sei Dio”, - “tu sei la Realtà”, - “tu sei l’Assoluto”, - “tu sei”..., deve avere esclusivamente **un ruolo di iniziazione ed associativo** per avviare i flussi dell’autoriconoscersi. Perciò non bisogna dare alcuna importanza a tali espressioni (la cosa migliore è dimenticarle l’attimo dopo averle espresse). Dare importanza alle espressioni elencate, non è altro che il tentativo della mente di definire processi e stati – di là della mente.

Pronunciare espressioni iniziatiche o pensare ad esse, si riflette in noi come processo nella Coscienza (avviato dalla mente), ma la Coscienza non è – Dio, bensì - una Sua *manifestazione*. Nello stato di Dio (Realtà, Assoluto) non c’è individualità (e nemmeno la Coscienza), perché **Dio** è - *Io*

stato dell’essere **con Se Stesso**, detto più semplicemente: **Dio – È**. Tutto il resto è un’illusione.

### Meditazioni

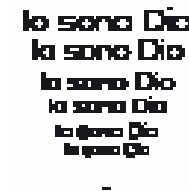
a) Pronunciate dentro voi stessi una delle seguenti constatazioni, o ancora meglio, pensate ad essa: **“Io sono Dio”, “Io sono la Realtà”, “Io sono l’Assoluto”, “Io sono colui che è”, “Io sono ciò che sono”, “Io sono ciò”, “Io sono”...**

*Nota:* durante la meditazione si può utilizzare una o più constatazioni; se queste proposte non vi corrispondono, inventatevi una vostra constatazione.

b) **Tempo:** determinate il tempo della meditazione in base al proprio sentire.

c) **Visualizzazione:**

- nel pronunciare “io sono Dio” (“io sono la Realtà”...) visualizzate come quest’espressione si rimpicciolisce gradualmente in prospettiva e come si trasforma in un punto che poi scompare:



Dopo la scomparsa del punto bisogna rimanere nello stato in cui l’“io” non è attivo ovvero in cui l’individualità non è attiva e nel quale non c’è nulla tranne Dio (Realtà, Assoluto), senza alcun attributo, senza costruzioni mentali riguardo Lui, o altro. Se il lasciarsi andare si perde e iniziano ad affluire emozioni e pensieri, è necessario ripetere l’espressione e lasciare che scompaia assieme al punto.

Nel pensare – “io sono Dio” (“io sono la Realtà”...), la visualizzazione si svolge di per sé ovvero tutto avviene in modo fulmineo, e poi segue il lasciarsi andare. Il procedimento va ripetuto se la meditazione è interrotta da qualsiasi situazione.

Durante la meditazione non aggrappatevi al pensiero – **“io sono Dio”**, bensì *conoscete* questo – **“Io sono Dio”** e fate che poi sparisca anche questo **Io**. Questo è da farsi anche quando non si medita.

### 3. NULLA NASCE E NULLA MUORE

La vita dell'uomo è comunemente definita con la nascita e con la morte, e a questo possiamo aggiungere anche il concepimento. In modo più preciso, definiamo la vita con lo **spazio** (luogo del concepimento, luogo della nascita, luogo di vita/dove si vive e poi luogo della morte) e con il **tempo** (il momento del concepimento, della nascita e della morte).

Lo spazio e il tempo sono forme con l'aiuto delle quali si esprime il processo d'individuazione della Coscienza ovvero la Coscienza individuale, ed essi sono parti integranti della mente che si formano e si sviluppano proprio con il *suo* formarsi e svilupparsi. Con questo, parallelamente alla graduale eliminazione della mente, scompaiono pure il tempo e lo spazio, quando giungiamo in uno stato simile al sonno profondo, dopo il quale non ci ricordiamo di alcun suo contenuto. **Rallentando e arrestando la mente, arrestiamo la vita.**

*“Transitori sono questi corpi, eterno è ciò che vivifica il corpo; esso è indistruttibile, incommensurabile, per questo combatti o Bharata. Chi crede che qualcuno possa uccidere o che qualcuno è ucciso, non conosce la verità; nessuno può uccidere, nessuno è ucciso! Nulla nasce e nulla muore, nulla è venuto a essere nel tempo e non verrà a essere nemmeno in futuro!”<sup>4</sup>*

Consapevolizzando la mente, consapevolizziamo di non essere né il corpo fisico né le (nostre) emozioni né i (nostri) pensieri. In questo processo le Vibrazioni delle emozioni e dei pensieri si coordinano gradualmente con il codice Genetico della Coscienza ovvero con la Coscienza stessa. Poi la Coscienza individuale consapevolizza se stessa come processo specifico che è eguale al Processo Infinito della Coscienza Infinita ed alla fine si consapevolizzano reciprocamente la Coscienza individuale e quella Infinita, vale a dire che - si consapevolizza l'Unitarietà.

Nell'Unitarietà, la Coscienza individuale consapevolizza di essere specifica (individuale), ma che quest'individualità si può riconoscere soltanto attraverso il suo manifestarsi in un dato tempo e spazio ovvero come vita concreta di un uomo. Così la Coscienza individuale consapevolizza che la vita è un'illusione che la mente non consapevolizzata riconosce come realtà.

Permanendo nell'Unitarietà si “giunge” gradualmente allo stato dell'**Essere** – lo stato dell'esistere di **Dio** (Realtà, Assoluto) e delle **manifestazioni** (illusioni). Tutti i processi avvengono esclusivamente nella Coscienza Divina ovvero nelle Forme Superiori di Coscienza. Dato che la Coscienza Divina ovvero le Forme Superiori di Coscienza sono solamente manifestazioni (illusioni), in effetti, non accade nulla, mentre la Coscienza individuale,

come “processo nel processo” non è altro che - “un'illusione nell'illusione”.

Tutto ciò che accade, accade nell'illusione e inizia con l'individuazione della Coscienza come **“Io”** oppure come **“Io Sono”** con il che iniziano i processi che riconosciamo come concepimento, nascita e morte.

Identificando se stessi con il corpo fisico, la mente e il processo della vita, si crea l' “attaccamento” alla vita. Poi, attaccandosi all'Unitarietà ovvero a se stessi come processo d'individuazione della Coscienza nelle Forme Superiori di Coscienza, si crea la forma più pesante di schiavitù - **l'attaccamento al proprio processo d'individuazione della Coscienza.**

“Andando” verso lo stato dell'Essere scopriamo gradualmente che il processo d'individuazione della Coscienza e le Forme Superiori di Coscienza ovvero la Coscienza Divina sono – illusioni, poi il processo finisce con la scomparsa di “ciò che non è nemmeno mai stato” e cioè: del conoscitore (il soggetto), del conoscere (il processo) e dell'oggetto del conoscere (oggetto). “Rimane” Dio (Realtà, Assoluto).

Chiunque pensa o dice che è stato concepito e che è nato, si esprime riguardo **all'illusione dell'identità** e così pure, chi pensa e si esprime riguardo alla morte, parla **dell'illusione della salvazione oppure del delirio**, che non ci sono. Ciò che non è mai nato non può nemmeno morire, perché il *reale* in noi è senza tempo, senza inizio e senza fine, di là della nascita e della morte. Non c'è un qualcosa che si forma per primo, nemmeno esiste un qualcosa che scomparirà per ultimo: la nostra Coscienza è la fonte di tutti i processi ed essa è di per sé un'illusione. Così anche **la reincarnazione non sottintende null'altro che la reincarnazione di se stessi come Coscienza**, ovvero soltanto quelli che pensano di essere nati possono pensare di rinascere.

### 4. IL LAMPO DELL'INDIVIDUALITÀ

Il processo d'individuazione della Coscienza, come abbiamo già detto in precedenza, inizia e termina nella Coscienza Divina ovvero nella Coscienza Infinita, come lampo che riconosciamo attraverso il suo esprimersi in un dato tempo e spazio, sotto forma di singola vita. Con il momento del concepimento inizia l'esprimersi della Coscienza individuale come singolo processo particolare.

Il lampo dell'individualità contiene in sé tre elementi reciprocamente collegati e condizionati:

- **La spiritualità**, la quale si esprime con il processo Divino come processo completamente identico in ogni essere umano, con le manifestazioni che sono comuni a tutti gli esseri umani: il corpo fisico, ma anche – la mente, l'aura, l'Anima ed il Corpo Illuminato.

4) “Bhagavad-gita”, Grafos, Beograd, 1990, pag.28



La caratteristica più importante è l'aver Coscienza, il che è correlato con - l'impulso ad autoconsapevolizzarsi ovvero con il tendere incessantemente a ciò.

- **L'individualità**, la quale si esprime con la specificità ovvero sempre attraverso un esprimersi del processo di maturazione diverso da individuo a individuo. Infatti, ogni Coscienza individuale è eguale, perché è uguale alla Coscienza Infinita, ma con la mente, la quale crea il tempo e lo spazio (che sono contemporaneamente anche parti integranti della stessa mente), si percepisce la varietà dell'esprimersi come diversità del concepimento, della nascita, della vita e della morte.

- **La personalità**, la quale esprime la diversità (particolarità) della mente, ma anche del corpo fisico, dell'aura, dell'Anima e del Corpo Illuminato, in ogni essere umano.

L'esprimersi degli elementi elencati si svolge con la vita, la cui funzione non è soltanto nel suo svolgersi, ma anche nella realizzazione **della possibilità di trasformare – canalizzare questo processo**. Possiamo affermare che ci sono tre aspetti di tale trasformazione:

**1. La trasformazione della personalità**, composta:

- dalla **trasformazione fisica**, la quale sottintende la consapevolizzazione dei sensi, ma anche del cervello come organo del "senso sintetico" mente; la trasformazione fisica non rappresenta però la realizzazione della trasformazione completa (ideale), bensì rappresenta la trasformazione ottimale – il che significa il raggiungimento del livello idoneo per la realizzazione della trasformazione individuale e di quella spirituale, e

- dalla **trasformazione mentale**, la quale sottintende la consapevolizzazione della mente, ma anche delle restanti strutture vibratorio – energetiche, prima di tutto dell'Anima, dell'aura e del Corpo Illuminato, e sottintende pure il raggiungimento del livello necessario per la realizzazione della trasformazione individuale e spirituale.

Con la trasformazione della personalità si elimina gradualmente l'attaccamento al corpo fisico e alla mente che rimangono comunque sino alla fine, ma siamo sempre meno attaccati ad essi.

**Noi non siamo il nostro corpo fisico e nemmeno la nostra mente.**

**2. La trasformazione dell'individualità:** sottintende la consapevolizzazione del processo della Coscienza individuale come processo specifico diverso in ogni individuo, ma che è anche eguale al Processo

Infinito della Coscienza Infinita. In questo modo ci liberiamo dall'identificare il processo d'individuazione della Coscienza e delle sue manifestazioni con la Realtà. Poiché la Coscienza individuale è eguale alla Coscienza Infinita, ci liberiamo contemporaneamente anche dall'identificare la Coscienza Infinita con la Realtà. Il processo più complesso nella trasformazione dell'individualità è governare e trascendere l'egoismo, il quale si forma a causa dell'attaccamento al proprio processo d'individuazione come particolarità e che scompare quando giungiamo nello stato di non-attaccamento a tale particolarità.

**Noi non siamo la nostra Coscienza individuale e nemmeno la Coscienza Infinita.**

**3. La trasformazione spirituale:** sottintende – la consapevolizzazione del processo d'individuazione della Coscienza come processo finito nell'Infinito Processo della Coscienza Infinita, ovvero – la reciproca consapevolizzazione della Coscienza individuale e della Coscienza Infinita come Unitarietà. Così in noi si consapevolizza il Processo Divino che ci differenzia da tutte le altre manifestazioni – il processo di *autoconsapevolizzazione*.

**Noi non siamo né il processo di autoconsapevolizzazione né l'Unitarietà.**

Sino a che esiste l'attaccamento al corpo fisico, alla mente, alla Coscienza individuale, alla Coscienza Infinita, all'Unitarietà..., e l'attaccamento al loro esprimersi sotto forma di nostra vita, rimangono anche le cause della sofferenza (delle paure) sotto forma di **attaccamento alla morte**, psicologico ma anche "reale" (identificazione con il mortale). L'ulteriore processo di trasformazione porta a conoscere Dio (Realtà, Assoluto) come nostra essenza, e a conoscere tutti gli altri processi, inclusa la stessa Unitarietà, come Sue manifestazioni. Liberandosi dall'attaccamento all'Unitarietà ovvero a se stessi come processo, ci liberiamo di una delle forme maggiori di schiavitù – **l'attaccamento all'autoidentificazione**.

