

Una possibile via



Una Possibile Via alla Guarigione

*

‘Rituale’ di riprogrammazione partecipativa alla ‘guarigione’ di noi stessi e della realtà, attraverso una preghiera ‘viva’ e una visualizzazione dinamica di ‘risolleamento energetico’, che stimola il pensare, il sentire e il volere, principalmente secondo dettami antroposofici nonché per il tentativo di reimpossessarsi del nostro potere interiore, minato in primis dal terrorismo mediatico.

*

Studio ‘creativo’, iniziato in Febbraio/Marzo 2020 come idea/Re-azione per gli arresti domiciliari imposti del Governo Italiano, venduto alle direttive dell’ OMS, con la motivazione di contrastare l’influenza stagionale definita pandemica, causata dalla ‘Corona’ virale, ‘Covid 19’. Scritto questo, laddove inizialmente voleva raggruppare delle semplici ma efficaci preghiere da rivolgere alla nostra intima Divinità (cui altro mezzo non intravedevo né a tutt’oggi per il momento intravedo) per un’ aiuto, un’ appoggio concreto per un ‘risolleamento energetico’, che ho condiviso con le anime a me care e vicine. Preghiere raccolte come stimolo dopo varie letture, non necessariamente queste solo di natura antroposofica. Studio completato (lo spero) in tutte le sue parti costitutive, potrei quasi dire ‘fortunatamente’, nel ‘ritiro’ forzoso ospedaliero iniziato venerdì 12 Giugno con forti coliche all’alto addome e con l’inevitabile ricovero il lunedì 15 Giugno 2020, concluso poi dopo 17 giorni il venerdì 29 Giugno 2020 per una cura ad una pancreatite acuta (prima d’esser trasportato d’urgenza con l’ambulanza, ho infilato nella mia borsa due tre libri che sapevo mi sarebbero potuti tornar utili durante la varie sezioni di ‘tortura’ d’indagine da parte dei clinici).(8° revisione di stampa al 20.07.2020)

*

**“L’uomo oggi non si sente più cittadino di una ‘comunità di valori’, non ha più una patria dello Spirito cui appellarsi nei momenti felici o bui dell’esistenza”. G. Burrini - Roma 2006
‘prefazione alla ristampa del libro di Massimo Scaligero’: La Tradizione Solare.**

*

Raccomandazione Benevola di G.I.Gurdjieff (improvvisata dall’Autore al momento della consegna del libro all’editore). “ Le numerose deduzioni e conclusioni a cui sono sfociate le mie ricerche sperimentali sul profitto che gli uomini contemporanei possono ricavare dalle impressioni nuove, dovuto a quello che essi leggono o sentono, mi fanno venire in mente un’

antico detto popolare, pervenutaci dalla notte dei tempi, che afferma: ‘Tutte le preghiere possono essere ascoltate dalle forze superiori ed essere esaudite, a condizione che esse siano recitate tre volte: “la prima volta per il bene o il riposo dell’anima dei nostri parenti; “La seconda volta per il bene del nostro prossimo; “E la terza volta solamente per il nostro proprio bene”. ‘Da: I racconti di Belzebù al suo nipote’.

«Il pregare è nella religione ciò che è il pensiero nella filosofia. [...] Il senso religioso prega come l'organo del pensiero pensa.»(Novalis, Fragmente und Studien, 1799-1800)

“Se vuoi sopravvivere, disse Don Juan, devi essere trasparente come il cristallo e mortalmente sicuro di Te”. (Carlos Castaneda- A Scuola dallo stregone).

Prefazione

Divinità : Credo sia fondamentale per noi, prima di approcciare al presente stimolo, l’essersi chiariti una questione di fondamentale importanza per il nostro vivere e cioè quella nell’esserne sufficientemente convinti, fosse anche questa, una nostra convinzione basata in una cieca fede di un nostro semplice sentire, fosse essa pervenuta attraverso logici razionali speculative elucubrazioni o quant’altro potesse trovar in noi una spiegazione pseudorazionale, quella cioè nell’esserne coscienti della ‘Presenza’ di una Forza, una Coscienza Superiore, che a monte del reale, di tutta la manifestazione fisica e sottile, microcosmica e macrocosmica che noi chiamiamo realtà. Realtà in cui noi ne siamo permeati dentro e fuori, vi si trovi in Essa, in questa Forza dicevo, ne sia essa la Fautrice, la Creatrice di tutto quello che viviamo e che nulla di quello che sperimentiamo nella nostra vita possa esser lasciato al ‘caso’, alla casualità, ma bensì per l’appunto nella sua opposta visione, che una causalità quindi vi si celi dietro a ciò. Forza questa che ne impone di fatto implicitamente una nostra precisa scelta, in un Suo riconoscimento, una nostra presa di coscienza se vogliamo rivolgerci ad Essa e, questa scelta deve, dovrebbe esser in primis nell’accettazione d’Essa, nella presenza d’Essa; non solo, dobbiamo, dovremmo pensare che noi, possiamo, potremmo interagire con questa Forza e che questa Coscienza, risponde.

Informazione: Per trovar maggiore consapevolezza attraverso una possibile conoscenza, che si trasformerà poi in personale coscienza, offro un semplice consiglio spassionato per comprendere e approfondire il rituale che si va a compiere: consiglio la lettura della conferenza ‘La Natura della Preghiera’ di Rudolf Steiner, facilmente scaricabile gratuitamente dal web, consiglio inoltre di leggere anche, se possibile, un’interessante libretto di Gregg Braden: “La scienza perduta della preghiera. Il potere nascosto della Bellezza, della Benedizione, della Saggezza e del Dolore” della Macro Edizioni 2006 (da cui ho tratto parecchi spunti) nonché sempre dello stesso autore “L’Effetto Isaia. Decodificare la scienza perduta della preghiera e della profezia”, se poi lo si riuscisse ancora a reperire nel mercato, se non

fosse ormai fuori catalogo, consiglio il libro del medico americano Larry Dossey “ Il Potere Curativo della Preghiera. Fede, Spiritualità e Scienza Medica: una nuova alleanza? ”, che seppur nella sua concezione forse ormai superata, ne offre molti stimoli ed esempi circa la potenzialità intrinseche della preghiera. La lettura delle preghiere inoltre, non necessariamente deve estendersi alle altre fasi, che proseguono poi nella descrizione dopo di esse, il nostro impegno segua un proprio personale sentire, nessuno vuole obbligare nessuno, e questo nostro impegno deve, dovrebbe essere, solo un personale piacere, piacere per una possibile Via di trasformazione di una realtà che sentiamo squilibrata. Se oltremodo poi ne crediamo, se ne sentiamo la possibilità nella sua possibile efficacia, credendo nel potere che esercitiamo e soprattutto credendo nelle Forze cui si interagisce, sarebbe oltremodo ideale. Un’altro consiglio spassionato (che ne sarà spiegato più avanti in questo scritto nel dettaglio), essendo questa ‘operazione’ per noi, un ‘rituale sacro’, ideale sarebbe se potessimo diciamo ‘auto-suggestionarci’, ‘auto-emozionarsi’, secondo un proprio personale ‘stimolo di culto’ operante: noi siamo i ‘Sacerdoti’ che celebrano un rituale, che dialogano e si rivolgono alla Divinità, dovremmo quindi cercare di poterlo rendere cioè il più emotivamente coinvolgente per noi stessi (più avanti ne verrà data una – seppur sempre superficiale - spiegazione).

Questo evento, quello per cui noi ci ritiriamo nella nostra stanzetta ‘con noi stessi’, è, dovrebbe essere, un qualcosa di mistico, un’atto ‘magico’ per noi, qualcosa di trascendentale (che trascende cioè la razionalità e la logica). Anche con l’atto di accendere una candela, ad esempio che ‘presenzia’ la nostra funzione ‘religiosa’ potrebbe ‘richiamarci’ nell’attenzione di ciò che andiamo a compiere. Ricordo che il termine religione, deriva dal termine latino ‘relegere’ ossia ‘ripercorrere’ o anche ‘rileggere’ intendendo una riconsiderazione (dei nostri pensieri) con la Divinità, oppure anche: ‘che lega l’uomo a quanto egli ritiene sacro o divino’ o anche ancora: ‘ritornare a riunirsi’, a riunirsi con chi?: con la Divinità’. Si potrebbe trovare ad esempio, per una sua funzione ritualistica, l’accendere un buon sano incenso, lo stringere fra le mani un’ amuleto che ci piace, una foto ‘indossata’ e appoggiata vicino al cuore, l’indossare una sciarpa che ci piace tenuta appositamente ed esclusivamente per questo nostro ‘officiare’, un foulard, una collana, a voi la vostra scelta per la sacralizzare l’evento.

Prima di iniziare la recitazione delle preghiere, che sono principalmente di natura ‘Mistico-Antroposofica’ (intendendo che la mistica espressa dal veggente Rudolf Steiner o dal maestro Massimo Scaligero, siano tra le più elevate alte vette da me e per me attualmente riconosciute, nessuno vieta di stravolgere personalmente completamente queste letture e personalizzarle inserendo altre preghiere che per se abbiano un proprio particolare valore).