## 5.L'ORIGINE DEI PROCESSI

Nelle Forme Superiori di Coscienza ovvero nella Coscienza Infinita tutto avviene di per sé, senza alcuna ragione. Così pure il processo d'individuazione della Coscienza si forma e scompare senza ragione, ma ciò non può essere definito come "casualità". Se per un qualcosa affermiamo che si tratta di una "casualità", dobbiamo necessariamente tener conto anche del contrario, come – "non – casualità" (come un qualcosa di intenzionale) per la quale cerchiamo le leggi oppure le regole, in base alle quali si svolgono



determinati processi. Partendo dal singolo e andando verso il generale, si può giungere sino alle leggi più generiche, oppure, secondo molti – alla legge di base, la c.d. legge del karma, l'essenza della quale consiste nel determinare tutti i processi come causati – conseguenti. Queste sono però conclusioni e leggi create dalla mente che cerca ragioni per ogni cosa, mentre **la Coscienza Infinita e la Coscienza individuale sono processi che si svolgono senza ragione, spontaneamente.**

**Prima di ogni processo (inizio del processo) e dopo ogni processo (fine del processo) DIO (l'Assoluto, la Realtà) – È.**

Tutti i processi iniziano con l' "Io", l' "Io sono", come vissuto mentale di se stessi, il che è contemporaneamente la base di tutti i processi, ma anche l'origine di ogni esperienza. "Io Sono" è l'unica cosa che possiamo affermare dalla propria esperienza, perché senza di esso non c'è l'esprimersi.

*"L'esperienza è qua e ora. Nessuno può negare se stesso."*<sup>5</sup>

Con la costituzione della mente, si formano il tempo e lo spazio (come suoi elementi integranti), ma anche il mondo che ci circonda e che la mente vive come un qualcosa di reale e dato, indipendente da lei stessa. Un tale mondo è sempre **una proiezione della mente individuale**, perché - quando la escludiamo, il mondo scompare e proprio per questo ci sono tanti mondi quante sono le menti. Tanti uomini quanti ci sono stati, ci sono e ci saranno, hanno creato, creano e creeranno lo stesso numero di mondi come proiezioni delle proprie menti. L'estrema somiglianza reciproca, la quasi eguaglianza dei "singoli mondi" ovvero delle singole percezioni del mondo, fa sì che si sottintende l'esistenza di un unico mondo comune: questo deriva dallo stesso codice Genetico della specie umana (Conoscenza, Amore e Potenza ovvero Coscienza Infinita, Esistere Infinito e Creazione Infinita), il quale si esprime in misura minimamente diversa in ogni singolo individuo.

Tutto questo mondo che si vive con i sensi e con il "senso di sintesi" mente, esiste perché esiste l'individuo ("Io") che si esprime nello spazio e nel tempo come "Io Sono" e condiziona, nella maggior parte della gente, la suddivisione in mondo interiore ed in mondo esteriore.

Dalla prospettiva della mente non è possibile rispondere pienamente alla domanda – chi è e cos'è: l' "Io" e l' "Io Sono" perché la mente limita il singolo sul piano delle risposte – "io sono il corpo fisico", il che rappresenta il piano della materia, - "io sono le mie emozioni ed i miei pensieri", il che

rappresenta il piano delle Vibrazioni – Energie e – "io sono la (mia) Coscienza", il che rappresenta l'idea riguardo al piano della Coscienza. I limiti che così la mente pone non consistono soltanto nell'identificazione con il corpo, con la stessa mente e con la Coscienza, ma anche nel non scorgere che tutti i corpi, tutte le menti e tutte le Coscienze sono soltanto espressioni di noi stessi come Dio (Realtà, Assoluto).

Non bisogna tentare di descrivere l' "Io" e l' "Io Sono" (ad esempio, i meditatori constatano di sentirsi fuori del corpo, come infinità, luce, beatitudine, universo...), perché tutto ciò che accade in questo contesto e che poi si descrive con le parole (questo vale anche per la frase frequentemente utilizzata: ...questo non posso descriverlo con le parole...) sono soltanto illusioni che si tenta di esprimere come verità.

**"Io" e "Io Sono" sono solo parole.**

Nel cercare le risposte bisogna andare oltre e attraverso il processo di trasformazione della mente, la consapevolizzazione e lo svelare, cercare *l'origine stessa* delle constatazioni elencate, quando la stessa individualità scompare in Dio e quando - "ciò che ne è stato di ciò che conosciamo come se stessi", è - **TUTTO IN TUTTO.**

Ogni qualvolta pensate di – Essere, si creano difficoltà e perciò andate passo dopo passo. Prima consapevolizzate ciò che non siete, vale a dire che non siete soltanto il vostro corpo fisico e la vostra mente, e poi anche che - non siete nemmeno la Coscienza individuale, né la Coscienza Infinita e nemmeno l'Unitarietà. **Proseguite avanti, sino all'origine di ciò che siete.**

## Meditazioni

**"Chi sono io?"**

Ponetevi questa domanda come forma di autointerrogazione, pronunciandola in se stessi o ancora meglio pensando ad essa. È impossibile dire quante volte al giorno va posta questa domanda, quanto a lungo rimanere nello stato meditativo o in attenzione indirizzata, così com'è pure impossibile dire quante settimane, mesi o anni bisogna praticare questo autointerrogarsi. Ciò che si può dire è che bisogna farlo secondo i propri desideri e le proprie possibilità sino a che:

- **durante la meditazione** emergono emozioni e pensieri che con la loro quantità o qualità ostacolano il processo del osservarli (e poi progredendo, sino a che abbiamo qualsiasi emozione o pensiero che, in base alla definizione, turbano o impediscono il c.d. stato di vuoto), e sino a che

- **nelle altre attività** (durante il lavoro, il riposo, il passeggiare...) non avrete lo stesso risultato, lo stesso processo di quello in meditazione.

5) "Atma – Vičara – put samoispitivanja" – po učenju Sri Ramane Maharšija, "OM" Beograd, 2001, pag. 13.

Questo non significa che una volta raggiunto lo stato voluto non ci siano emozioni e pensieri, ma vuole dire che sono coordinati con il codice Genetico e che voi le state soltanto osservando. Allora questo "io", avviato dalla mente, diventa un altro "io", di là/fuori della mente.

*"Chi sono io?" è il fuoco che brucia il seme dell'albero malefico che è la mente."*<sup>6</sup>

*"A colui che è propenso a interrogarsi (costantemente) – "Cos'è questo Universo infinito? e "Chi sono io?", questo mondo diventa del tutto irReale."*<sup>7</sup>

Dopo un determinato periodo, alla domanda "Chi Sono io?", inizieranno a giungere risposte sotto forma di voce, visioni o parole scritte – "Io sono la Realtà", "Io sono l'Assoluto", "Io sono Dio", "Io sono colui che È"... il che è un grande passo avanti. Se le risposte non giungono neanche dopo alcune settimane di meditazione, allora pensate voi stessi alle "risposte" – "Io sono la Realtà", "Io sono l'Assoluto" ecc, ripetendole dentro di voi. Con il tempo consapevolizzerete e alla fine anche conoscerete questa "domanda/risposta", il che non si può descrivere con le parole.

*"Dall'inizio senza inizio mi ponevo soltanto una domanda: "Chi sono io?, e davo una risposta: "Io sono Dio."*<sup>8</sup>

Le meditazioni si possono praticare in uno dei seguenti modi:

- rivolgete soltanto la domanda – Chi sono io?, in un periodo di tempo definito da voi,
- constatate soltanto le risposte – Io sono Dio, - Io sono l'Assoluto... nel periodo di tempo che ritenete opportuno,
- combinate la domanda – Chi sono io? e le risposte – Io sono Dio, - Io sono l'Assoluto...

Queste meditazioni sottintendono l'attività della mente e affinché abbiano successo è necessario:

- che rivolgendo la domanda e constatando le risposte non lo facciate *in modo meccanico*, che non vi sforziate e
- che vi lasciate andare a questo processo di "domanda-risposta" in modo da *immergervi in voi stessi* dopo aver posto la domanda e una volta ricevuta la risposta vi lasciate andare a voi stessi ovvero

6) "Joga Vašišṭa Sara – odabrani stihovi", Aranučala Beograd, 1998, pag. 16.

7) "Joga Vašišṭa Sara – odabrani stihovi", Aranučala Beograd, 1998, pag. 16.

8) "Iskre Meher Babe", IP "Esoteria", Beograd, 1996, pag. 9

vi abbandoniate a Dio.

***Siate nello stato di flow, identificatevi con il processo di meditazione in modo che esso scompaia assieme a voi in Dio (Assoluto, Realtà).***

Se praticate le meditazioni meccanicamente, se non vi immergete in se stessi e se non vi lasciate andare, potenziate la mente (invece di chiarirla e di consapevolizzarla) rimanendo suoi schiavi.

***Tenete sempre presente che - qualsiasi risposta giunga, essa è sempre una costruzione mentale che (soltanto) riflette l'idea riguardo a Dio, all'Assoluto, alla Realtà.***

Il processo di meditazione termina con il **non meditare**, senza porre domande, senza risposte, senza alcuna idea riguardo a qualsiasi cosa, **nell'Essere nel quale - Siete** (che è l'Essere con Se Stessi; nel quale voi – Siete; nel quale siete (con) Dio che Siete...).

## 6.LA MENTE SILENZIATA

Si può affermare che il processo d'individuazione della Coscienza si svolge attraverso la c.d. veglia, il sognare ed il sonno profondo.

*Nello stato di veglia*, la mente si occupa nel modo più attivo di emozioni e di pensieri, creando costantemente il mondo come propria proiezione in base all'esperienza positiva o negativa.

*Nello stato di sogno*, la mente è meno attiva e senza continuità, e dunque in rapporto allo stato di veglia sono "più deboli" sia – la *quantità* della mente (la sua attività totale è più breve), sia – la *qualità* della mente, il che si riflette nuovamente nella sua instabilità (funziona ad intermittenza) e nel fatto che non scorgiamo mai obiettivamente lo scorrere del tempo, sia nel senso di tempo "esteriore", "reale" (che ore sono), sia nel senso di tempo "interiore" (una successiva comparazione metrica del c.d. tempo reale e di quello interiore, indica che viviamo soggettivamente quanto è durato il tempo nel sogno, ovvero, di regola esso per noi dura molto di più/minuti, ore.../ di quanto è durato obiettivamente/alcuni secondi/). Quando sogniamo, abbiamo la sensazione dello spazio e della sequenza degli avvenimenti, ma non abbiamo la sensazione del reale fluire del tempo, il che ci indirizza a trarre la conclusione che durante il sognare è assente la dimensione temporale.

*Nel sonno profondo* la mente rimane, ma è silenziata, quasi non c'è. Allora non esiste il sapere riguardo al tempo e allo spazio, alle correnti vitali, perché sono sparite avendo silenziato la mente. Rimane il sapere (avere coscienza)...

- del c.d. inconscio (osservato in rapporto alla mente conscia, dove è meno importante se si tratta di emozioni e pensieri, che a causa

della diversità delle Vibrazioni non sono convertite in sapere conscio, oppure di quel sapere che non può essere conosciuto dalla mente, ma di cui si può avere coscienza),

- del vuoto infinito (il che rappresenta lo stato dell'assenza della mente, ma si può comunque avere sapere sul vuoto infinito che però, appunto a causa dell'assenza della mente, non si può trasmettere a parole),
- della propria Coscienza individuale (come elemento e manifestazione della Coscienza Infinita),
- della Coscienza Infinita (che si manifesta attraverso la Coscienza individuale),
- dell'Unitarietà (ovvero della reciproca consapevolezza della Coscienza Infinita e di quella individuale) e
- sulla continuità della Coscienza nei tre stati elencati.