Ne ho inserite 21 secondo l’ordine matematico aureo di Leonardo Fibonacci, se fossero troppe per la propria costituzione mentale, o per il tempo che se ha a disposizione, se ne scelgano a piacere e si riducano a 13 oppure a 8 oppure a 5, anche a 3 oppure solo 2 o 1 anche solo alla propria preghiera personale (nessuno impone niente a nessuno).

P.S.: Se non ne viene sentita la voglia, se non ci si sente diciamo convinti, nell’approcciare alle

preghiere, molto meglio lasciar scorrer via l'evento, destinandolo alla prossima volta.

*

Stabilire quindi un' intimo contatto personale con la Forza, con l'Assoluto, col Padre Nostro, con la propria Divinità, con nostro Se superiore, con la Madre divina, con il grande Architetto, con l'Energia Cosmica, con il 'Campo Quantico' (The Field), con la Coscienza Superiore o come si voglia Essa personalmente definire, secondo la propria individuale libera interpretazione. Intimo 'contatto' verbale o pensato precedentemente sia esso voluto, che pur conoscendo già Ella (la Divinità) le nostre intenzioni, i nostri pensieri, il nostro intimo sentire ecc., non ci si deve, non ci si dovrebbe esimere comunque nel cercare un dialogo 'fraterno', addirittura 'con una pari dignità' d'espressione, intendendoci comunque tutt'e due 'utili' (noi e il Dio al quale ci rivolgiamo) nell'economia della creazione: non avremmo altresì noi, senso d'esistere, non avremmo altresì coscienza di noi stessi, se non partecipassimo alla creazione, e neppure si avrebbe voluto che noi vi partecipassimo in coscienza: tutto ciò, se così fosse, si ridurrebbe ad una sterile casualità (che a mio avviso proprio così non è): partecipando alla creazione, noi, con la nostra presenza, col nostro vivere, ne abbiamo un ruolo appunto conpartecipativo con la Divinità e con le Forze in campo, che ci vuole attivi nel 'gioco cosmico'. Un dialogo che ispiri quindi fiducia e certezza nell'intima confidenziale reciprocità comunicativa, nell'accoglienza per l'ascolto del nostro pensiero espresso, in un clima di comunione, di familiarità cui conpartecipativamente se ne condivide la visione del reale, per una realtà, per un quotidiano vivere, che si pensa possa essere migliorato (secondo la propria personale interpretazione degli eventi che viviamo, siano essi negativi, siano anche questi positivamente migliorabili). Seppur riconoscendo inoltre di non possedere una visione globale, ne tantomeno una visione spirituale d'insieme, ne oltremodo quella che per ragioni 'karmiche' o di destino a dir si voglia, trova manifestazione in noi, non dovremmo astenerci comunque dall'esprimere ciò che sentiamo essere giusto e proporlo o dividerlo.

La nostra preghiera dunque, nonostante le premesse, si potrebbe realizzare comunque e offrir soddisfazione, al di là dei ragionevoli dubbi odelle cause a noi sconosciute, cause che potrebbero trovarsi a monte, per una realtà che a noi non piace o anche che ci possa essa piacere, ma cui ne vorremmo apportare delle modifiche (noi non conosciamo i progetti della Divinità e potremmo sempre e comunque venir ascoltati oltre il nostro e/o l'altrui karma) e che, nessuno può comunque impedirci di compierne l'umile richiesta d'intervento per una modifica del reale, fosse anche nell'atto apparentemente egoista nel chiedere di 'forzare' gli eventi, secondo un proprio personale sentire, rimettendoci alla fine comunque, secondo la Sua di volontà e non secondo il nostro volere (ma questo anche non sottolineandolo ad essa, la Divinità ne conosce comunque la nostra intenzione).

Sapendo di esprimersi attraverso il proprio vissuto interpretativo, comunque assumendo un ruolo non di supplica remissiva, ne tantomeno nel sentirsi totalmente impotenti se ci paragonassimo alla Forza, bensì in quella di un 'adepto', di un discepolo, un fratello, un figlio che cerca appoggio per l'evoluzione propria e dei suoi simili (la sua famiglia mondiale), cui

inevitabilmente lui stesso in primis ne fruirà essendone collegato al 'Tutto', nulla e nessuno inoltre potrà assumersi il diritto di un giudizio per quello che noi stessi condividiamo intimamente con la Forza (se non fosse il nostro stesso giudizio che abbiamo noi verso noi stessi, verso le nostre azioni, pensieri, opere e anche omissioni – siamo noi stessi i peggiori critici).

Presumendo che un buon Padre, un saggio potente Padre (pur sapendo che non v'è una sessualità nella Divinità), potrebbe attendersi un siffatto atteggiamento dal proprio figlio, di cui tra l'altro andar fiero in quanto intraprende con Lui finalmente un dialogo cosciente, inviare le preghiere 'offrendole', esprimendo il desiderio che siano esse per il bene comune di tutta l'Umanità, per quell'unica grande famiglia cui se ne condivide le sorti. Riporto inoltre, brevi frammenti indicativi sul concetto della Forza o della Divinità a cui noi ci rivolgiamo e anche all'atteggiamento, all'idea che sarebbe preferibile assumere verso Essa, attraverso richieste, preghiere, pensieri, per una comunione di reciprocità, per una 'convivenza' con la Divinità stessa, per come possa trovar senso la preghiera che esprimiamo, sia in forma di un linguaggio personale, al di là della recitazione catto-bigotta e pure dogmatica gestita e 'consigliata' dalla potenza straniera d'oltre Tevere, di testi più o meno 'ispirati', per ben 'controllati' e modificati, prima che siano essi offerti al mite gregge: noi.

Massa Critica: Qui introduco una mia adesione al pensiero della cosiddetta 'massa critica' (si cerchi ad esempio nel web il concetto di massa critica o 'il fenomeno della centesima scimmia'), e cioè quello che, secondo questo assunto, non si abbisognerebbe di una percentuale altissima di anime motivate per ottenere un cambiamento globale di pensiero o di un determinato paradigma assunto dalla comunità, laddove tutte le anime presenti nel pianeta, o di un determinato paese, aderiscano cioè in coscienza a siffatto cambiamento coscientemente desiderandolo, volendolo, attivandosi per esso ma anche altresì anche magari solo inconsciamente lo volessero senza neanche saperlo, bensì per l'appunto, nel concetto che all'occorrenza (di una possibile trasformazione) vi si trovi una esigua quantità di anime che con la loro determinante volontà, diventino una 'Forza' (il Film '300', ne è un valido esempio), che determini quel punto di 'criticità' che possa far compiere il salto di qualità da un vecchio logoro stantio paradigma, ad uno nuovo. Queste poche anime creerebbero una 'massa critica', con la loro 'applicazione' di pensieri, idee, preghiere ecc., con la loro volontà ed determinazione. Con la loro dedizione, potrebbero cioè far compiere quel salto 'quantico' a tutto il resto delle altre anime (anche alla loro stessa insaputa). Portando come esempio quello di un attivatore, un catalizzatore di una determinata sostanza che si attiva per lo scopo preposto, quest'ultimo, pur nella sua esigua quantità, interagendo con essa, miscelandosi, ne attiva una enorme ed inerme quantità di materia, così pure un numero esiguo di anime può, potrebbe determinare il cambiamento di 'rotta', da un possibile potenziale 'baratro' (povertà, guerra, carestia) a cui inconsciamente l'umanità potrebbe incontrare se continuasse per quella strada. La rotta potrebbe esser trasformata in un'ipotetico nuovo possibile 'paradiso' perduto, se solo quei pochi 'lavorassero' nel tentativo di

correggerne d'essa la traiettoria (molti sono stati gli esperimenti condotti in tal senso che ne hanno dimostrato le possibilità positive e attuative, uno per tutti quello definito ' L'Effetto Maharishi ').

Modalità di Preghiera:Espongo qui di seguito una 'modalità', un concetto del pregare che ci vedrebbe interpreti attivi e non passivi recitanti 'automatici', come ad esempio nei 'culti' indicati e fatti praticare sempre dalla 'casalinga' potenza straniera d'oltre Tevere (spiegazione questa per una modalità, potremmo anche dire sia andata essa 'perduta', se non anche,più probabilmente occultata nel suo insegnamento, nell'espletare un dialogo con la Divinità, come ad esempio: la preghiera).

Preghiera-Emozione-Sentire: Dopo un lungo e faticoso viaggio in Tibet, ecco rivolta la domanda del Ricercatore Gregg Braden ad un Monaco praticante il Buddismo Mahayano, un'interrogativo posto all'Abate di un Monastero Tibetano: - "Quando vi osserviamo mentre pregate, cosa vi vediamo fare? Mentre vi osserviamo intonare e salmodiare quattordici o sedici ore al giorno, o quando esteriormente vi vediamo usare le campane e coppe, gong e timpani, o produrre i vostri mudra (posizioni delle mani) o mantra, cosa vi sta accadendo interiormente? ". Risposta: - "Voi non avete mai visto le nostre preghiere, perché non si può vedere una preghiera. Quello che avete visto è ciò che facciamo per creare l'emozione nei nostri corpi fisici:" IL SENTIRE E' LA PREGHIERA! ".