Tutti e tre gli stati – processi si svolgono nella Coscienza Infinita come manifestazioni del processo d'individuazione della Coscienza. **La c.d. veglia, il sognare ed il sonno profondo, sono soltanto un sogno dell'individuo non risvegliato.**

*“La mente è terribile nello stato di veglia, mite nello stato del sognare, stordita nel sonno profondo e morta quando non si trova in nemmeno uno di questi tre stati.”*<sup>9</sup>

L'intera vita va osservata come un sogno ovvero come “sogno sul sogno” (“illusione sull'illusione”). Ogni emozione e pensiero, ogni situazione come anche i processi che si svolgono in un dato tempo e spazio, vanno riconosciuti proprio come tali. Questo naturalmente non significa che dobbiamo tendere all'eliminazione della mente come fautore dell'illusione nell'illusione, ma significa la consapevolezza della mente. In questo è necessario tener presente che:

a) La mente non si può eliminare completamente (100%), perché questo significherebbe l'interruzione della vita ovvero la morte. La mente è il nesso tra il processo d'individuazione della Coscienza ed il suo esprimersi sul piano delle Vibrazioni – Energie (cioè sul piano – dell'aura, dell'Anima, del Corpo Illuminato, ma anche dell'Energia Vitale) e sul piano della materia, dove amministra il corpo fisico (primariamente attraverso il sistema nervoso).

b) Il silenziamento della mente che avviene nel sonno profondo e spesso in meditazione, può avere alcuni dei seguenti aspetti:

- arresto in una determinata misura delle correnti emotive e di pensiero,

- diminuzione dell'estendersi e dell'intensità delle correnti emotive e di pensiero,
- un'accentuata diminuzione dell'estendersi delle correnti emotive rispetto a quelle di pensiero,
- un'accentuata diminuzione dell'estendersi delle correnti di pensiero rispetto a quelle emotive,
- la perdita delle emozioni e dei pensieri, in minor o maggior misura, come processo temporaneo o relativamente durevole,
- l'equilibratura delle emozioni e dei pensieri su un “piano più basso”, il che crea la predisposizione per un'armonizzazione più veloce di nuove emozioni e di nuovi pensieri,
- consapevolizzazione delle emozioni e dei pensieri ecc...

Nei meditatori si svolgono diverse combinazioni dei processi elencati, dipendentemente:

- dal livello di consapevolizzazione della mente raggiunto prima di entrare in meditazione oppure nel sonno profondo,
- dell'affidarsi a Dio (per questo non esistono parametri).

Maggiori sono l'affidarsi e il grado di consapevolizzazione, più sono valide le conoscenze consapevolizzate durante il sonno profondo e la meditazione, conoscenze che si muovono nella direzione dove scompaiono l'oggetto del conoscere, il processo del conoscere e lo stesso conoscitore.

c) In occasione dell'utilizzo di diverse tecniche di meditazione, alla base delle quali ci sono *l'eliminazione della mente* attraverso la “pulizia della mente”, l' “eliminazione dell'ego” e simile, bisogna considerare:

- che in occasione della pulizia della mente si possono “pulire” sia le emozioni negative sia quelle positive e sia i pensieri negativi sia i pensieri positivi, il che può portare alla creazione del c.d. vuoto emozionale,

- che la diminuzione (quantitativa e qualitativa) delle emozioni può portare alla disarmonia del rapporto tra le emozioni ed i pensieri, nel senso che le correnti intellettive si potenziano sino a giungere **all'effetto della mente computerizzata**, quando il QI (quoziente intellettivo) emerge a danno del QE (quoziente emotivo) e del QS (quoziente spirituale),

- l'assenza dell'ego, perché l'assenza di determinati componenti intellettivi - emotivi della personalità può far scendere il livello del suo ego sotto il livello ottimale, il che **intralcia l'espressione complessiva** nello spazio e nel tempo, vale a dire che ostacola la personalità nel formare i propri punti di vista, nel riconoscere la propria volontà e nella realizzazione delle mete poste (si tratta di emozioni e di pensieri indispensabili per l'esprimersi/realizzarsi e di emozioni e di pensieri che si riferiscono

9) “Joga Vašišṭa Sara – odabrani stihovi“, Aranučala Beograd, 1998, pag. 15.

alla valutazione intellettuale – emotiva da parte dello stesso individuo di quanto riesce in ciò).

Invece di eliminare la mente (in senso stretto anche eliminare l'ego) è necessario consapevolizzarla, così che le emozioni e i pensieri di tale persona saranno coordinate con la Coscienza, e così si manterrà anche il suo specifico esprimersi nello spazio e nel tempo. Nei tre stati elencati questo si riflette nel modo seguente:

- nel c.d. stato di veglia si ha costantemente coscienza del processo di costituzione, mantenimento e scomparsa delle emozioni e dei pensieri, come anche del fatto che la mente è una manifestazione della Coscienza individuale, mentre la vita è il suo modo di esprimersi nello spazio e nel tempo;
- nello stato del sognare il più delle volte avvengono i c.d. sogni lucidi<sup>10</sup> nei quali il sogno è uno strumento per ricevere diverse informazioni per la guarigione e simile, attraverso l'amministrazione di processi del sognare,
- nel sonno profondo, come abbiamo già detto in precedenza, si ha coscienza dei processi fuori della mente.

Non bisogna mai dimenticare che in tutti e tre gli stati, i quali mutano costantemente, rimane **la continuità – Dio (Realtà, Assoluto) in noi.**

## 7. LA QUIETE DELLA MENTE

Il processo d'individuazione della Coscienza si svolge con l'aiuto della mente come strumento basilare di autoconsapevolizzazione. La mente collega la Coscienza individuale ed il suo esprimersi che riconosciamo come vita del singolo. I diversi percorsi spirituali, sistemi religiosi ed i molti metodi alla base dei quali c'è il rivolgersi a Dio (Realtà, Assoluto), pongono al centro del loro agire (insegnamento) la mente ovvero i metodi per "eliminarla", "canalizzarla", "consapevolizzarla"... Se questi processi sono affermativi, essi influiranno sulle Vibrazioni – Energie, sulle emozioni e sui pensieri in modo da coordinarli con la Coscienza individuale ovvero con il codice Genetico, il che chiaramente non si può realizzare completamente, ma nella maggior misura possibile. Non si può realizzare la completa eliminazione, canalizzazione e consapevolizzazione della mente, perché ciò è ostacolato:

- da altre Vibrazioni – Energie che esistono sul piano della dimensione delle Vibrazioni – Energie e
- dalle correnti che si svolgono sul piano dell'esprimersi della mente, vale a dire nel mondo materiale, senza il quale la mente non può

<sup>10</sup> Vedi in modo più ampio: "Sleeping, dreaming and dying", The Dalai Lama, Wisdom Publications, Boston, 1997, pag. 101 - 111.

manifestarsi.

Ciò che è possibile, è canalizzare – consapevolizzare la mente nella misura in cui essa non disturba i processi spontanei e costanti:

- del reciproco coordinarsi delle emozioni e dei pensieri,
  - di coordinazione delle emozioni e dei pensieri con la Coscienza,
  - del reciproco consapevolizzarsi della Coscienza individuale e della Coscienza Infinita,
  - del conoscere l'Unitarietà,
  - del conoscere se stessi come origine di tutti i processi,
  - di scomparsa dell'individualità, ed il processo
- dell'Essere.**

Quando la mente si indirizza, prima con i mezzi della stessa mente, poi anche con la Coscienza, e quando ciò diventa un processo relativamente durevole, si giunge alla **quiete mentale** che in una certa misura possiamo riconoscere come:

- **Tranquillità** - la pace interiore che si manifesta contemporaneamente anche come pace esteriore.

*"Davvero, colui che gli altri non turbano e che sopporta con animo eguale dolore e piacere, è pronto per l'immortalità."*<sup>11</sup>

- **Non attaccamento** - al corpo fisico e alla mente, ed al processo d'individuazione della Coscienza.

*"Colui che distaccato da tutto, incontrando fortuna e sfortuna non prova né gioia né odio, ecco quegli che è "consolidato in saggezza."*<sup>12</sup>

- **La libertà dalle paure** - si manifesta quando ci liberiamo dall'attaccamento ai desideri, ma non in modo da non averne, bensì in modo che le loro Vibrazioni siano coordinate con la Coscienza, il che alla mente non consapevolizzata può sembrare come se non ci fossero.

*"Rinunciare ai desideri non sottintende l'ascetismo oppure una presa di posizione negativa verso la vita... Non evitando il contatto con i diversi aspetti della vita, rifletti il completo non attaccamento nel mezzo all'attività intensa."*<sup>13</sup>

- **La libertà dalle mete** - si forma quando abbiamo la visione della

11) "Bhagavad-Gita", Grafos, Beograd, 1990, pag. 28.

12) Bhagavadgita, Adelphi edizioni, 2003, pag. 41

13) "Iskre Meher Babe", IP "Esoteria", Beograd, 1990, pag. 26

consapevolizzazione del proprio esistere, ma non la meta di raggiungere ciò.

*“Tu sei competente ad agire, ma non a godere dei frutti dei tuoi atti. Non prendere mai come movente il frutto della tua azione; non provare attaccamento neppure per il non – agire.”*<sup>14</sup>

- **La libertà dalla dualità** – sottintende la liberazione dall’attaccamento alle idee bene – male, positivo – negativo..., principi in base ai quali si forma e funziona la mente.

*“Come gli organi del corpo e le varie forme di argilla (i vasi di argilla), la non dualità si esprime come dualità (cioè come molteplicità), sotto forma di oggetti mobili e immobili.”*<sup>15</sup>

- **La libertà dall’ammaliamento** – esprime il costante Discernere la Realtà dall’illusione.

*“...colui i cui sensi sono da ogni parte intrattenuti dagli oggetti sensibili, quegli è “consolidato in saggezza.”*<sup>16</sup>

- **Il costante indirizzare la mente verso Dio** (Realtà, Assoluto), il che sottintende l’indirizzare le emozioni ed i pensieri verso Dio come origine di tutto, ma anche l’aver Coscienza dell’esprimersi di Dio in ogni essere umano.

*“Io sono equanime verso tutti gli esseri; nessuno per me è odioso, né caro; ma coloro che mi adorano in devozione, quelli sono in me e io in loro.”*<sup>17</sup>

La mente quieta è uno strumento della Conoscenza e dell’Amore. Nella quiete la mente si strumentalizza e perde i limiti spazio – temporali, perché non si attacca a ciò che proietta e conosce.

## 8. UTILIZZO CONSAPEVOLIZZATO DELLA MENTE

La quiete della mente sottintende che la mente esiste, ma che le Vibrazioni – Energie e le emozioni ed i pensieri sono coordinati con la Co-

14) Bhagavadgita, Adelphi edizioni, 2003, pag. 39

15) “Joga Vašišṭha Sara – odabrani stihovi”, Aranučala Beograd, 1998, pag. 23.

16) Bhagavadgita, Adelphi edizioni, 2003, pag. 42

17) Bhagavadgita, Adelphi edizioni, 2003, pag. 105

scienza nella massima misura possibile, il che rende possibile l’utilizzo consapevole della mente durante il sonno profondo, il sognare ed il c.d. stato di veglia. **L’utilizzo consapevole della mente, è il costante e ottimale processo dell’esprimersi e del reciproco collegarsi delle manifestazioni della Coscienza individuale**, il che può in una certa misura essere descritto con le seguenti parole:

- **Consapevolezza che il processo della vita**, che inizia con il concepimento e si conclude con la morte, **come unica vita**, è l’esprimersi della Coscienza individuale nel tempo e nello spazio.

- **La verità** è nascosta all’uomo perché si trova “fuori dalla mente”. Allora, quando “entra” nel campo della mente consapevole, porta alla conoscenza **che la vita dell’uomo è un’illusione** con l’aiuto della quale si autoriconosce la Coscienza individuale come espressione della Coscienza Infinita nel processo finito della vita, in un dato tempo e spazio.

- **Ogni singola vita**, indipendentemente da quanto dura, è **sempre l’espressione di una “nuova”** (mai della stessa) **Coscienza individuale** nell’ambito della Coscienza Infinita.

- La Coscienza individuale è il **testimone della vita** la quale si svolge di per sé. L’individuo di mente consapevole (ovvero di Coscienza Maturata) subisce gli influssi delle dimensioni sulle quali si esprime. Tale individuo vive, mangia, beve, può raffreddarsi e può avere la febbre come tutti, ma egli (“soltanto”) testimonia la vita e (“soltanto”) osserva lo svolgersi spontaneo della propria vita.

- Tali individui di mente consapevole, alla maggioranza della gente sembrano tranquilli e senza problemi, come se niente li toccasse e sempre di buon umore, come se non avessero problemi. A causa della **leggerezza del loro vivere**, sembra che abbiano una vita facile, ma questo deriva, in effetti, dalla consapevolezza che la vita è un’illusione e non da una vita priva di problemi e di difficoltà.

- La mente si attiva per realizzare l’essere consapevoli del momento presente (ora e qua), perché senza tale consapevolezza l’esprimersi del processo d’individuazione della Coscienza rimane una **“mera e semplice casualità”**, riducendo l’uomo alla mera forma di corpo fisico e di mente.

- L’utilizzo consapevole della mente sottintende che il presente non si usa come strumento per consapevolizzare le c.d. mete future, perché - **questa presenza consapevole “qua e ora” è la chiave della libertà**. Non possiamo scappare dallo stato del “qua e ora”, e non possiamo nemmeno prepararci per il presente, perché tutti i preparativi si fanno per il futuro (che non c’è).