Ecco ancora un altro esempio per indicare, attraverso il sentire delle nostre emozioni, quelle che si dovrebbero vivere, nella preghiera che facciamo (stavolta traslate al Cristianesimo):

" Nelle prime traduzioni del libro di Giovanni (ad esempio nel capitolo 16 versetto 24), veniamo invitati a dare potere alle nostre preghiere 'circondandoci' (evocando la sensazione) dei nostri desideri già realizzati, proprio come aveva indicato l'Abate Tibetano: nel Vangelo di Giovanni viene espresso:"Chiedete senza secondi fini e siate circondati dalla vostra risposta".

Siamo invitati cioè a trascendere il dubbio, che spesso accompagna la natura positiva del nostro desiderio. Noi nutriamo ancora molti dubbi in noi stessi, nell'esser ascoltati dalla Divinità.. Il sentire è la preghiera, ricordiamocelo! Nessun dubbio quindi! Così è! Così sia! E' quello che decidiamo di sentire, pur inizialmente anche forzando la nostra natura pessimistica, per chiedere, per ottenere quello che decidiamo, quello che esprimiamo rivolgendoci alla Divinità, sia esso attraverso la nostra volontà (limitata) che si esprime..Così è! Smettiamola di nutrire per tutta la vita il dubbio. Una volta tanto facciamo una scelta! Facciamo la scelta che la Divinità, quella Forza che tra l'altro ci ama, esiste la fuori e pure dentro di noi (come appunto dimostrato dal metodo scientifico dalla moderna fisica dei quanti). Il problema per noi è che non siamo ancora convinti che esista questa Forza, non ne siamo sicuri che questa Divinità a cui spesso (anche se non siamo completamente Atei), ci appelliamo ad Essa (soprattutto nella nostra sofferenza), noi ne vorremmo le prove, ed invece dovremmo prendere in mano questa nostra pseudo-credenza che va e viene e assolverla una volta per tutte! Assolverla nel decidere che Essa (la Divinità) esiste! La Divinità esiste come esiste l'ossigeno nell'aria che respiriamo (che non vediamo ma che comunque

respiriamo). Dobbiamo prendere posizione verso noi stessi e compiere forse l'unico atto diciamo di 'Fede', che poi neanche di quest'atto di fede si può parlare (come appunto è stato comunque scientificamente dimostrato dal premio Nobel per la fisica Max Planck), decidiamo quindi nello stabilire che c'è! La Divinità esiste! E' stato pure dimostrato.

Uno dei nostri problemi invero consta nel fare scelte e predisporci per esse.

Offro ancora stimolo attraverso una nostra modalità perduta di pregare (che sarebbe ideale adottare o cercare di protendere verso essa), porto un esempio dei nativi americani, quello del 'Pregare la Pioggia': - "Credevo che avresti pregato per la pioggia!...", "No" rispose. "Ho detto che avrei pregato la pioggia, se avessi pregato per la pioggia, non potrebbe accadere nulla". "La chiave di tutto, disse, è che quando chiediamo affinché qualcosa succeda, diamo potere a ciò che non abbiamo. Le preghiere per la guarigione danno potere alla malattia, le preghiere per la pioggia danno potere alla siccità. Poi concluse: - continuare a chiedere, a pregare in quel modo, si offre solo più potere alle cose che vorremmo cambiare". "Tornando a David, gli chiesi: - se non hai pregato per la pioggia, allora cos'hai fatto?". "E' semplice", mi rispose, "ho iniziato a sentire dentro di me l'effetto che fa la pioggia. L'ho sentita scorrere su di me, ho percepito a cosa proverei camminando a piedi nudi nel fango nel mezzo alla piazza del villaggio dopo una pioggia abbondante. Ho sentito l'odore che la pioggia sprigiona, quando cade sui muri di terra del villaggio e ho avuto la sensazione di camminare attraverso campi di mais dove le piante ti arrivano fino al petto, tanta è stata la pioggia" .. (il finale, che non anticipo-anche se lo potete immaginare-, lo scoprirete leggendo il libro di Grag Braden 'L'Effetto Isaia'). Quindi ecco: è ancora il sentire, esso è il nostro mezzo di partecipazione, attiva la creazione, la realtà, in questo caso la attiviamo con la preghiera associata al nostro sentire! Sono le emozioni per quello che visualizziamo, sono esse il mezzo per farci sentire (e ottenere) quello che desideriamo!.

Se si vuole quindi, si cerchi la propria necessaria compartecipazione di ciò che si va a compiere, emozionandoci, si crei cioè in se stessi l'emozione adatta al nostro scopo, noi sappiamo come creare l'ambiente adatto e sappiamo come possiamo emozionarci, chi meglio di noi stessi può farlo?.. Inoltre nessuno vieta di aggiungere o togliere, sostituire, una qualche preghiera e/o personalizzare questo scritto a proprio piacimento, sapendo che l'intenzione va bene e deve essere seguita però poi dall'azione (quella di compiere l'atto vero e proprio), sia essa, l'azione, che a mio modo di vedere, diventa necessaria per l'ottenimento di ciò che si chiede, con la speranza, con la convinzione, con la certezza che dev'essere ascoltata.

Adottiamo inoltre se possibile, una postura, una comoda posizione, per quell'oretta che dedichiamo al nostro sacro appuntamento, e cerchiamo di evitare lo sdraiarsi che facilita il dormire (parlo per esperienze vissute): si può essere facilmente preda del sonno della coscienza, sempre pronto a 'prenderci', squilibrandoci dalla nostra faticosa quotidiana ricerca dell'equilibrio in noi.

Ringraziare: "David mi spiegò che dopo le preghiere di pioggia i sentimenti di ringraziamento e di gratitudine, ricoprono lo stesso ruolo dell' 'amen' di matrice cristiana. Con l'atto del

ringraziare, noi rendiamo onore a tutte le possibilità, pur portando al mondo solo quelle che scegliamo". Qualunque cosa pensiate, anziché chiedere che si realizzi, percepite invece come vi sentireste, se il risultato fosse già avvenuto. Respirate profondamente e sentite la pienezza della vostra preghiera, già esaudita in ogni dettaglio, in ogni suo aspetto. Provate gratitudine per come la vostra vita sia cambiata, dopo l'adempimento della preghiera. Sentite il benessere e il rilascio di energia che viene emanato dall'atto del ringraziare, anziché quello di desiderare ardentemente, tipico delle richieste d'aiuto! La sottile differenza fra benessere e desiderio, è fatta dal potere di distinguere fra il chiedere e il ricevere. La ricerca ha dimostrato che è proprio questo tipo di gratitudine e di apprezzamento, a rilasciare nell'organismo i potenti ormoni che sostengono la vita e rafforzano il sistema immunitario. Sono proprio i cambiamenti chimici che avvengono dentro di noi, a trasmettersi al di là del corpo fisico, grazie agli effetti quantistici, mediante il canale rappresentato da quella misteriosa sostanza che collega tutta la creazione, l'attivazione della realtà programmata.

Verbo: Un consiglio: ricordando che essendo noi immersi nel nostro corpo come 'una trinità spirituale': come corpo fisico, come anima (trinità d'union questa tra corpo e Spirito) e appunto come Spirito (ancora questo purtroppo quasi interamente fuori di noi). Noi siamo comunque esseri trinitari. Noi compenetriamo il nostro veicolo fisico, un vivente cristallo liquido, emanante luce, luce che si esprime come suono, come vibrazione: ricordiamoci inoltre cosa esprime il Vangelo di Giovanni: "All'inizio era il Verbo, e il verbo era presso Dio, e il verbo era un Dio"..), se si potesse quindi, meglio sarebbe recitare, far risuonare la propria voce in noi stessi e attorno a noi stessi (non necessariamente a volumi alti), non recitando quindi mentalmente le preghiere, con quest'atto (verbalizzando le preghiere con la nostra voce) è più difficile tra l'altro esserne trasportati fuori dall'attenzione richiesta, tramite pensieri trasversali e inoltre il cervello, la mente, i nostri recettori, sentono, ascoltano, recepiscono il messaggio, comprendono 'l'ordine', aderiscono, agiscono con l'intenzione da noi desiderata e ne partecipano attivamente.

Realtà/Immaginazione: Ancora un'informazione, per chi avesse qualche dubbio all'incirca il concetto della visualizzazione associata al sentire e alla possibilità di creare una propria realtà attraverso essa: studi scientifici hanno dimostrato che il cervello non sa riconoscere, non sa distinguere una cosa reale da una cosa immaginata (alle prove con tomografie computerizzate e con elettrodi applicati al cervello, s'è visto che si attivano le stesse aree interessate sia che una persona guardi, osservi aspetti del vivere quotidiano, possa sentire, toccare un qualsiasi oggetto, sia che se lo immagini. La realtà espressa fuori di noi per il nostro cervello ha la stessa valenza, sia essa una cosa 'reale' sia la si immagini, per lui (il cervello) ne è la stessa identica cosa, non v'è nessuna differenza, lui, il cervello, non sa distinguere cosa è reale.. Il cervello non è in grado di distinguere tra reale e simbolico, tra realtà ed immaginazione!