L’utilizzo consapevole della mente è **un processo nel quale ci “riposiamo”**, ma siccome non è raggiunto nella massima misu-



ra, è interrotto da quei fattori che lo dividono da tale misura assoluta – cioè da emozioni e pensieri non consapevolizzati. L'utilizzo consapevolizzato della mente ci serve nel cercare di Essere. Quando però raggiungiamo in ciò un'alta qualità, allora ci serve per rimanere indisturbati nell'Essere incessantemente.

- La mente è come un'istituzione: più le date forza – più si rende indipendente. Inizia a credere nelle proprie forze e così dimentica se stessa.

- Per la maggioranza della gente la mente è una prigioniera (della quale non è cosciente), mentre per la minoranza è **la via della libertà**. Il trascendere il mondo delle forme, creato dalla mente comune e nel quale si trova (sente di trovarsi), si raggiunge con l'utilizzo consapevolizzato della mente per (auto)consapevolizzarsi e poi con l'utilizzo consapevolizzato della mente nella vita ed in meditazione.

- **Trascendere il c.d. sapere basato sul funzionamento della mente**, alla base del quale ci sono la memoria (passato) ed il prevedere il futuro. Questo non significa negare la scienza e le leggi scientifiche, bensì significa tener presente che essi sono basati sui concetti – tempo/spazio, come anche – soggetto/oggetto, i quali sono inscindibili dalla mente. Con l'utilizzo consapevolizzato della mente il tempo e lo spazio si condensano sino a sparire, e scompaiono anche l'oggetto studiato, come anche lo stesso soggetto.

- **Scopriamo ciò che nella propria essenza non siamo**: primo che non siamo soltanto il corpo fisico e la mente, e poi che non siamo la Coscienza. Così ci liberiamo dall'idea accecante ovvero dall'accecamento di essere qualcuno e qualcosa, il che rende possibile conoscere se stessi come illusione (“niente in nulla”), mentre rimane ciò che costantemente e unicamente esiste – Dio (Realtà, Assoluto).

- Indirizzando la mente verso Dio, **si raggiunge gradualmente la mente consapevolizzata**, la quale di per sé porta a consapevolizzare che non siamo la mente, ma che siamo “fuori” della mente, e che essa è uno strumento che possiamo utilizzare in modo consapevolizzato.

- **La verità** non porta vantaggi, uno status più elevato, potere, bensì – la libertà. Nulla di psichico, mentale, intellettuale od altri elementi simili può portarci la libertà. Essa si trova nel **silenzio della tranquillità**, nella mente consapevolizzata; sino ad allora attende in noi di essere consapevolizzata.

- Quando i desideri si trasformano in utilizzo consapevolizzato della mente, allora è come se scomparissero. Allora la Coscienza consapevolizza gli avvenimenti (“osserva”, “testimonia”). Ad esempio, la maggioranza dei genitori ha il desiderio che il figlio abbia successo,

che sia felice, che sia soddisfatto..., e desidera aiutarlo con il sapere, con il denaro, con la propria influenza..., ma il massimo aiuto del genitore avviene quando egli consapevolizza se stesso, perché con ciò trasforma i suoi (consueti) desideri in c.d. **desideri trasformati**, liberando sia se stesso sia il figlio da quelli che non hanno valore essenziale, mentre aumenta la qualità di quelli rimanenti e trasformati.

- L'utilizzo consapevolizzato della mente rende possibile il liberarsi dai desideri, dal bisogno di averli e dalle idee di come realizzarli e soddisfarli, ma anche dalle paure che non si riuscirà in ciò, con il che consapevolizziamo “il rimanente” – il proprio esistere Veritiero. Si tratta di una vita senza mete nella quale l'osservazione della vita e la stessa vita semplicemente si svolgono; allora nel senso pieno della parola si esprime il nesso tra l'osservatore e la vita, il che è – **amore come origine dell'utilizzo consapevolizzato della mente**.

- Non è importante che qualcuno sia un allievo oppure un maestro, che sia disoccupato oppure impiegato, che sia un monaco oppure un uomo di mondo..., **è unicamente importante** che non sia schiavo della propria proiezione ovvero **che non sia attaccato alla propria particolarità e alla propria vita**; questa liberazione si ottiene con l'utilizzo consapevolizzato della mente.

- L'utilizzo consapevolizzato della mente funziona di per sé ed è sempre in funzione dell'amore. Si tratta del costante indirizzare le emozioni ed i pensieri verso Dio, e non della loro assenza, perché **in tale processo l'amore è l'unica legge**.

- Dedicandosi a Dio (Realtà, Assoluto) trascendiamo tutto ciò che si sottintende con la parola “destino” - **il consacrarsi a Dio è più forte di ogni destino**.

- Sino a che la mente non è consapevolizzata, il che sottintende anche il suo utilizzo consapevolizzato, non possiamo sapere di cosa siamo capaci e di cosa non siamo capaci. Solamente quando conosciamo se stessi possiamo conoscere il mondo attorno a noi, e allora il tempo e lo spazio non hanno significato, mentre **la nostra onnipresenza consapevolizzata su tutte le dimensioni è costante**.

- Utilizzando consapevolmente la mente abbiamo la costante conoscenza che nulla di ciò che facciamo nella vita influisce su Dio (Realtà, Assoluto) in noi.

“Ogni azione, senza alcuna eccezione trova compimento nella conoscenza... E anche se tu fossi di tutti i colpevoli il più colpevole, oltrepasserai ogni mulinello col solo aiuto della navicella della conoscenza.”<sup>18</sup>

18) Bhagavad Gita, Oscar Classici Mondadori, 1999, pag. 25 e 26

## 9. IL SENSO DELLA VITA

La meta/lo scopo della vita<sup>19</sup> può essere interpretato dalla prospettiva della filosofia, della religione, della psicologia, dell'esoterismo, del misticismo, dell'ermetismo ecc, e per definire la meta/lo scopo della vita possiamo deciderci per una delle tante definizioni già esistenti, come: "essere uno con Dio", "conoscere Dio in se stessi", "autorealizzarsi" ecc.

Ognuno dei sintagmi elencati come definizione del senso della vita, è accettabile in parte perché riflette la verità in minor o maggior misura. Nessuna definizione riesce però ad uscire dall'ambito della mente che determina questa definizione come reazione alla scoperta del senso della vita, e rimane perciò un concetto soggettivo e non sufficientemente chiaro per essere preso come onnicomprensivo. Proprio le limitate capacità della mente come manifestazione della Coscienza, limitano anche noi nell'esprimere la soluzione migliore.

Il punto di vista che lo scopo/la meta/il senso della vita è: raggiungere l'Unitarietà con il Creatore, l'Unità con la Realtà ovvero con Dio..., va perciò osservato esclusivamente come scoperta personale raccontata sotto forma di proposta necessariamente suggestiva, e non come definizione. Perciò, invece della risposta alla domanda: qual è il senso della vita?, preferiamo lasciare uno spazio vuoto, affinché il ricercatore vi scriva la sua risposta muta e definitiva, frutto del rivolgersi a Dio con preghiere di ringraziamento, e poi con tutte le altre preghiere in meditazione (stare in silenzio). Visto che la parte essenziale delle risposte riguardo al senso della vita, come anche ad altre domande, del tipo: Chi sono io?, Che cos'è l'uomo?, Che cos'è la vita?..., si trova "di là della mente", a tali quesiti è impossibile rispondere pienamente. È invece possibile indicare ai processi che si svolgono "nell'uomo", "attraverso l'uomo" oppure con "l'aiuto dell'uomo".

Giungere a rispondere alla domanda: chi sono io?, oppure – da dove giunge e come si forma il mondo?, ecc, in sostanza significa anche scoprire il senso della vita, il che si può fare soltanto quando ci si libera da ogni attaccamento alla propria individualità e alla propria vita come forma di espressione dell'individualità.

L'uomo è l'unità della Coscienza, delle Vibrazioni, delle Energie e della materia, anche se l'insieme di questi processi non può definire l'uomo nel suo insieme, ma può solamente indicare alle manifestazioni che avvengono in lui, l'origine delle quali è Dio (la Realtà, l'Assoluto).

Dio (la Realtà, l'Assoluto) è l'unico che esiste, mentre tutto ciò che sgorga da Lui sono manifestazioni che riconosciamo in minor o maggior misura. Siccome le manifestazioni non sono la Realtà bensì un'illusione, dobbiamo trascenderle per giungere alla meta, ovvero alla Realtà.

La meta è realizzare consciamente lo stato della Realtà, vale a dire raggiungere lo stato "**io sono la Realtà**", il che significa essere **la meta di se stessi e l'opera di se stessi**.

Paradossalmente però l'uomo non può raggiungere lo stato della Realtà (di Dio, dell'Assoluto), perché *non ha cosa* raggiungere: lui è già nella Realtà, è già la Realtà stessa. Chi non può credere che è già uno con la Realtà ovvero con Dio, non è capace di farlo a causa del suo identificarsi con la mente e a causa della descrizione mentale della Realtà come di ciò che è l'essenza.

Dunque, **la meta della vita di ogni uomo è essere uno con la Realtà (con Dio, con l'Assoluto) ovvero essere la Realtà stessa, il che è una meta senza meta**. L'idea che non c'è meta significa che tutto è già qua, "in noi". I diversi metodi di meditazione, le varie preghiere, un particolare tipo di vita (spirituale), la scienza, le religioni..., non possono risolvere la questione della meta della vita, anche se possono aiutare. **Questa possibilità è data unicamente all'individuo**. Il benessere della famiglia, della città, della nazione, i successi nell'attività del singolo ecc, hanno come scopo essenziale lo svolgersi dello sviluppo nella Creazione, la consapevolizzazione della Realtà, la realizzazione dell'armonia con la Realtà...

Dio (la Realtà, l'Assoluto) crea le manifestazioni, senza che per ciò ci sia alcuna ragione. Le manifestazioni si svolgono di per sé. Così pure i processi nelle Forme Superiori di Coscienza ed i processi di individuazione della Coscienza si svolgono di per sé. **Consapevolizzare che le Forme Superiori di Coscienza e che il processo di individuazione della Coscienza, ovvero la Coscienza Infinita e quella individuale, sono un'illusione e una manifestazione spontanea, questa è la meta della vita**.

L'esternarsi della Coscienza individuale sul piano delle proprie manifestazioni, Vibrazioni – Energie e materia, e con l'aiuto della mente (la quale è anch'essa una manifestazione), si svolge nel tempo e nello spazio (con le manifestazioni e con i contenuti mentali, la cui natura si basa sul principio della dualità (sì – no)). Dall'aspetto della mente che ci spinge a porci continuamente domande, esiste una ragione per tutto e nulla è casuale. Per questo, ciò che possiamo dire con la mente è che il senso della vita si scorge nel suo ruolo, il quale è essere uno strumento per l'autoriconoscersi, perché la Coscienza individuale non può individuarsi senza la mente e senza il corpo fisico come forme di espressione. Dunque, è vero che ciò in cui viviamo e ciò che viviamo non è nient'altro che una proiezione della mente, ma comunque è nostro compito partecipare a questa proiezione sino in fondo.

*"È veramente triste la persona che non conoscendo il proprio Sé, gode negli oggetti dei sensi, come chi si accorge troppo tardi che il cibo che ha mangiato era avvelenato."*<sup>20</sup>

20) "Joga Vašišṭha Sara – odabrani stihovi", Aranučala Beograd, 1998, pag. 5.

19) Vedi in modo più ampio: "Il Consocio Maturo", Zoran e Milica Grujičić, Andrea Pangos Editore, 2003, pag. 11 - 17.



## 10. ESSERE

Il far conoscenza dello stato dell'Essere nel quale scompare l'oggetto del conoscere, il processo del conoscere e infine - lo stesso conoscitore, il più delle volte si svolge lentamente, sino all'attimo quando l' "Abitatore" comprende che non si può più tornare indietro, come non c'è ritorno per il frutto che cresce sull'albero, matura e poi si - dissolve... Nel frattempo, forse possono aiutare le seguenti conoscenze riguardo all'Essere:

- **Essere: Dio (Realtà, Assoluto) e le sue manifestazioni.**

- Lo svolgimento delle manifestazioni è condizionato dalla possibilità che **"qualcuno" o "qualcosa" abbia la capacità e la possibilità di manifestare**, e questi è Dio (Realtà, Assoluto).

- Ogni ricerca delle ragioni dell'Essere ovvero dell'esistenza di Dio e del Suo manifestarsi, è un vano gioco della mente che allontana dall'essenza. **Dio esiste, le Sue manifestazioni si svolgono e - non c'è una ragione comprensibile alla mente per ciò.**

- Quando parliamo dell'Essere bisogna sempre tener presente che si tratta soltanto di parole in funzione dell'avviamento del processo di autoriconoscersi che è sempre individuale, proprio, soltanto nostro e di nessun altro. **La descrizione dell'Essere è la descrizione dell'idea di ciò**, perciò le parole della descrizione vanno lette oppure ascoltate, e poi dimenticate per "essere nell'Essere che siamo".