Un altro esempio di immaginazione applicata alla realtà: son stati condotti degli studi su

atleti che hanno migliorato nettamente le proprie prestazioni facendo veri e propri allenamenti mentali, sessioni di 'divano', laddove rilassati immaginavano visualizzando canestri centrati ad ogni tiro per il giocatore di basket, per il tennista dei colpi impossibili calibrati al millesimo nell'esecuzione di recupero di palle impossibili, nei tempi di percorrenza ridotti per i 'runner', o in nuotatori ecc. ecc. Ergo, non v'è limiti alla propria fantasia nell'immaginare quello che si vuole; la mia raccomandazione rimane sempre la stessa: 'Ai limiti dell'espansione del proprio ego, non v'è barriera, non v'è confine: siamo quindi proprio sicuri di saperne dominare il pensiero che vi si trova alle spalle d'esso?', con questo voglio dire che ideale sarebbe quello di 'limitarsi' nelle proprie espansioni immaginative e 'limitarsi' alla guarigione di se stessi, per gli altri e per santa Madre Terra.

Fiducia: Non ci si dimentichi inoltre che questo 'rituale', queste invocazioni, queste preghiere, servono anche per poter risvegliare quella fiducia, forse adombrata in noi stessi, ma soprattutto ci servono per risvegliare quel potere, quelle potenzialità sopite, che in certi momenti (come questo, definito 'pandemico', pandemia soprattutto però solo per noi italiani, che seguiamo i protocolli ufficiali 'venduti' dalla 'Big Pharma' al nostro governo che per gli altri partner stranieri, appare appunto come una benedizione in quanto son pronti ad entrar nel nostro paese nell'acquisto dei nostri gioielli di casa svenduti a causa della dittatura sanitaria) è bene saper trovare o meglio, ritrovare.

Immunità: Inoltre, per stimolare questa 'autoterapia' benefica che è la preghiera, vorrei menzionare un particolare non da poco trascurabile, v'è da ricordare una potente funzione terapeutica che investirebbe colui che predispone attuandolo, l'atto del pregare, e cioè quella di alzare le difese del nostro sistema immunitario e sugli effetti positivi del DNA, aspetto questo ormai appurato, assodato e dimostrato scientificamente, basta solo una piccola ricerca nel web cliccando ad esempio 'effetti della preghiera sul sistema immunitario' e ci si accorgerà di questo potente strumento e sugli studi effettuati per dimostrarne un' effetto positivo di resistenza alla viralità, avete capito bene? Vitalità. " Ricerche hanno dimostrato che il DNA e le nostre cellule sono in diretta comunicazione con le nostre emozioni che proviamo, rispetto alle nostre esperienze di vita. Per ogni emozione, il corpo fisico crea una risposta chimica corrispondente attraverso il rilascio di ormoni che affermano la vita come il 'Dhea' (deidroepiandrosterone) o, che la negano come il cortisolo, sperimentiamo letteralmente quella che potremo definire come una chimica dell'amore o dell'odio."

Auguro quindi con tutto il mio cuore a colui che entrerà in possesso di questo scritto, pensato in primis per me stesso, e volutamente condiviso, che possa stimolarvi verso una più elevata visione del reale e per un buon lavoro evolutivo su di se. F.B.

Fase 1: Introduzione, Spiegazioni, Informazioni

Espongo una possibile 'dimostrazione Scientifica' della Divinità o quantomeno di una sua tangibile concreta 'manifestazione' (una fra le tante possibili): Durante una sua conferenza nel 1944, il fisico MaxPlank, padre della teoria quantistica, rivolse un'affermazione inattesa, e forse persino scioccante, agli scienziati di allora. Con parole dal sapore mistico e, per taluni, quasi spirituale, Plank disse: - "Avendo dedicato tutta la mia vita alla scienza più lucida, lo studio della materia, posso affermare questo sui risultati della mia ricerca sull'atomo: la materia in quanto tale non esiste! Tutta la materia ha origine ed esiste solo in virtù di una Forza che fa vibrare le particelle atomiche e tiene insieme quel minuscolo sistema solare che è l'atomo (...). Dobbiamo presumere che dietro questa Forza esiste una mente cosciente e intelligente. Questa mente è la matrice di tutta la materia". (Firenze, Italia 1944: 'Das Wesender materie'. MaxPlank, premio Nobel per la Fisica, durante il famoso discorso, ha scioccato il mondo con questo riferimento al potere delle Forze invisibili della natura. Plank aveva chiaramente anticipato i suoi tempi, poiché le sue intuizioni risalgono a quasi 80 anni prima che la fisica quantistica dimostrasse, in condizione di laboratorio, l'esistenza di un 'Campo Unitario': (Davidson John, 'The Secret of the creative Vacuum', C.W.Daniel Company, Londra,1989), a tal proposito di legga il libro della giornalista Lynne Mc Taggart : " The Field. Il Campo del Punto Zero. Alla scoperta della Forza segreta dell'universo ".

" Più di 19 secoli prima che gli scienziati scoprissero il campo di energia che collega fra loro tutte le cose, gli studiosi antichi e i guaritori indigeni descrivevano già la 'rete di creazione' nel linguaggio del loro tempo. Dai nativi americani ai sutra buddisti, raccontano della 'rete' che ci congiunge all'universo. Se dunque gli antichi conoscevano già allora l'esistenza del 'Campo', è possibile che sapessero anche come utilizzarlo? ".E ancora: " Connettere il potenziale del cervello e del cuore stabilendo coerenza fra i due non è niente di meno che un portale verso l'informazione di altri regni e un canale diretto rivolto al Campo (quantico) molto reale definito Matrix (matrice)" .. da MaxPlankconf. Del 1917 a Firenze e del 1944 a Milano.

Campo Quantico: Sapendo che il Campo Quantico (The Field), anche definito 'la Mente di Dio', si comporta più o meno come uno specchio delle nostre credenze, assecondandole, che rappresenta il riflesso d'esse (un buon esempio lo potemmo trovare nel film fantascientifico 'Sfera'), dobbiamo, dovremmo trovare un modo per estinguere il dolore e la rabbia prima di cominciare a pregare. Abbisogna trovare una soluzione per presentarsi sufficientemente 'purificati' al cospetto d'Essa, abbisogna trovare una soluzione in quella saggezza in cui vengono sospesi i giudizi, le paure e il dolore causato dalle ferite del passato che potrebbero ristagnare in noi.

Benedizione: Qui entra in gioco il concetto del benedire, la benedizione. Con l'atto del benedire tutti quegli eventi che ci hanno fatto soffrire, che non vuol dire condonare quei fatti per come sono stati vissuti, rimuovendoli forzatamente (quelli rimangono per quello che sono stati) bensì, come dire, nel 'sospenderli' dal nostro vivere. La benedizione ne è la chiave di

accesso a uno spazio intermedio che nel campo esiste, essa, sospende il dolore per il tempo necessario a sostituirlo con un'altra emozione. Attraverso l'atto del benedire se stessi, gli eventi che ci hanno fatto soffrire si assume quel potere di lasciar andare quelle ferite più profonde e quei sentimenti non risolti della nostra vita.

“Quando renderete singolo il due, e renderete il dentro come il fuori e il fuori come il dentro e ciò che sta in alto come ciò che sta in basso, e quando renderete il maschile e il femminile una stessa cosa.. allora voi entrerete nel regno ”, citazione dal Vangelo di Tommaso di Edmond Bordeaux Szekely tratto dal 'Il Vangelo Esseno della Pace' libro 2°.

Sebbene l'atto del benedire possa apparire in diretto contrasto, con le credenze di talune contraddizioni è esso anche strettamente in linea con taluni insegnamenti di grandi Maestri del passato, viene essa proposta in quanto verificata come una chiave per raggiungere una forma più profonda di guarigione per il maggior numero di persone nel più breve tempo possibile (Greg Braden): i testi occidentali che custodiscono gran parte delle conoscenze relative alla benedizione furono riveduti o in taluni casi completamente eliminati (secondo voi, chi ne fu l'artefice?).

Solo quando riusciamo a vedere al di là delle diversità che cadono sotto il nostro giudizio, cioè solo quando dissolviamo la polarità che ha mantenuto separate le cose del passato possiamo creare in noi quello stato dell'essere dove non 'sperimenteremo la morte'.. Una delle chiavi per raggiungere questo risultato (non sperimentare la morte) è liberarsi del giudizio.. Gesù descrive lo stato di coscienza neutrale (Vangelo di Tommaso) istruendo i discepoli su cosa devono fare per entrare nel luogo 'dell'Immortalità' che definisce ' il Regno '. Quando nella nostra esperienza di vita riusciremo ad andare oltre il concetto di giusto e sbagliato, di bene e male, ritroveremo il nostro massimo potere di elevarci al di sopra di ciò che ci ha feriti, anche se da un lato la mente sa, che ciò che ci ha addolorati permane, dall'altro lato è il sentimento che proviamo nell'animo a stabilire una comunicazione col 'Campo' della Mente di Dio.. e quindi a creare.

Visualizziamo velocemente i fatti e le persone che ci hanno ferito (Facciamoci una lista scritta precedentemente - noi conosciamo sicuramente chi sono) e benediciamole: rispondiamo alla domanda:- 'Accetto di andare oltre la reazione viscerale o la vecchia convinzione che 'qualcuno deve pagare' o che 'devo pareggiare i conti' per cancellare un torto subito? Siamo cioè pronti ad andare al di là del nostro modo di pensare che giustifica l'atto del ferire qualcuno perché quella persona a sua volta ci ha ferito? Se la risposta è affermativa allora possiamo procedere.. osserviamo, visualizziamo quindi le persone e i fatti davanti a noi e li benediciamo, li assolviamo e ci lasciamo andare. Con quest'atto, diventiamo 'neutri' e accediamo così al Campo. Riusciremo magari in questo intento per poco tempo, poi il cervello riprenderà il suo abituale 'controllo' della propria realtà, ma comunque in questo lasso di tempo che noi stessi ci concediamo, ci verrà permesso di sospendere il giudizio e di entrare così nel Campo, al cospetto della Forza.