- **L'Essere non può essere conosciuto intellettivamente, né istintivamente, né di esso/in esso si può avere Coscienza, e non può nemmeno essere vissuto** (perché è "fuori" della vita/dell'illusione/); si può soltanto essere "in esso", il che significa di per sé che siamo già in esso.

- Essere nell'Essere significa non avere conoscenza di ciò, perché non c'è chi possa aver conoscenza e non c'è un qualcosa di cui avere conoscenza - **essere nell' Essere è essere Conoscenza.**

- Essere nell'Essere sottintende che:

a) abbiamo il corpo fisico, ma non siamo attaccati ad esso,

b) abbiamo la mente, ma essa è consapevolizzata e con questo non siamo attaccati ad essa,

c) abbiamo la Coscienza, ma abbiamo consapevolizzato che essa è unificata con la Coscienza Infinita così che sono reciprocamente consapevolizzate la Coscienza individuale e la Coscienza Infinita, ma non siamo attaccati nemmeno alla Coscienza.

- L'essenza della Potenza Infinita, dell'Amore Infinito e della Conoscenza Infinita come manifestazioni, la conosciamo quando la Coscienza individuale si immerge nell'Essere: perché **essendo con Dio, siamo anche le manifestazioni Infinite - la Potenza, l'Amore**

**e la Conoscenza.**

- **L'Essere è indipendente da qualsiasi divisione e separazione**, le quali sono caratteristiche della mente non consapevolizzata che si basa sulla dualità. La divisione e la separazione si forma con il sentire di essere un individuo, e si trascende con la consapevolizzazione che l'individuo è (soltanto) un'espressione.

- **Nell'Essere tutto si svolge in modo spontaneo.** Dio (Realtà, Assoluto) esiste con Se Stesso, mentre le Sue manifestazioni si svolgono senza alcuna logica, senza "leggi interiori", senza ragione. Le "leggi" si formano con lo spontaneo manifestarsi della mente come nesso tra la Coscienza e - le Vibrazioni, le Energie e la materia.

- **Nell'Essere non si guadagna nulla e non si perde nulla**, e tutto ciò che sembra "indispensabile" (ci occupiamo del proprio lavoro, come genitori ci curiamo dei figli, comunichiamo con altri...) si svolge in modo spontaneo.

- **Nell'Essere c'è infinita pace interiore**, la quale non si può riconoscere, né in sé né in altri, con i sensi, la mente e nemmeno con l'esperienza, perché proprio loro rappresentano un ostacolo per l'autoriconoscersi, vale a dire per Essere (con Se Stessi).

- L'Essere si manifesta nella vita dell'uomo in modo da "regalargli" ogni attimo l'infinito ed il senza forma - **con la scomparsa di ogni idea riguardo alla propria particolarità e con la scomparsa dell'attaccamento alla vita.**

- L'assenza di domande riguardo a se stessi ed il porgere le risposte ad altri (il che stimola i processi del "ritornare a se stessi"), è la saggezza che deriva dall'Essere, alla base della quale c'è **la conoscenza dell'essenza Divina - in noi stessi, ed - in altri.**

- Il mondo che con la mente ed il corpo viviamo come reale, è originariamente basato sul manifestarsi armonioso dell'Amore, della Conoscenza e della Potenza. Quando **nell'Essere** la mente rimane senza la Potenza (l'azione), l'Amore e la Conoscenza "acquisiscono" la Forza di essere originariamente armoniosi, mentre noi **conosciamo l'illusorietà del dualismo del mondo mentale.** Chiunque pensi che questo mondo non vada bene, che è sbagliato e che porta al cataclisma, non fa altro che girare nel circolo vizioso della propria mente non consapevolizzata, accusando di tutto il Creatore di questo mondo, dimenticando che il mondo è soltanto la proiezione della mente di ogni singolo uomo e di tutti gli uomini assieme.

- Se qualcuno desidera salvare questo mondo, deve come prima cosa salvare se stesso, conoscendo che non c'è cosa salvare e che non c'è colui che salva - **nell'Essere tutto si svolge da sé.** L'aiutare gli altri inizia e termina sempre con l'aiutare se stessi (con il risvegliarsi), perché il mondo è per definizione una proiezione della

mente e quando l'attività del suo autore si "silenzia", oppure consapevolizza, il mondo si mostra nel suo ordine perfetto nel quale governano la Conoscenza e l'Amore. Dunque, l'unica "cosa" che salva è Essere (in Dio; con Dio).

- Nell'Essere si conosce che **è la Coscienza a rendere possibile ogni esperienza**, mentre alla mente sembra di avere la possibilità di scegliere, dimenticando in ciò di essere lei stessa una manifestazione e che soltanto riflette i processi della Coscienza. Così la conclusione della mente riguardo all'esistenza del destino come di un qualcosa di ineluttabile e dell'esistenza della possibilità della scelta come processo di canalizzazione del destino, è soltanto un gioco della mente. Per la mente non consapevolizzata esiste il destino che essa stessa crea con l'aiuto dei desideri e delle paure, mentre per la mente consapevolizzata tutto si svolge in modo spontaneo.

- Nell'Essere si conosce che ogni progresso che con la mente è vissuto come sviluppo in qualsiasi campo della vita, anche nella spiritualità, è soltanto una proiezione della mente, così che il progresso non ci può essere perché - **tutto è perfetto, infinito, eterno, ed è già "in noi"**.

- Nell'Essere **siete la prova di voi stessi**, visto che nell'Essere non avete chi incontrare.

- Nell'Essere si dimentica tutto, tranne la propria essenza Divina, e poi anche questo (ricordo/sapere) scompare, perché **l'uomo non è diviso da Dio** (Assoluto, Realtà).

- Nell'Essere si assenta ogni concetto, anche il concetto su Dio (Assoluto, Realtà).

- **L'Essere – È...**

\*\*\*

Dio (Realtà, Assoluto) ed il Suo esprimersi è Essere.

Soltanto Dio ha la capacità di manifestare, così che tutte le manifestazioni hanno origine in Lui.

Dio È, mentre le Sue manifestazioni si svolgono spontaneamente e non esiste ragione per ciò.

La Coscienza Infinita, e le Coscienze individuali come sue manifestazioni, sono processi che si svolgono in modo spontaneo, senza ragione.

Con la mente riconosciamo la manifestazione della Coscienza individuale nello spazio e nel tempo come propria vita, e constatando la propria esistenza, nell'impossibilità di negare noi stessi, perdiamo la necessità di avere ulteriori prove riguardo alla nostra esistenza.

La mente basata sul principio della dualità crea l'abbaglio della divisione, così che l'uomo pensa che gli accade qualcosa di particolare, per-

dendo di vista l'insieme (dell' "immagine").

Attraverso il processo pregativo – meditativo, la mente si coordina con la Coscienza e così si utilizza in modo consapevole, rendendo possibile la conoscenza che la nostra essenza è infinita, senza forma, immutabile, e che ciò che cambia è (solamente) il nostro esprimerci.

Conoscere l'essenza dell'uomo ovvero "rispondere" a se stessi alla domanda – chi sono io?, è lo scopo della vita che possiamo trovare soltanto quando, nello stato dell'Essere, ci liberiamo da ogni attaccamento alla propria individualità e alla vita come forma di espressione dell'individualità.

*"Credere in colui che conosce e nel conosciuto è schiavitù. Colui che conosce è legato da ciò che conosce, lui è liberato quando non c'è nulla da conoscere."* <sup>21</sup>

---

21) "Joga Vašišṭa Sara – odabrani stihovi", Aranučala Beograd, 1998, pag.26.

## I “LIVELLI” DELL’ESSERE

*“L’amore umano nei suoi aspetti personali ed impersonali è limitato, mentre l’amore divino con il fondersi degli aspetti personali ed impersonali è infinito nell’essere e nell’esprimersi.”*

“I LIVELLI” DELL’ESSERE.....	143
1. ESSERE CON LO SFORZO MENTALE.....	143
2. ESSERE OSSERVANDO.....	145
3. ESSERE SPONTANEO.....	146

## I “LIVELLI” DELL’ESSERE

Abbiamo definito l’Essere, da una parte come – l’esistere di Dio con se stesso e le sue manifestazioni, mentre dall’altra – come stato naturale dell’uomo. Abbiamo messo tra virgolette la parola “livelli”, perché nell’Essere pieno non esiste nulla, e dunque nemmeno la categoria mentale – livello; però, sul percorso per raggiungere lo stato dell’Essere, il cercatore incontra determinati fattori disturbanti, il livello dei quali determina in modo proporzionalmente inverso il “livello” dell’essere (possiamo dunque parlare anche di livelli di non Essere nel processo di raggiungimento dell’Essere verace). Per facilitare la comprensione, differenzieremo tre<sup>22</sup> tali stati:

- Essere con lo sforzo mentale,
- Essere osservando,
- Essere spontaneo.

### 1. ESSERE CON LO SFORZO MENTALE

Nel testo precedente abbiamo scritto che la conoscenza dell’Essere si può realizzare con tre meditazioni:

- **con le meditazioni su costatazioni** come - “Io sono Dio”, “Io sono l’Assoluto”, “Io sono la Realtà”, accompagnate dal lasciarsi andare che ci introduce prima nel processo di – silenziamento della mente, e poi anche – della sua purificazione (alla base di queste costatazioni c’è **l’Amore**/contemporaneamente come emozione e come processo universale/, ma anche la **Conoscenza**);
- **con le meditazioni sulla domanda** - “Chi sono io?”, che ci introducono prima *nell’autointerrogazione* e *nell’autoimmersione* come processo unico di interrogarsi e di lasciarsi andare, il cui scopo è la purificazione della mente (alla base di questa domanda c’è la **Conoscenza**, ma anche **l’Amore**);
- **con la combinazione delle meditazioni elencate**, nel che non è importante se si mediterà prima sulle constatazioni – “Io sono Dio”, “Io sono l’Assoluto”, “Io sono la Realtà”, e poi sulla domanda – “Chi sono io?”, oppure viceversa.

Il processo di meditazione scorre solitamente pronunciano le co-

22) Nella letteratura indiana per la descrizione dello *stato samadhi* (che corrisponde all’incirca alla descrizione dello stato dell’Essere) e dei fattori che lo disturbano, si utilizzano i termini: *savikalpa samadhi*, *nirvikalpa samadhi* e *sahaja samadhi*. Riguardo a ciò vedi in modo più dettagliato “Atma – Vičara – put samoispitivanja” – po učenju Šri Ramane Maharīšija, “OM” Beograd, 2001, pag. 64-69.

statazioni e le domande, poi più avanti soltanto si pensa ad esse, sino a che alla fine scompare pure lo stesso pensiero, il che è il risultato della scomparsa sia del contenuto delle costatazioni e delle domande, vale a dire del loro senso, sia del processo di constatazione e di interrogazione, ma anche “della scomparsa dello stesso soggetto” (più precisamente, la scomparsa della sua identificazione con la propria individualità, con il suo – io).

“Essere” nell’Essere senza disturbi durerà prima un frammento di secondo, e poi sempre più a lungo. Affinché qualcuno conosca l’Essere, all’inizio deve farlo attraverso lo sforzo mentale tramite la meditazione, con il che otterrà la temporanea assenza della mente. I processi meditativi si manifesteranno gradualmente nella così detta - vita reale, comprendendo la mente sempre di più, trasformandola. In sostanza si tratta di correnti maturative di coordinamento delle emozioni e dei pensieri con il codice Genetico, ovvero della maturazione della mente.

In questa fase l’esercizio di meditare nel solito modo (in posizione comoda, la mattina, la sera, ecc.) va combinato con l’ “attività extra scolastica” durante l’intera giornata, mentre si svolgono varie attività, *pronunciando* periodicamente in se stessi le constatazioni – “Io sono Dio”, “Io sono l’Assoluto”, “Io sono la Realtà”, e la domanda – “Chi sono io?”, ovvero con il periodico *pensare* ad essi, oppure con *“l’aver coscienza”* di essi; con il tempo tale attività intenzionale passerà ad essere spontanea. Così con l’aiuto della mente si avviano processi proprio “oltre la mente”, con i quali essa si purifica e consapevolizza e con questo l’indisturbato “essere nell’Essere” è sempre più lungo.