“Se porterete alla luce quello che è dentro di voi, quello che porterete alla luce vi salverà. Se

non porterete alla luce quello che è dentro di voi, quello che non porterete alla luce vi distruggerà ” (Gesù dal Vangelo di Tommaso).

Abbiamo cioè due scelte nella nostra vita rispetto al modo di gestire le nostre ferite: possiamo mascherarle e insabbiarle permettendo loro di derubarci a poco a poco di ciò che amiamo e alla fine di distruggerci oppure possiamo accogliere la guarigione che ne deriva dal

riconoscerle. San Francesco afferma: “ E’ stato facile amare Dio in tutto ciò che era bellezza. Le lezioni di conoscenza più profonde, però mi hanno insegnato ad abbracciare Dio in tutte le cose”. Ciò quindi pone le esperienze sgradevoli sullo stesso piano di quelle meravigliose, la scelta è nostra. La strada da percorrere è quella della benedizione. Benediciamo dunque prima se stessi, chi prova la sofferenza, la causa della sofferenza, chi ne è stato testimone.

Si trovi dunque un luogo tranquillo dove nessuno possa udire ciò che si andrà dicendo. “ Io benedico (nome e cognome di chi sta soffrendo o che hanno sofferto) ”, “ Io benedico (nome/i delle persone che hanno inflitto la sofferenza. E’ importante essere più specifici possibile)”, “Io benedico me stesso/a in quanto testimone)”, anche qui consiglio di prepararsi una lista da recitare.

Prepararsi quindi precedentemente una possibile lista, un promemoria, e una frase adatta per le persone e agli eventi che ci hanno ferito e noi stessi alla fine come testimoni degli eventi, cercando di essere più precisi possibile nella descrizione. Dobbiamo preparare tutto il nostro essere, corpo, mente e spirito ad entrare in un dialogo sacro con la mente di Dio.

Riporto il testo originale in aramaico riguardo al potere della preghiera nella versione biblica non rimaneggiata:- “ Tutte le cose che chiederete apertamente, direttamente nel mio nome, vi saranno date. Fino ad oggi non avete fatto questo. Chiedete senza secondi fini e siate circondati dalla vostra risposta. Siate avvolti da ciò che desiderate, perché la vostra gioia sia piena”.

Con queste parole ci viene ricordato il principio secondo cui la preghiera sia un flusso di coscienza, abbisogna sentire col cuore che le nostre preghiere siano già state esaudite prima che queste si realizzino nella realtà della nostra vita (questo è il probabile Segreto da sempre occultato sin dalla notte dei tempi). Se abbiamo il sentimento di essere circondati da un’esistenza risanata e da rapporti guariti e ci sentiamo avvolti dalla pace del mondo, quel nostro sentire rappresenta sia il linguaggio, sia la preghiera capace di spalancare le porte a qualunque possibile potenziale (prendiamoci il tempo necessario per rilassarsi e attiviamoci per il nostro rituale). Si deve trovare parole speciali che hanno significato per noi, e solo per noi stessi, per farne una nostra personale preghiera sacra e segreta fra noi e la Divinità. Una preghiera che può essere di semplicità estrema anche solo con una frase che afferma ciò per cui si sta pregando sia già realizzato.

Il potere dello Spazio Intermedio: Se il Campo Quantico o la Mente di Dio è stato ormai sufficientemente dimostrato scientificamente attraverso una vasta ampia letteratura, al di là

dei luoghi sacri, dei monasteri disseminati in tutto il mondo che servono per compiere rituali di preghiera, che amplificano come 'casse di risonanza' per far arrivare quel possibile 'riverbero' di comunicazione, oltre le Piramidi di pietra, oltre le ruote o cerchi di medicina dei nativi americani, è possibile per noi anime semplici trovare uno spazio tutto nostro per arrivare direttamente (senza spostarci fisicamente) per 'colloquiare' con la Divinità?.

Ecco una bella notizia, questo spazio per noi, Esiste!

Esiste un potere che vive 'nello spazio di mezzo', in 'quell'attimo fuggente' durante il quale qualcosa finisce e ciò che lo segue non è ancora iniziato.. All'interno della creazione vi si trovano un'infinità di cicli che cominciano e finiscono, si espandono e si contraggono, nascono e muoiono, dalla nascita alla scomparsa delle Galassie, fino all'inspirazione e all'espiazione la creazione, di cui ne siamo immersi racconta la sua storia. A prescindere di una sua scala di grandezza, 'tra l'inizio e la fine' di un evento, esiste un momento temporale in cui nessuna delle due fasi si è ancora pienamente realizzata. Quello è l'attimo in cui traggono origine la magia e i miracoli. In quell'istante di mezzo, tutte le possibilità sono valide e nessuna è stata ancora scelta. In quel luogo, noi riceviamo il potere di guarire il nostro corpo fisico, di cambiare la nostra vita e di portare pace nel mondo.

Tutti gli eventi che scaturiscono da quell'attimo magico e potente, secondo ad esempio i nativi americani del Nord America, la Terra entra in quel regno mistico due volte al giorno.

Il primo è percettibile immediatamente dopo la scomparsa del Sole al di sotto della linea dell'orizzonte, appena prima che sopraggiunga l'oscurità della notte. Il secondo si manifesta appena prima che il Sole ricompaia sul confine del ciclo, dopo il passaggio della parte più oscura della notte. Entrambi i 'regni' sono 'zone di confine', quando non è ancora ne giorno ne completamente notte. E' durante quel lasso di tempo che, secondo la tradizione, si manifesta un'apertura nella quale possono verificarsi profonde guarigioni, immense verità e le preghiere riescono ad avere l'impatto più elevato. Quei momenti sono stati definiti come punti di accesso ai regni invisibili degli spiriti dei demoni e del potere della luce, come fosse una 'fenditura tra i mondi'. Anche nella scienza moderna, dalla prospettiva per come è costruita la materia e il nostro Mondo, viene riconosciuta la Forza di quello 'spazio'. Da un punto di vista scientifico, infatti, il mondo materiale che vediamo intorno a noi è tutt'altro che concreto (come già sopra citato in MaxPlank).

La realtà che viviamo è molto simile alla rappresentazione di un Film. Noi vediamo lo svolgersi delle azioni che apparentemente ci appaiono come una continuità ma in realtà la pellicola è composta da fotogrammi allineati fra loro, dei 'frame' che se fatti scorrere alla giusta velocità il nostro cervello attraverso l'occhio che ne invia l'immagine, assembla fra loro, offrendoci l'illusione del movimento. La realtà, la Vita, allo stesso modo si manifestano in base e brevi e minuscole esplosioni di luce, denominati 'Quanti'. I Quanti della Vita pulsano così velocemente che il nostro cervello, a meno che non sia abituato ad operare diversamente (come accade in diverse forme di meditazione/concentrazione) si limita a calibrare le pulsazioni in modo tale da creare in noi l'impressione di un'azione continuativa.

In questa spiegazione semplificata, troviamo anche la chiave della guarigione. Per definizione, affinché una emissione di luce finisca, permettendo l'inizio della successiva, deve esistere un momento intermedio. In questo spazio, per un breve istante, esiste un'equilibrio perfetto in cui non sta accadendo nulla (si cerchi anche nella Teoria dei Frattali, il diagramma del francese Benoit Mandelbrot e la sua rappresentazione grafica al computer). Gli eventi che hanno condotto all'emissione sono completi, mentre i nuovi eventi non sono ancora iniziati. In questo 'luogo' fatto di 'nulla', tutti gli scenari di Vita e Morte, sofferenza e guarigione, guerra e pace, esistono allo stato di possibilità e di potenzialità. Diventano fotogrammi di Vita. Diventano i nostri potenziali fotogrammi su cui immetterne nuovi programmi. Il nostro stato emotivo durante la preghiera determina il tipo di programma che creiamo. Ripeto le nostre emozioni che proviamo determinano la nostra possibile guarigione. Noi abbiamo la possibilità di comunicare con la Divinità due volte al giorno, in uno spazio di tempo limitato (al massimo vengono offerti una decina di minuti). Queste due opportunità quotidiane non dovremmo lasciarcele sfuggire così come se niente fosse, non dovremmo sprecarle lasciandole trascorrere così indifferentemente. Ideale sarebbe quello nell'esserci costruiti un bel 'programmino' con una bella lista scritta appositamente per incontrarci col nostro Sé superiore. Personalmente con la radiestesia riesco ad individuare quotidianamente gli orari (e i relativi spazi intermedi) ma penso che organizzandosi con un calendario dettagliato del sorgere e del tramontare del Sole, quei 5 minuti che precedono l'evento, possano essere sufficienti per una coerente concisa relazione con la Forza.