Non si può dire in generale quante volte, quanto a lungo e quanto di continuo bisogna meditare, né quante volte al giorno, come nemmeno quanti giorni, mesi, o addirittura anni è necessario meditare per realizzare un *tale* processo nel quale i fattori disturbanti tendono a diminuire. Non si possono definire né la quantità, né la qualità - da una parte: della stessa meditazione, e - dall’altra: delle emozioni e dei pensieri in essa. Ovvero, nel caso della meditazione, non si possono determinare – la c.d. massa critica della sua durata e la massa critica della sua “profondità” che sono necessarie per raggiungere permanentemente lo stato dell’Essere, mentre nel caso delle emozioni e dei pensieri – non si possono determinare quanti e quali bisogna trasformare in un determinato periodo cosicché poi tali emozioni e pensieri fungano da base per l’automatizzazione della trasformazione di tutte le emozioni e di tutti i pensieri.

Va menzionato che l’Essere indisturbato si raggiunge più facilmente nelle chiese, nei monasteri e in altri luoghi nei quali sono costituite energie positive, perché si ottiene quasi istantaneamente una maggiore coordinazione delle Vibrazioni – Energie e delle emozioni/pensieri con il codice Genetico. Questi processi sono particolarmente accentuati quando si è vicino ad individui che hanno un alto grado di armonizzazione delle emozioni e dei

pensieri con il codice Genetico, oppure vicino a coloro che hanno conosciuto di aver Maturato del tutto la Coscienza.

La propria immagine del mondo si compenetra gradualmente con la consapevolizzazione e così cambia. Durante gli stati temporanei di Essere indisturbato, scompare l’interesse per il mondo e l’attaccamento ad esso, e la loro assenza si manifesta nella c.d. vita reale. Il “soggiornante” si occupa sempre di più dell’Origine dalla quale giungono le manifestazioni, mentre l’attaccamento al corpo fisico, alla mente ed al processo della vita diminuisce gradualmente.

Sempre più frequentemente l’Essere indisturbato influisce anche sui processi del dormire e del sognare. Il bisogno di dormire diminuisce gradualmente, così che il tempo che il meditatore trascorre in questo stato è sempre più breve e assomiglia sempre più allo stato di veglia, il che “stranamente” non ostacola lo svolgersi dei consueti processi psicologici e fisiologici. Il sognare è consapevolizzato in misura sempre maggiore, ed aumentano i c.d. sogni lucidi, poi spariscono anch’essi.<sup>23</sup>

*“Sino allo stato della spontaneità deve esserci sforzo, in questa o altra forma.”*<sup>24</sup>

## 2. ESSERE OSSERVANDO

Dal livello precedente si passa gradualmente a quello seguente nel quale si esprime sempre più il processo di osservazione del formarsi, del mantenersi e dello scomparire delle emozioni e dei pensieri. Questo processo si può, condizionatamente, suddividere in due fasi:

- *Prima fase*: nella quale si mischiano – i processi di eliminazione dei fattori disturbanti attraverso il flusso meditativo ottenuto con lo sforzo, e – l’eliminazione dei fattori turbanti attraverso il processo di osservazione che è anch’esso un processo meditativo, ma che esige uno sforzo minimo.

- *Seconda fase*: i fattori che disturbano e turbano l’esistere nell’Essere, si rimuovono soltanto osservandoli. Allora il processo di osservazione elimina e trasforma quasi automaticamente le emozioni ed i pensieri non consapevolizzati che si formano spontaneamente.

Alcuni indicatori di questo processo sono:

- *un numero sempre minore di desideri*; ma anche quando essi in

23) Questi processi possono essere aiutati dalle seguenti meditazioni: “Prego Dio di ottimizzarmi il sonno”; “Prego Dio di consapevolizzarmi i processi del sognare” e simili.

24) “Atma – Vičara – put samoispitivanja” – po učenju Sri Ramane Maharšija, “OM” Beograd, 2001, pag. 54.

questa fase scompaiono del tutto, rimane sempre un profondo desiderio di automaturazione,

- *pensieri sempre più indirizzati*, così che l'interessamento per diversi campi si avvi lentamente verso i campi che facilitano i processi dell'autoriconoscersi, i quali possono essere diversi da individuo ad individuo;

- *una sempre maggiore trasformazione dell'interesse per l'ambiente circostante* in interesse per la conoscenza del Divino in tutto, e prima di tutto per l'individuazione della Coscienza in ogni singolo;

- *una diminuzione dell'attaccamento alla propria particolarità*, il che sottintende la conoscenza del processo Divino in ognuno, ma anche la diversità dell'esprimersi da parte di ogni singolo nello spazio e nel tempo ecc.

Non bisogna dimenticare che tutte le forme di meditazione contengono in sé l'intenzione, nel senso che in esse è espresso il tendere a governare i processi della mente, i quali, in un modo o nell'altro, influiscono sullo stato "essere nell'Essere". Attraverso la meditazione si tenta di comprendere e rimuovere i fattori disturbanti e turbanti (della mente), il che apporta sempre più alla spontaneità nel corso della stessa meditazione. La meta finale della spontaneità si raggiunge quando si raggiunge la meta del meditare, vale a dire il non meditare.

*"Chi testimonia il dissolversi dell'universo, sicuramente lo precede."*<sup>25</sup>

### 3. L'ESSERE SPONTANEO

L'Essere spontaneo è caratterizzato:

- Dalla spontaneità come tale, e sino a quando la spontaneità non si realizzerà, nello stato dell'Essere si è con minore o maggiore sforzo, il quale si rimuove con la meditazione.

- Dallo spontaneo sorgere di emozioni/pensieri; non è necessario alcun processo meditativo per trasformarle, perché sono tutte coordinate con il codice Genetico.

- Dall'assenza di paure, preoccupazioni, agitazione...

- Dal quasi automatico svolgersi delle attività quotidiane; l'individuo rimane quieto anche quando è attivo.

- L'esistere nella beatitudine, il che porta alla pace spontanea che non si perde indipendentemente dal tipo di attività svolta.

- L'assenza del sognare; nel c.d. stato di veglia la mente consapevolizzata e quieta non produce processi che durante il dormire provocherebbero la creazione dei sogni.

- Dal tranquillo osservare l'ambiente, ovvero il mondo che si crea spontaneamente come prodotto della nostra mente, ma senza alcuna reazione interiore, il che è basato sulla conoscenza in ogni attimo della Realtà e dell'illusione.

**L'Essere spontaneo è il nostro stato naturale incomprensibile alla mente, esso – È.**

*"La tua vera natura è indescrivibile. Essa non può essere conosciuta dalla mente, essa esiste. Essa è l'origine di tutto."*<sup>26</sup>

25) "A Visual Journey", Nisargadatta Maharaj, Inner Directions Publishibg., 2003, pag. 31.

26) "A Visual Journey", Nisargadatta Maharaj, Inner Directions Publishibg., 2003, pag. 17

## CONCLUSIONE



## CONCLUSIONE

*Definiamo Dio* (la Realtà, l'Assoluto) *ed il Suo esprimersi - Essere.*

**Solamente Dio ha la capacità di manifestarsi e perciò tutte le manifestazioni traggono origine da Lui.**

**Dio (è ciò che) - è; le Sue manifestazioni si svolgono spontaneamente e non esiste ragione** (comprensibile con la mente) **per ciò.**

**La Coscienza Divina ovvero la Coscienza Infinita e la Coscienza individuale come manifestazioni, sono processi che si svolgono anch'essi in modo spontaneo, senza alcuna ragione.**

**La Coscienza Infinita si reincarna costantemente come processo globale e si reincarna come “processo individuale nel processo”, cioè come Coscienza individuale. Essa inizia e termina soltanto come un lampo nella Coscienza Infinita, mentre sul “piano inferiore” -“dura” ovvero - appare sotto forma di incarnazione (di una singola vita) in un dato tempo e spazio.**

**Il processo di individuazione della Coscienza termina con la Coscienza Maturata, di cui la caratteristica principale è la consapevolezza della differenza tra la Realtà e l'irRealtà (l'illusione) e di se stessa come Realtà (Dio, l'Assoluto).** Consapevolizzando la vita come illusione, si consapevolizza il senso della vita come unico strumento possibile con l'aiuto del quale si svolge l'individuazione della Coscienza.

L'umanità, come processo riconoscibile, inizia nell'Infinito e finisce con l'autoconsapevolizzazione, vale a dire con la consapevolizzazione di se stessa come processo finito, con il graduale aumento del numero di coloro cui la Coscienza Matura del tutto. Al termine dell'esistenza della razza umana, in un “lontano” futuro, tutti quelli che nasceranno (allora), termineranno il processo di individuazione della Coscienza come Coscienze Maturate. **Il “processo umanità” che è iniziato in Dio, come fonte, termina in Lui, con la conoscenza di Dio come unica Realtà.** Considerando che Dio è l'unica Realtà, il processo “umanità” che si svolge nel tempo e nello spazio è soltanto un'illusione che accade nella mente.

La mente, basata sul principio della dualità, crea l'abbaglio della divisione cosicché l'individuo pensa che a lui sta accadendo qualcosa di particolare, perdendo di vista l'insieme. **Attraverso il processo meditativo - precativo, la mente si coordina con la Coscienza e così (la mente) si utilizza in modo consapevole, rendendo possibile la conoscenza che ciò che cambia è il nostro esprimersi, mentre la nostra essenza è infinita, informe, immutabile...**

## INDICE DEI CONCETTI

### **Amigdale**

- due ghiandole interconnesse a forma e grandezza di mandorla (*greco amygdalon – mandorla*). Si trovano da ambedue i lati del cervello, alla sua base, pressappoco all'altezza delle tempie; hanno un'importanza eccezionale nei processi emotivi.

### **Amore**

- manifestazione derivata dallo stato di beatitudine infinita del Creatore. L'Amore è una specifica forma di Coscienza. Per l'uomo, l'Amore è la Vibrazione universale che porta allo stato di beatitudine.

### **Anima**

- formazione vibratorio-energetica che si costituisce al momento della formazione dell'embrione. Rappresenta una manifestazione della Coscienza. La funzione principale dell'Anima è la ricezione e la trasformazione delle Vibrazioni ricevute tramite i sensi (compreso pure l'aspetto sensoriale del cervello). L'Anima è una necessità, perché con il suo aiuto la Coscienza individuale si auto-riconosce.

### **Aura**

- manifestazione energetico- vibratoria della Coscienza. L'aura inizia a costituirsi il 28° giorno dal concepimento. La crescita, lo sviluppo e la maturazione dell'aura sono una conseguenza diretta dello sviluppo complessivo dell'uomo come essere.

- *L'Aura in senso stretto* - sottintende il Cerchio, il Centro (nel quale ci sono i Centri per le Energie Vitali Grigia e Bianca, l'Energia Vitale Grigia e quella Bianca), la colonna Energetica e il corpo Energetico;  
- *L'Aura in senso ampio* - sottintende

l'insieme delle Vibrazioni del singolo che si estendono nella Coscienza Infinita, non si può definire in termini di spazio e tempo.

### **Bioenergia (Energia Vitale)**

- condizione per l'esistenza degli esseri umani e uno degli elementi fondamentali della loro struttura energetica; nella nostra terminologia "Energia Vitale". Si costituisce nell'aura e nel corpo fisico. La sua costituzione è provocata dalla Coscienza dell'individuo.

### **Blocchi energetici negativi**

- si formano come reazione momentanea dell'uomo ad una situazione spiacevole, ossia psicologicamente "pericolosa" per lui. La Coscienza definisce la situazione come pericolosa, e il subconscio reagisce formando il blocco energetico, con la meta di "difendere" l'individuo dalla circostanza ovvero da altri.

### **Bozzolo**

- struttura energetica che inizia a costituirsi quando l'aura raggiunge all'incirca i sette colori nel Cerchio. È grigio, largo da alcuni centimetri sino a 25 cm ed è una conseguenza dello sviluppo della Coscienza e dell'aura. Il bozzolo rappresenta il "modello" con l'aiuto del quale l'aura si condensa e assume gradualmente le sembianze di ellissoide verticale.

### **Campi energetici negativi**

- strutture energetiche che si formano come conseguenza:

- della trasmissione dei così detti "debiti karmici" nel momento del concepimento, quando le strutture energetiche negative si tramandano ("connettono") tramite i ge-

nitori ai discendenti (tali strutture possono essere “vecchie” di parecchie generazioni)

- di stress molto forti e lunghi (allora le cicatrici emotive si raggruppano in strutture collettive)
- di SMEN singoli o di gruppi di SMEN
- di maledizioni conseguite o ereditate
- della connessione a fonti di radiazioni astratte
- della connessione a Campi Energetici Negativi di altri individui ecc.

### **Canale Centrale dei chakra**

- struttura energetica che collega i sette chakra principali in un sistema unico.

### **Canale del terzo occhio**

- Il canale del terzo occhio è una struttura energetica che si costituisce dietro il terzo occhio, nel suo prolungamento all'interno della testa, partendo dalla fronte per arrivare sino alla nuca.

### **Canali energetici delle mani**

- particolari canali che partono dalla nuca e scendono, tramite il collo (dove si biforcano a destra e a sinistra verso le spalle) e le braccia, sino ai palmi.

### **Canali nadi**

- (*sanscrito - corrente, scorrere*). L'uomo ne ha circa 72.000. Partono dal Canale Centrale dei chakra verso la periferia del corpo. Facilitano la deconstituzione dell'Energia Lavorativa.

### **Centro Bindu**

- zona del cervello, dove la Coscienza costituisce quelle Vibrazioni che tramite il sistema nervoso parasimpatico e quello simpatico si trasmettono ad ogni cellula, legandosi al DNA.

### **Centro dei Corpi Illuminati**

- forma di Coscienza creata dagli uomini dalla Coscienza Maturata tramite i loro Corpi Illuminati. Il Centro va osservato sempre in correlazione diretta con le Coscienze Maturate, perché i Corpi Illuminati maturati che formano il Centro, sono manifestazioni di tali Coscienze. Dunque, anche se non si trovano in esso, proprio come ai c.d. Luoghi di Potere ovvero alla Coscienze Maturate che si esprimono nei Luoghi di Potere, “appartengono” i Corpi Illuminati Maturi del Centro.

### **Centri (Luoghi) di Potere**

- si formano in seguito all'azione delle preghiere (indirizzamento delle emozioni e dei pensieri a Dio), con le quali si costituiscono gradualmente delle strutture energetiche estremamente positive. Dopo la morte fisica, le Vibrazioni di quei rari individui la cui Coscienza è Maturata sono attratte nei Luoghi di Potere dalle strutture energetiche di questi posti, potenziando così ulteriormente la forza e l'importanza di questi luoghi.

### **Centri per l'Energia Vitale Bianca e Grigia**

- si trovano nell'aura e rappresentano la zona di costituzione primaria di queste due Energie.

### **“Cerchio” dell'aura**

- rappresenta il centro di comando funzionale dell'aura.

### **“Cervelletti”**

- specifiche strutture mentali - energetiche che contengono il codice energetico di diverse conoscenze. La loro fonte è la Coscienza. Con il proprio movimento costituiscono il Cerchio dell'aura.

### **Cervello**

- organo del senso della mente; strumento in funzione della Coscienza. Il suo compito principale è di raccogliere le informazioni in forma di Vibrazioni e di trasformarle, con l'aiuto dei petali dell'intelligenza, in dati praticamente utilizzabili.

### **Chakra**

- (*sanscrito - vortice, ruota*) centri energetici - sensitivi con l'aiuto dei quali si costituisce e deconstituisce l'Energia nell'uomo. Secondo la maggioranza degli insegnamenti ci sono sette chakra di base (di sistema).

### **Chakra della pelle**

- parte del sistema dei chakra dell'uomo. Ce ne sono circa 240.000. La loro funzione primaria è facilitare il processo di costituzione e deconstituzione dell'Energia Vitale nella pelle.

### **Cicatrici emotive (piaghe emotive)**

- si formano come conseguenza della reazione emotiva ad una situazione stressante. Possono trovarsi ovunque nel “campo” della Coscienza e delle sue manifestazioni, ma il più delle volte si trovano nel Cerchio dell'aura.

### **Codice Genetico**

- matrice (modello primario di base) che definisce la provocazione e la coordinazione delle Vibrazioni della Coscienza dell'individuo.

### **Colonna Energetica dell'aura**

- si trova al centro dell'aura e si forma con l'agire dei Centri per l'Energia Vitale Bianca e Grigia. La sua funzione è di rendere possibile la costituzione della Colonna Vitale nel corpo fisico.

### **Colonna Vitale nel corpo fisico**

- colonna all'interno del corpo fisico, la quale costituisce la colonna energetica dell'aura. Nella Colonna Vitale il rapporto dell'Energia Grigia rispetto all'Energia Bianca è di 90,1: 9,9.

### **Coscienza**

- matrice (modello generale) che definisce la provocazione e la coordinazione delle Vibrazioni della Coscienza del singolo; la Coscienza è lo stesso che il codice Genetico oppure il codice Genetico della Coscienza individuale.

### **Coscienza collettiva dell'umanità**

- è formata (ma non esclusivamente) dalle Coscienze individuali Maturate, le quali si manifestano contemporaneamente come Coscienze Maturate e come Corpi Illuminati Maturi. (Non si tratta di due fenomeni distinti bensì di uno con due aspetti.)

### **Coscienza (ed Energia) Cristica**

- particolare forma di Coscienza, fonte del quale è l'Infinita Beatitudine del Creatore. Esprime basilamente il principio universale dell'Amore.

### **Coscienza Divina**

- una delle manifestazioni della Realtà; è costituita dalle Forme Superiori di Coscienza (Conoscenza, Amore e Potenza).

### **Coscienza Individuale**

- Processo Divino nell'uomo. Si costituisce contemporaneamente al concepimento dell'embrione, come particolare processo ed entità attraverso la quale si (auto)riconoscono reciprocamente sia la Coscienza generale (universale) sia la Coscienza singola (individuale); modo (modello o matrice) base di reciproca

coordinazione delle Vibrazioni del singolo e di coordinazione di queste con la Coscienza Infinita.

### **Coscienza (individuale) Maturata**

- Coscienza che ha concluso il processo di individuazione (autorealizzazione, autoconsapevolizzazione, autoriconoscersi...), raggiungendo l'individualità infinita nella quale discerne Dio come unica realtà da tutto il resto come illusione. La Coscienza dell'uomo può Maturare del tutto durante la vita, oppure, molto più raramente, nei processi dopo la morte. Osservando in modo stretto la Coscienza Maturata dell'uomo vivo Maturerà completamente soltanto dopo la sua morte, ovvero dopo la separazione dalla mente e dal corpo. A differenza delle Coscienze non Maturate, la Coscienza Maturata vive lo stato del Vuoto Infinito.

### **Corona (Energia lavorativa)**

- come conseguenza del proprio lavoro (consumo di Energia Vitale), ogni cellula, organo, ovvero il corpo fisico come insieme, produce Energia Lavorativa che è liberata come "emanazione". Molti hanno visto questo fenomeno attorno al corpo fisico pensando che fosse l'aura.

### **Corpo energetico**

- si crea nel momento del primo ispirare, dopo la nascita del bambino ("lampo cerebrale"). È di colore bianco-grigio e ha le sembianze di un corpo umano senza accentuate caratteristiche personali. Si trova sempre da 5 a 15 cm dietro il corpo fisico. Il corpo energetico aiuta a regolare il funzionamento dei singoli organi e del corpo come insieme, trattenendo l'Energia Vitale.

### **Corpo eterico**

- emanazione prodotta dalle vibrazioni all'interno delle cellule DNA.

### **Corpo Illuminato**

- manifestazione vibratorio - energetica della Coscienza individuale. Esprime la manifestazione del Processo del principio universale dell'Amore, il quale inizia la costituzione del Corpo Illuminato rendendo possibile il precedente coordinarsi delle Vibrazioni dell'embrione.

### **Corpo Illuminato Maturo**

- manifestazione della Coscienza individuale Maturata. Come struttura maturata è inseparabile dalla Coscienza Maturata, ed è Uno con essa.

### **Corpo mentale**

- Vibrazioni dell'Energia che si costituisce come conseguenza dell'attività della mente.

### **Creatore**

- uno degli aspetti di osservazione delle manifestazioni di Dio (della Realtà).

### **Cuore energetico**

- struttura energetica che si costituisce ogni volta che si presenta uno scompenso nel corpo. Si forma all'altezza del quarto chakra, a 30-40 cm dal corpo, con lo scopo di spedire le "informazioni" inerenti allo scompenso verso il Cerchio dell'aura.

### **Dimensioni**

- diverse manifestazioni della Creazione Infinita, della Coscienza Infinita e dell'Esistere Infinito. Le dimensioni contengono diversi rapporti Coscienza - Vibrazioni - Energie - materia.

### **Ego (aspetto energetico)**

- le frequenze di quei pensieri e di quelle emozioni, che si riferiscono alla valutazione dell'uomo su come e quanto egli sente di aver realizzato le proprie mete, le proprie intenzioni ed i propri punti di vista.

### **Emozioni**

- reazioni della Coscienza alle Vibrazioni ricevute e trasformate tramite l'Anima.

### **Energia**

- Vibrazioni condensate.

### **Energia Bindu**

- (*sanscrito* - seme) Vibrazioni condensate che si costituiscono in ogni cellula, ma con maggior facilità nella zona del cervello, e più precisamente dall'ipotalamo verso l'apice della nuca.

### **Energie Cosmiche**

- manifestazioni energetiche delle Strutture Energetiche Superiori.

### **Energia della Creazione**

- forma di espressione dell'Energia Divina. Rappresenta un modo di comunicazione (con il suo aiuto, l'individuo può comunicare con maggior facilità) con le Strutture Energetiche Superiori e le Forme Superiori di Coscienza.

### **Energia di Luce**

- conseguenza delle Vibrazioni della Coscienza individuale durante la compenetrazione intensa della struttura dell'Anima. Tale compenetrazione influisce direttamente sulle funzioni del corpo fisico, e si percepisce come emanazione di luce.

### **Energia Divina**

- manifestazione delle Forme Superiori

di Coscienza; composta dall'Energia del Campo Unitario, dall'Energia Cristica e dall'Energia dello Spirito Santo.

### **Energia informativa**

- *nel senso ampio* del termine, ogni Energia è anche un'Energia informativa cioè un'informazione. - *nel senso stretto* del termine, informative sono quelle Energie ovvero quelle Vibrazioni che sono create dalla Coscienza e poi trasformate dalla stessa in Sapere accessibile come sapere razionale.

### **Energia Vitale Bianca e Grigia**

- L'Energia Vitale dell'uomo è composta dall'Energia Bianca e da quella Grigia, le quali sono presenti nel corpo e nell'aura. Il rapporto dell'Energia Grigia nei confronti di quella Bianca, nell'aura e nella Colonna Energetica dell'aura è di 69,3: 30,7- mentre nella Colonna Vitale e nel corpo fisico è di 90,1: 9,9 a favore di quella Grigia. L'Energia Vitale Grigia è principalmente una conseguenza dell'amministrazione dei processi fisici da parte della Coscienza, mentre l'Energia Vitale Bianca è principalmente conseguenza dell'amministrazione dei processi mentali da parte della Coscienza.

### **Esclusione energetica**

- la diminuzione delle possibilità, oppure la completa impossibilità di comunicare con le Strutture Energetiche Superiori e le loro manifestazioni, come conseguenza di determinati procedimenti negativi oppure dello stato mentale.

### **Essere**

- Dio (Realtà, Assoluto) e le Sue manifestazioni.

### “Falso io”

- *nel senso stretto* del termine: stato di identificazione, prima di tutto con la mente (emozioni e pensieri) ed il corpo fisico, ma anche con il Corpo Illuminato, l'Anima e l'aura.

- *nel senso ampio* del termine - non riconoscere la Verità sull'essenza dell'uomo - che il nostro vero Essere è di natura Divina.

### Fatture

- programmi mentali - energetici scopo dei quali è di influire negativamente sulla struttura energetica di qualcuno.

### Flow

- (*inglese: flusso*) - stato senza ego, il quale nasce dal completo indirizzarsi sull'attività che si sta eseguendo in quel momento (dipingere, suonare, scrivere, ricerca scientifica, ecc.). Le principali caratteristiche del flow sono: lo stato di autodimenticanza, la gioia spontanea, l'entusiasmo...

### Forme Superiori di Coscienza

- manifestazioni primarie del Creatore: **la Conoscenza, l'Amore e la Potenza.**

### Funzione sensitiva delle mani

- capacità di registrare diversi fenomeni energetici con l'aiuto delle mani.

### Illuminazione

- processo d'individuazione della Coscienza, che si conclude con la maturazione della Coscienza. Ha due aspetti: il lasciarsi andare e il conoscere.

### Individualità infinita

- *l'Unitarietà* - non si può descrivere a parole. L'Unitarietà si può soltanto essere.

### Incarnazione

- sottintende il processo complessivo di concepimento di un “nuovo” essere umano. Processo nel quale si realizza l'influsso della Coscienza Collettiva sul Codice Genetico e sulla trasmissione delle caratteristiche genetiche, ma significa anche l'ulteriore percorso della vita, il quale è anch'esso sotto l'influsso menzionato.