Riassumendo: questo scritto è pensato per essere diviso in due parti. La prima parte consiste nel ritirarsi in un luogo tranquillo, recitare le preghiere e se si volesse, proseguire sull'onda della propria mistica, attivandosi per una 'pulizia' energetica di sé, dei nostri cari e del pianeta che ci ospita; la seconda parte consiste nel prepararsi una propria personale preghiera di 'potere' da recitare in quei due 'spazi dimensionali' dell'Ologramma Cosmico di cui ne siamo immersi (all'alba e alla sera) determinando di volta in volta il momento opportuno (che varia di pochi minuti ogni giorno) per comunicare con la Divinità. Consiglio inoltre per questa seconda fase, una volta stabilito l'orario, di prepararsi come già detto sopra una lista delle persone, fatti, circostanze che ci hanno fatto soffrire e di predisporci nel perdonare, assolvere e benedire completamente questi aspetti della nostra vita che ancora potrebbero interferire con la nostra 'pulizia' interiore per predisporci liberi da 'zavorre' energetiche. Incontro questo che avrebbe possibilità di richiesta (come del resto comunque anche nell'altro) per 'scongiorare', rimuovere, cambiare, una realtà cui si potrebbe incontrare e che si vorrebbe per l'appunto modificare.

*

Rudolf Steiner: Se rafforzeremo la vita spirituale con la preghiera, non ci occorrerà che attenderne gli effetti. E questi non mancheranno. Ma solo chi avrà prima riconosciuto la forza stessa della preghiera come una realtà, ne cercherà gli effetti nel mondo esterno. Chi abbia

ricosciuto una tale realtà potrà fare il seguente esperimento. Dopo avere per dieci anni della sua vita disprezzato la forza della preghiera, potrà guardare a questo decennio trascorso senza preghiera; e potrà poi guardare ad un secondo periodo di dieci anni, anch'esso ormai trascorso, durante il quale egli ha riconosciuto la forza della preghiera; confronti poi i due decenni: scorderà che il corso della sua vita si è trasformato sotto l'influsso della forza che egli ha riversato nell'anima con la preghiera. Le forze si palesano nei loro effetti. È facile negare l'esistenza delle forze, se non se ne suscitano per nulla gli effetti. Qual diritto ha di negare la forza della preghiera chi non ha affatto cercato di renderla efficace in se stesso? Come potrebbe conoscere la forza della luce colui che non l'ha mai esplicita o non le si è mai avvicinato. Una forza che deve agire nell'anima e mediante l'anima, la si impara a conoscere soltanto facendone uso....Chi, per esempio, potrebbe misconoscere– se non prende la preghiera solo unilateralmente in senso egoistico, ma nel modo più ampio – che così intesa la preghiera costituisce una parte essenziale dell'arte? Certo, nell'arte può esserci anche un altro atteggiamento; un atteggiamento leggero, umoristico, che si solleva al di sopra della devozione. Ma nell'arte esiste anche qualcosa che si esplica in forma di preghiera: l'ode, o l'inno. Perfino nella pittura abbiamo qualcosa che potremmo chiamare una preghiera dipinta. E chi mai potrebbe negare che in un grandioso e magnifico duomo ci sentiamo avvolti quasi da una preghiera divenuta marmo, da una preghiera che sale verso il cielo? Basterà comprendere queste cose nel loro rapporto con la vita; allora si comprenderà pure che la preghiera, se la consideriamo nel suo lato essenziale, appartiene a quelle cose che, dalla limitatezza e dalla transitorietà della sua vita, conducono l'uomo all'eterno.

Rudolf Steiner da: "L'intima natura della preghiera" (O.O. 59).

Fase 2: La Protezione delle 7 croci di luce

Una protezione energetica preparatoria al rito, consiste in una forma di 'vestizione ritualistica', come il sacerdote indossa i 'sacri' paramenti, così noi 'indossiamo' la nostra sacra luce. Questa 'protezione energetica', predispone l'approcciare con serietà e determinazione alle Preghiere, e poi, volendo, alla visualizzazione di guarigione. Essa consiste nel visualizzare delle croci [croci intese non nel senso della forma del crocifisso ma semplici incroci di due linee perpendicolari fra loro, della stessa lunghezza - come la bandiera svizzera (+)], croci di luce con colore bianco-dorata. Questa protezione ha una durata circa di 12 ore che servirà così anche da protezione anche per la notte (intendendo si possa compiere il nostro rituale iniziando alle 21,00 o più tardi ma, nessuno comunque ci impone un'orario obbligatorio, tutto deve essere innanzitutto un piacere e ognuno si scelga il proprio orario di cui ne disponga della necessaria quiete e voglia per attuarlo). Va detto che di notte, con l'atto del dormire, quando comunque lasciamo 'indifesa' energeticamente la nostra corporeità fisica (perdendo la coscienza col sonno sul piano della fisicità - come anime ci trasferiamo, secondo l'Antroposofia (ma anche secondo la Teosofia e in tante altre scuole spirituali - esotericoreligiose), nei mondi cosiddetti spirituali - mondi questi che nelle loro varie sfumature si estendono anche alle tenebre - come ad esempio nei mondi dell'astrale), o possiamo anche dire di altre dimensioni, dimensioni comunque queste formate da 'frequenze vibratorie' della luce (come del resto lo è la nostra fisicità). Frequenze vibratorie oltre quella fisica, laddove queste croci di luce, hanno la facoltà di protezione (e possiamo pure, volendo, applicarle ai nostri cari), si consiglia comunque quindi di 'indossarle' per la notte (non comportano nessun effetto collaterale, anzi).. Va comunicato anche che in molte scuole esoteriche, yogiche, nelle sedi di culti misterici, in linguaggi massonici, ecc. ecc., vien spiegato che l'energia entra dalla parte sinistra del nostro corpo uscendo dalla parte destra: si inizia quindi visualizzando una croce di luce 'stampata' sulla pianta del piede sx, si passa al palmo della mano sx, al palmo della mano dx e alla pianta del piede dx. . Intendendo inoltre, che la nostra struttura energetica ci avvolge con una forma a mo' di uovo (definita uovo aurico) come ad es. questo simbolo (I) -, si visualizzano una croce anteriore, che parte da sopra la sommità del capo e finisce al di sotto dei nostri piedi (una linea 'verticale' , appunto obliqua e curva, come questa: (, e poi da sx a dx nelle giuste curvilinee proporzioni di un' uovo (una linea a noi orizzontale, sempre curvilinea, che passa all'altezza dell'ombelico) e la stessa cosa si pratica 'dietro' di noi, visualizzando la croce nella nostra parte posteriore (con la stessa modalità 'curvilinea') anteriore), un'ultima croce, per concludere, la si visualizza all'interno di noi stessi, che parte da sopra il nostro capo, ci 'trapassa' perpendicolarmente 'dentro' a livello della colonna vertebrale, fino a sotto le piante dei piedi, in linea retta, mentre l'altra linea trasversale, passa all'altezza del cuore (stavolta diventa sì, una croce cristiana, assumendo la forma interna di un 'crocifisso').

Fase 3: Preghiere

1) Padre Nostro

(Traduzione questa letterale dall'aramaico, traduzione scaricata del web, già bella di suo, se confrontata per quello che dice quella 'ufficiale' catto-bigotta-dogmatica e depistante (che ancora 'recitano' nelle chiese), vi si trova in essa inoltre un'ulteriore modifica, versione citata in una video-conferenza del ricercatore Greg Braden e cioè in "Awakening to Zero Point - Risvegliarsi al Punto Zero", dove il ricercatore dice che il Padre Nostro non si trova nei cieli, ma bensì ovunque, secondo una traduzione da lui trovata si esprime con: "Che sei ovunque". Questa sarebbe la traduzione originale e, probabilmente presumo essere quella ufficiale. Non vi si troverebbe quindi nessuna separazione fra Lui e noi (come già dimostrato sopra). La Divinità è ovunque e, non 'nei cieli', apparentemente comunque 'separata da noi' (se intesa nel suo significato), laddove noi, miseri, sfigati, siamo quaggiù separati dal Tutto (questo è il messaggio che ne è occultamente trasmesso).. Noi siamo altresì interconnessi con Lei, la Divinità, siamo un tutt'Uno con la Forza e prima ne decidiamo di crederci prima ritroveremo il nostro potere).

" Padre Nostro che sei Ovunque, Santo è il Tuo nome, Il Tuo regno viene.

La Tua volontà si compie nella Terra come nel Cielo. Tu ci doni a noi il pane di oggi e di

domani. Tu perdoni i nostri debiti nell'istante in cui li perdoniamo ai nostri debitori.

Tu non ci induci in tentazione ma, nella tentazione, Tu ci liberi dal male ". Amen/Così sia!

2) Padre Nostro - Rudolf Steiner

" Padre che fosti, che sei e sarai nella nostra più intima essenza. Il Tuo Nome venga da noi glorificato e santificato. Il Tuo Regno si estenda attraverso le nostre azioni e il nostro modo di vita. La Tua Volontà venga da noi attuata quale Tu l'hai posta nella nostra intima essenza.