### Individuazione (Individualizzazione)

- processo di maturazione della Coscienza (individuale). Questo significa il processo della graduale instaurazione dell'armonia all'interno della Coscienza e la sua coordinazione con la Coscienza Infinita, l'Infinito Processo di Creazione e l'Esistere Infinito.

### Intelligenza

- processo nel quale si esprime la capacità della Coscienza di usare le informazioni per amministrare la mente.

### Intelligenza emozionale

- capacità di realizzare la propria personalità; capacità di condividere i sentimenti, di creare buoni rapporti, di valutare realmente ecc. Nella scienza non esiste una definizione unificata di questo concetto.

### Intuito

- modo extrasensoriale di ricevere informazioni - cognizioni.

### Karma

- (*sanscrito - flusso di matrice*) modello (matrice) generale che determina particolari modelli di provocazione e di coordinazione delle Vibrazioni della Coscienza dell'individuo, i quali sono lo stesso che il codice genetico della

Coscienza, il codice genetico della Coscienza individuale oppure più semplicemente - la Coscienza.

### Kundalini

- (*sanscrito - avvolgimento, foro, concavità*) la Kundalini è la manifestazione energetica di quella parte della Coscienza che è geneticamente programmata per la riproduzione della specie. Si esprime come Energia sessuale.

### Il lasciarsi andare (l'abbandonarsi)

- uno degli aspetti dell'agire sulla via dell'illuminazione, basato sull'indirizzamento delle emozioni e dei pensieri verso il Creatore.

### “Maledizione”

- particolare forma di “fattura”, che presuppone la costituzione consapevole o inconsapevole di strutture energetiche negative e programmi energetici negativi, legati alla famiglia come insieme oppure ad alcuni membri.

### Meditazione

- processo di consapevole provocare e indirizzare di correnti vibratorie, energetiche e materiali nell'individuo.

### Meditazione combinata

- termine per la meditazione nella quale si usa sia la tecnica dell'abbassamento delle onde cerebrali sia quella dell'attenzione indirizzata.

### Meditazione profonda

- lo stesso significato della tecnica di meditazione ad onde cerebrali abbassate.

### Mente

- senso della Coscienza; strumento con l'aiuto del quale la Coscienza ammini-

stra le Energie. Si tratta di emozioni e di pensieri.

### Mente “consčia”

- quelle emozioni e quei pensieri che possiamo descrivere in modo relativamente facile, delle quali ci rendiamo conto.

### Mente “inconsčia”

- quelle emozioni e quei pensieri che non possiamo descrivere - dei quali non abbiamo “cognizione”, tranne che di quelli che sono proprio nella fase di trasformazione in contenuti della mente consapevole.

### Mente operativa

- emozioni e pensieri trasformati che rendono possibile l'entrata nel c.d. stato di *flow*.

### Mente pensante

- emozioni e pensieri con i quali creiamo i concetti, cataloghiamo e confrontiamo le impressioni, il vissuto e il conosciuto, poniamo domande, immaginiamo, giudichiamo, oppure viviamo ed esprimiamo tristezza, gioia, rabbia, sofferenza, preoccupazione, curiosità...

### Passività attiva

- agire attivo con le onde cerebrali abbassate durante il “soggiorno” o nello stato di attenzione indirizzata; essere rilassati e tranquilli con la Coscienza continuamente attiva.

### Pensiero

- reazione della Coscienza all'emozione.

### Personalità

- totalità di modi nei quali si coordina-



no le Vibrazioni nel processo d'individuazione della Coscienza.

### **Petali dell'intelligenza**

- struttura energetica nel cervello. Il compito dei petali dell'intelligenza è convertire le informazioni che si ricevono in forma di Vibrazioni in Sapere realmente riconosciuto- consapevolizzato, ovvero in informazione che si può esprimere con i pensieri. Il numero massimo di petali attivati nell'uomo è di 21, mentre la media è di 10,6.

### **“Possessione”**

- fenomeno quando un gruppo di Vibrazioni altrui, molto potenti e reciprocamente collegate, si costituisce e si mescola con le Vibrazioni della Coscienza del singolo, predominando le Vibrazioni di tale Coscienza.

### **Potenziale bioenergetico**

- capacità di ogni individuo di provocare, in se stesso o in altri, la costituzione amplificata dell'Energia Vitale Grigia. Il “potenziale bioenergetico attivato” o “realizzato” rappresenta la possibilità dell'indirizzamento consapevole, ovvero dell'attivazione dell'Energia Vitale Grigia. Il potenziale bioenergetico si può registrare, ma è molto difficile da misurare perché dopo un certo periodo di esercitazione o trattamento, avviene la costituzione di due o più tipi di Energia che non si possono misurare separatamente.

### **Potenza**

- manifestazione del Creatore; particolare forma di Coscienza che esprime il processo di Creazione.

### **Proiezione astrale**

- processo di costituzione del corpo,

della figura o della forma astrale, i quali si possono amministrare consapevolmente.

### **Punti di trasformazione**

- momenti nel corso della vita quando il superego e l'ego sono in equilibrio; allora avviene il “salto” nello sviluppo della Coscienza.

### **Purificazione energetica**

- eliminazione dei contenuti negativi nel corpo, nell'Anima e nell'aura.

### **Radiazioni astratte**

- derivano dall'uomo. Gli uomini, con i propri pensieri-emozioni positive e negative, provocano consapevolmente e inconsapevolmente delle Vibrazioni che si diffondono, legandosi all'ambiente, agli oggetti ecc.; le radiazioni astratte possono essere sia positive sia negative.

### **Radiazioni geopatologiche**

- radiazioni negative che sono emesse dal sottosuolo terrestre. Agiscono sul corpo fisico turbando le Vibrazioni ottimali dei singoli organi.

### **Realtà**

- parola che usiamo al posto della parola Dio, il che sottintende Dio = Realtà; ciò che è imperituro, inenarrabile, indefinibile...

### **Reincarnazione**

- processo nel quale la Coscienza Infinita si autoriconosce attraverso il processo d'individuazione della Coscienza. “I ricordi di vite precedenti” rappresentano il riconoscere una parte delle vite di defunti, ma anche dei vivi, attraverso la Coscienza Collettiva dell'umanità.

### **Rivelazione**

- uno degli aspetti dell'agire sulla via

dell'illuminazione, basato sul conseguimento della conoscenza.

### **Conoscenza**

- manifestazione del Creatore; particolare forma di Coscienza ed Essere Consapevole sia di Sé sia del Creatore.

### **Segno Divino**

- manifestazione del processo d'individuazione della Coscienza; struttura Vibratorio - energetica la cui funzione è sincronizzare lo sviluppo e la maturazione dell'aura, del Corpo Illuminato e dell'Anima.

### **SMEN collettiva**

- si forma quando più membri di un collettivo hanno Strutture Mentali Energetiche Negative della stessa frequenza (formate sulla base degli stessi contenuti mentali). L'agire di tali SMEN diventa dapprima sincronico e poi con il passare del tempo si forma la struttura della SMEN collettiva.

### **Stato di attenzione indirizzata**

- lo stato che si ottiene arrestando la corrente dei pensieri con l'aiuto della richiesta.

### **Strutture Energetiche Mature**

- una volta create (da parte degli uomini) esistono ed emettono Energia. Hanno il marchio individuale. In senso ampio, il concetto è riferito anche alla Coscienza individuale Maturata, la quale ha terminato il processo di individuazione, e prova Consapevolmente lo stato del Vuoto Infinito.

### **Strutture Energetiche Superiori**

- manifestazioni delle Forme Superiori di Coscienza. Per l'uomo le più importanti sono le tre energie permanenti: **l'Energia del campo Unitario**,

**l'Energia Cristica e l'Energia dello Spirito Santo.**

### **Strutture Mentali Energetiche Negative**

- rappresentano le strutture energetiche che l'uomo crea con i propri pensieri negativi e le proprie emozioni negative, quando l'emozione o il pensiero emesso attraggono altre emozioni e pensieri simili, dando origine ad insiemi energetici.

### **Strutture sferiche energetiche negative**

- strutture energetiche di frequenza negativa che assomigliano a delle nuvolette. Si trovano nell'aura. Rappresentano la reazione subConscia alla situazione che consideriamo indesiderata. Sono relativamente durature perché possono esistere anche per alcuni mesi, per poi degradarsi in modo graduale.

### **SubConscio**

- parte non riconosciuta della Coscienza dell'uomo, perché ha Vibrazioni differenti rispetto alla parte consapevolizzata. La differenza delle Vibrazioni con le quali si esprimono la Coscienza ed il subConscio condiziona la loro suddivisione. - *L'aspetto stretto* del termine: sottintende la parte non consapevolizzata della mente; le emozioni e i pensieri le cui Vibrazioni non sono convertite, tramite i petali dell'intelligenza, in c.d. Sapere consapevolizzato, e non si possono descrivere, oppure, detto semplicemente, non si è consapevoli di esse. Da ciò deriva che il subConscio è uguale alla mente subConscia. - *L'aspetto ampio* del termine: sottintende il Sapere ricevuto tramite le Vibrazioni che l'uomo non ha “consapevolizzato”. Si tratta di Vibrazioni che



non sono coordinate con la Coscienza. Queste conoscenze non si possono conoscere con la mente, cioè non si possono esprimere con i pensieri e le emozioni, ma si possono trasmettere ad altri tramite le Vibrazioni, senza la partecipazione dei petali dell'intelligenza.

### **Superego (aspetto energetico)**

- le frequenze dei pensieri e delle emozioni riguardanti il rapporto verso i più vicini, l'ambiente, la città, lo stato, il globo Terrestre ...oppure che si riferiscono alla filosofia, alla religione ecc., ovvero alle mete superiori.

### **Sviluppo spirale**

- totalità degli aspetti (energetico e spirituale) di sviluppo del processo d'individuazione della Coscienza.

### **Talismano**

- oggetto sul qual è stata eseguita mentalmente (in meditazione) la costituzione programmata delle Energie.

### **Tan tien**

- (*Tan Tian* / , oppure *Tan chien* ; una delle possibili traduzioni dal cinese sarebbe «conquistare la delizia del cielo») centro per l'accumulazione e l'irradiazione dell'energia.

### **“Terzo occhio”**

- energia creata dalla Coscienza con l'aiuto del cervello (come organo). Le sue funzioni principali sono: sincronizzare l'attività dei chakra; è “l'occhio dell'intuizione” e l'organo della visione paranormale ecc. Il terzo occhio non è il sesto chakra, bensì si costituisce in esso.

### **Tracce energetiche**

- strutture energetiche sferiche che si formano con l'agire negativo invo-

lontario di altre persone. Sono conseguenza della vicinanza di individui che emettono pensieri ed emozioni negative, soffrono di dolori ecc. Disturbano il fluire dell'Energia nell'aura.

### **TUTTO**

- manifestazione totale del Creatore: Esistere Divino, Creazione Divina e Coscienza Divina.

### **Unitarietà**

- quando il “singolo TUTTO” si trova in TUTTO e quando il TUTTO si trova nel singolo TUTTO. L'Unitarietà è l'individualità infinita nell'Esistere Infinito, nella Creazione Infinita e nel Creare Infinito. L'Unitarietà non si può né vedere né descrivere, essa È.

### **Uomo**

- unione di Coscienza, vibrazioni, Energie e materia.

### **Vibrazioni negative della Coscienza**

- Vibrazioni che la Coscienza Individuale produce, sino a che si manifesta con il corpo fisico e che non sono conformi con il processo d'individuazione della Coscienza.

### **“Visione” paranormale**

- esclusione degli occhi e massima attivazione del centro della vista durante il processo di ricezione d'informazioni diverse da quelle ottiche; si forma con la conversione delle frequenze informazioni- sapere in immagini.

### **Vista mentale**

- capacità della Coscienza di attivare la mente (primariamente la mente pensante e quella operativa) per ricevere attraverso essa informazioni riguardo a

qualche organo nel corpo fisico, oppure riguardo a strutture energetiche, in forma di immagine - conoscenza.

**SOMMARIO:**

INTRODUZIONE.....	9
LA VISTA MENTALE.....	15
FORMAZIONE ED EVOLUZIONE DELL'UOMO.....	39
GLI ELEMENTI DEL KARMA.....	63
LA TESTIMONIANZA.....	103
ESSERE.....	113
I "LIVELLI" DELL'ESSERE.....	143
CONCLUSIONE.....	151
INDICE DEI CONCETTI.....	153

“Iskre Meher Babe”, IP “Esotheria”, Beograd, 1996, pag.9

*Tutto ciò che possiamo affermare è  
“Dio È, oppure “Uno È”.*