L'alimento dello Spirito, il Pane di Vita, Tu porgi in sovrabbondanza per tutte le mutevoli situazioni dell'esistenza. Concedi che la nostra misericordia verso gli altri serva da pareggio dei peccati da noi compiuti a danno del nostro essere. Non lasciare che il Tentatore agisca su di noi oltre la misura delle nostre forze poiché in Te, o Padre santo, non esiste tentazione alcuna, essendo il tentatore solo illusione e inganno dal quale Tu ci liberi, grazie alla luce della conoscenza di Te, nel cuore. La Tua potenza e magnificenza agiscono su di noi, dall'alto, attraverso i tempi dei tempi". Amen/ Così sia!

3) Preghiera alla Luce – Rudolf Steiner

" Tu che di luce l'universo irraggi, illumina anche me, le bende togli dagli occhi miei, che io veggia il vero sole. Esso ancora mi è velato, pur sfavillando nell'anima mia: mare di luce e oro. Or fa che lo rimiri in veste di splendore di pura verità e fa che in questa luce io riconosca tutti i compiti miei. Poi, quando il viaggio si è concluso, fa che io raggiunga la sacra dimora e Tu

consolatore dammi la forza per giungere fin la veracemente e Tu Divino Amore nelle tue mete accogliami, e serba pure in me l'eterno raggio della mia fedeltà ". Amen/Così sia

4) Io porto in me la calma: Rudolf Steiner

" Io porto in me la calma, io porto in me le forze che mi fortificano, che mi pervadono col loro splendente calore. Che io possa sentire la potenza del mio volere! Quando la ricerca continua mi fa diventare forte, sentirò allora la calma riversarsi in tutto il mio essere e troverò in me la fonte della forza: la forza della calma interiore ". Amen/ Così sia!

5) Preghiera all'Arcangelo Michele di Rudolf Steiner

" Arcangelo MICHELE, alla tua protezione io mi abbandono, a te mi affido con tutta la forza del mio amore. Possa questo giorno essere improntato alla Tua Volontà - possa il mio agire tutto essere guidato dalla Tua intelligenza ordinatrice del destino - possa il mio destino essere in armonia con il destino del mondo. Prestami la Tua spada, affinché io possa sconfiggere il Drago, riempimi della Tua forza affinché io sgomini gli Spiriti che vogliono paralizzarmi. Agisci dentro di me perché splenda la luce del mio IO,così che io possa compiere gesta degne di Te, Michele! ". Amen/Così sia

6) Oratio ad Sanctum Michael di Leone XIII (in Latino)

" Sancte Michael Arcangele, defende nos in proelio contra nequitiam et insidia diaboli esto praesidium; imperetilli deus supplicesdeprecamur. Tuqueprincepsmilitiecelestis satana aliosquespiritusmalignos qui ad perditionemanimarumpervagantur in mundo divina virtude. In inferno detrude ". Amen/Così sia!

Traduzione: "San Michele Arcangelo, difendici nella lotta; sii nostro aiuto contro la cattiveria e le insidie del demonio. Gli comandi Iddio, supplichevoli ti preghiamo: tu, che sei il Principe della milizia celeste, con la forza divina rinchiudi nell'inferno Satana e gli altri spiriti maligni che girano il mondo per portare le anime alla dannazione". Amen/Così sia.

7) Preghiera di devozione di Rudolf Steiner

" Qualsiasi cosa venga, tutto ciò che mi potrà portare la prossima ora o il prossimo giorno: nonci sarà paura che mi consentirà di modificarlo, fintanto che mi è del tutto sconosciuto. Io lo attendo con la più completa calma interiore dell'anima, con la completa quiete dello specchio d'acqua del mio essere intimo. L'ansia e la paura paralizzano la nostra evoluzione: dando spazio alle onde della paura e dell'ansia noi ricacciamo indietro ciò che dal futuro vuole penetrare nella nostra anima. La dedizione a ciò che viene chiamata saggezza divina degli avvenimenti, la certezza che ciò che verrà deve essere e deve avere in una qualche direzione i suoi effetti positivi, il risvegliare questo atteggiamento interiore con parole, sensazioni, idee, costituisce l'atteggiamento interiore della preghiera devozionale. Ciò appartiene a quello che dobbiamo imparare in questo tempo: dobbiamo imparare a vivere con pura fiducia, senza alcuna sicurezza nell'esistenza, con la fiducia nell'aiuto sempre presente del mondo spirituale. In verità oggi non può essere altrimenti, se il coraggio non

deve inabissarsi. Discipliniamo adeguatamente la nostra volontà e cerchiamo il risveglio interiore ogni mattina e ogni sera". Amen/ Così sia

8) La Paura di Massimo Scaligero

" La paura deve essere vinta, eliminata radicalmente: essa è irrealtà, insidia arimanica. Deriva sempre dalla incapacità di offrire come sacrificio alla Shakti una prova, una rinuncia. Tutto offrire alla divina potenza e la paura è eliminata. Nulla si può temere se la Madre assiste e dirige l'azione. Liberarsi dunque da questa impurità arimanica: ritrovare di là da essa una maggiore forza, un' eroismo sorridente, una pace che nulla può turbare: elevarsi, staccarsi, lasciare il piano delle basse emotività. Sentire la purezza dell'alta serenità, dell'amore perfetto 'che scaccia ogni paura'. Sentirsi eroe sorridente: nulla temere: ogni paura è " irrealtà " che vuol farsi credere realtà: sottrarsi, staccarsi, detergersi, elevarsi, vincere. Gioire nella perfetta pace". Amen/Così sia

9) Preghiera per l'Era di Michele di Rudolf Steiner

(Vi si trova in questa preghiera, una modifica di traduzione di qualche termine del testo, considerato, da fonti per me autoritarie, errato e cioè da 'possiamo' a 'vogliamo').

" Vogliamo sradicare dall'anima la paura e il timore che il futuro può portare all'uomo. Vogliamo acquisire serenità in tutti i sentimenti e sensazioni rispetto al futuro. Vogliamo guardare in avanti in assoluta equanimità verso tutto ciò che può venire e possiamo pensare che tutto quello che verrà ci sarà dato da una direzione del mondo piena di sapienza. Questo è parte di ciò che possiamo imparare in questa epoca: a saper vivere in assoluta fiducia senza nessuna sicurezza nell'esistenza. Fiducia nell'aiuto sempre presente del mondo spirituale. In verità nulla avrà valore se ci manca il coraggio. Discipliniamo la nostra volontà e cerchiamo il risveglio interiore tutte le mattine e tutte le notti ". Amen/ Così sia!

10) Preghiera di Rudolf Steiner

(Nel web, ho trovato due iniziali versioni diverse fra loro dell'inizio di questa traduzione, e siccome mi 'suonano' bene tutt'e due ho pensato di lasciarle).

" Eterno Incomprensibile Incommensurabile Signore dell'Universo.. Spirito d'amore divino, che tutto abbracci e tutto compenetri, che dimori in tutti i cuori e hai il tuo Tempio e il tuo trono anche nel mio corpo, a Te affido me stesso affinché sparisca l'errore del mio egoismo e io mi risvegli alla vera vita: dammi la forza di essere sempre pronto per ricevere la luce divina della conoscenza, affinché da essa il mio intelletto si illumini: scambia il mio intelletto limitato, traviato dalle illusioni sensorie, che trattengono l'apparenza per realtà, con la Tua saggezza divina e fammi conoscere la Tua immortalità nella mia anima per imparare a discernere in me e in tutti gli esseri l'eterno dalla caducità, affinché la verità trionfi sulla menzogna: lascia che attraverso la Tua potenza acquisti la forza di dominare la mia natura e vincere le sue debolezze: dammi la volontà di far fiorire e sviluppare nel mio cuore i fiori di loto della conoscenza divina: Dio, che nella Tua essenza sei la pace stessa, fa che io possa

trovare la pace e che, liberandomi dalla mia inquietudine io possa entrare nella vera armonia: lasciami trovare la mia pace nella Tua, la mia forza nella Tua potenza, la mia felicità nella Tua gloria: come la scintilla nella fiamma diventa luce così lascia che l'esser mio in Te arda affinché il mio egoismo sparisca: la saggezza Tua sia la mia conoscenza, l'amore Tuo sia il mio amore, Tu stesso sii in me ed io tutto in Te riconoscendo me in Te e Te in me: In eterno".

Amen/Così sia!

11) Forgiando l'Armatura di Rudolf Steiner

Testo personalmente modificato da quello trovato nel web della traduzione 'ufficiale' dal tedesco (proprio perché il tedesco esprime dei concetti con termini di significato che in italiano non vi si trovano). Testo questo modificato sì, ma non stravolto nel suo senso, modificato diciamo per esigenze di un linguaggio più consono al messaggio da pronunciare nel suo significato di preghiera (per se stessi e per gli altri), che a mio avviso potrebbe essere maggiormente recepito da un'anima, soprattutto latino/italiana, un'anima mediterranea.

Vengono così levate le interferenze della negazione, per possibili interpretazioni errate, soprattutto inconsce (se si volesse, si cerchi l'originale per farne un personale confronto)..

Secondo i dettami della PNL, ad esempio il termine 'non voglio' (come quello appunto arrivati nella traduzione credo letterale dal tedesco), o comunque per una qualsiasi negazione, viene sostituito ad esempio con il termine 'mi rifiuto': l'inconscio, secondo la PNL (Programmazione Neuro Linguistica), non riconoscendo la parola 'non', la negazione, attua, recepisce e attiva comunque quel principio che si vorrebbe fosse invece negato, quel principio che se ne gradirebbe fosse per l'appunto opposto di quel che si vorrebbe ottenere, principio opposto che ne diverrebbe così invece confermato nella richiesta e quindi realizzato.

" Mi rifiuto di sottomettermi alla paura che mi toglie la gioia della libertà, che mi impedisce di rischiare ciò che sento, che mi fa diventare piccolo e meschino, che mi afferra, che mi impedisce di essere diretto e franco, che mi perseguita e occupa negativamente la mia immaginazione, che sempre dipinge cupe visioni. Mi rifiuto di alzare barriere per paura della paura. Io voglio vivere e mi rifiuto di rinchiudermi. Mi rifiuto di essere amichevole per paura di essere sincero. Voglio che i miei passi siano fermi perché sono sicuro e non per coprire la paura e, quando sto zitto, voglio farlo per amore e non per timore delle conseguenze delle mie parole. Mi rifiuto di credere a qualcosa solo per paura di non credere. Mi rifiuto di filosofare per paura che qualcosa possa colpirmi da vicino. Mi rifiuto di piegarmi solo per paura di essere poco amabile. Mi rifiuto di imporre qualcosa agli altri per paura che gli altri possano imporre qualcosa a me. Per paura di sbagliare mi rifiuto di diventare inattivo. Mi rifiuto di fuggire indietro verso il 'vecchio' per paura di non sentirmi sicuro nel 'nuovo'. Mi rifiuto di farmi importante perché ho paura di essere altrimenti ignorato. Per convinzione e amore, voglio fare ciò che faccio e smettere di fare ciò che smetto di fare. Dalla paura voglio

strappare il dominio e darlo all'amore e, voglio credere nel regno che esiste in me ”.

Amen/Così sia!

12) Madre Nostra (di Valentin Tolberg)

“ Madre Nostra, che sei nel cuore della Terra, risplenda il ricordo della Santità del Tuo nome, riscaldi il soffio del risveglio del Tuo regno, il cuore di tutti i viandanti senza dimora; rinasca l'eterna fede dal risorgere della Tua volontà fin nel profondo delle membra; accogli oggi il ricordo vivente di Te dai cuori degli uomini, che Ti implorano di perdonare per averTi dimenticata; e sono pronti a lottare contro la tentazione del mondo, che Ti ha condotto a vivere nel cuore della terra; affinché, attraverso l'azione del Figlio, l'immenso dolore del Padre sia placato, per mezzo della liberazione di tutti gli esseri, dalla tragedia del Tuo allontanamento. Perché Tua è la terra natia, Tua è l'infinita saggezza e la grazia, per tutti e tutto nel cerchio dei mondi”. Amen./Così sia!

13) Affermazione di Rudolf Steiner

“ Nei puri raggi della luce risplende la divinità del mondo.

Nel puro amore verso tutte le creature risplende il divino della mia anima.

Io riposo nell'essenza divina del mondo. Io troverò me stesso! ”. Amen/Così sia!

14) Rudolf Steiner: Mantram

(da recitare solitamente nelle notti delle tredici notti sante).

“ Nel principio vive il ricordo e il ricordo continua a vivere.. E il Divino è il ricordo.. e il ricordo è vita.. E questa vita è l'Io dell'uomo che scorre nell'uomo stesso.. Non lui solo.. il Cristo in lui.. Se si ricorda della vita divina, nel suo ricordo è il Cristo e, quale raggiante vita del ricordo risplenderà il Cristo, in ogni diretta presente tenebra”. Amen/Così sia!

15) Padre Nostro Cosmico

(Anche definito come 'Padre Nostro invertito' , dal libro 'Il Quinto Vangelo' di Rudolf Steiner. Libro tra l'altro bellissimo, che consiglio vivamente di leggere appena si può, per capire il senso di ciò che si va a recitare).

**“ Aum Amen - Dominano i mali - testimoni d'egoità che si libera,
per colpa altrui d'egoismo, vissuta nel pane quotidiano,**

**in cui non domina la volontà del cielo - da quando l'uomo si separò dal vostro regno
e obliò il vostro nome, o Voi, Padri nei cieli ” .**

16) Preghiera per una persona in difficoltà di Rudolf Steiner

(Questa invocazione è pensata da inviare per quelle anime a noi care che nel momento presente, hanno maggiormente bisogno d'aiuto trovandosi in serie difficoltà nella salute del loro corpo fisico. Se ne può nominare una o anche più d'una, associandole assieme nella stessa preghiera o volendo inserendo il nome dell'interessato/a e ripartire con l'invocazione).

“ Possa la mia preghiera per (nome), per (nome), che sgorga dalla riconoscenza del cuore verso le forze del destino e da pensieri che cercano lo spirito risanatore, agire nel regno del Cristo. La Forza per il compimento della volontà divina al cui servizio ella/egli/loro assunse/assunsero l’involucro del corpo, porti nuovo vigore alla sua/loro anima. La Luce che rende manifesta la stella che era presente alla sua/loro nascita fisica, illumini la sua/loro vita. La Pace che vive nell’ascolto della parola che ci parla attraverso il Cristo, agisca sulla salute del suo/loro corpo”. Amen/Così sia!

17) Spirito di Dio riempimi di Rudolf Steiner

“ Spirito di Dio riempimi, riempimi nella mia anima, alla mia anima dona forza e coraggio, forza e coraggio anche al mio cuore, al mio cuore che ti cerca, ti cerca con profondo anelito, profondo anelito verso la salute ,verso la salute e la forza del coraggio, forza del coraggio che scorre nelle mie membra, scorre come nobile dono di Dio, dono di Dio da te o spirito di Dio: spirito di Dio, riempimi ”. Amen/Così sia!

18) Madre di Massimo Scaligero

“ O Madre, libera il mio cuore, solleva, vivifica, illumina il mio cuore, svincola da ogni legame il mio cuore, disperdi ogni umore maligno intorno al mio cuore, purifica il mio cuore, calma il mio cuore, rendi soave il mio cuore, anima d’amore il mio cuore, fa splendere di luce divina il mio cuore, cala il silenzio divino nel mio cuore, solleva, eleva, esalta, espandi il mio cuore, distacca da ogni afflizione il mio cuore, rendi libero e divino il mio cuore, innalza al di sopra di ogni evento terrestre il mio cuore, immetti il segreto e potente impulso divino nel mio cuore. Amore divino, fammi aderire con uno stile assoluto di vita alla tua legge. Che io ti senta puro non intriso di egoismo, terso di passione ma ardente nel mio cuore. Dammi la potenza della tua trascendenza, fammi giungere alla tua altezza solitaria, fammi amare con purezza il mondo, la vita, ogni creatura, ogni cosa. La tua potenza o amore divino, animi il mio cuore, di venerarti estatico nel cuore o amore divino, che muovi il sole e l’ altre stelle ”. Amen, Così sia!

19) Preghiera Decreto di Erasmo Campagnolo (deceduto il 13.07.2020)

Questa preghiera-decreto, così definita dall’amico Erasmo, va a coprire tutta la struttura fisica, animica e spirituale dell’uomo. E’ una benedizione riconciliatoria e armonizzante con noi stessi. Pronunciare quindi mentalmente o verbalmente il proprio nome e poi ‘decretare’:

“ Benedetto sia il Tuo nome. Benedetta sia la Tua essenza.

Benedette siano: la Tua struttura fisica, eterica, emozionale, mentale e spirituali.

Sia benedetto il Tuo modo di pensare e di agire. Siano benedetti i Tuoi sentimenti, il Tuo coraggio, la Tua determinazione, le Tue aspirazioni, il Tuo guardare lontano.

Sia benedetta la Tua integrità fisica e psichica. Benedetti siano i Tuoi liquidi e le Tue acque.

Sia benedetto tutto ciò che vive in Te e intorno a Te. Ti ringrazio di esistere”.

Amen/Così sia

20) 'Risalire al Puro Originario' di Massimo Scaligero (1937)

“ O Madre Divina, sia fatta la tua volontà attraverso me, o Alta Forza d'Amore, esprimiti attraverso il mio essere! O Madre Divina, compi la tua volontà attraverso la mia persona! Non io agisca, ma l'Alta Forza d'Amore Divino in me! Inconsapevole e immobile, io lascio operare attraverso me l'Alta Forza d'Amore Divino. Si compia il Volere della Śakti Suprema attraverso la mia persona! Tutto è originariamente Brahman = luce primordiale del divino: fuoco, aria, acqua, terra o materia. Risalire al Principio, al Puro Originario: staccarsi dal flusso e riflusso di Prakriti. Sentire l'umana purezza dell'Atman. Sentire l'irrealtà materiale e la “causalità” spirituale della “materia”: porsi all'altezza del Principio, al di sopra di passioni, di angosce, di instabilità, di orgogli, di egoismi, di lotte, di paure: superare tutto: vedere tutto esterno e lontano. Sentire la pura gioia dell'Infinito, dell'Immutabile, di Ciò che è condizione assoluta di vittoria, giustizia, potenza. Accogliere attraverso sahasrara-chakra e anahata-chakra l'impulso di questa Forza pura della Śakti suprema. Sentir rinascere tutta la vita: Gioia, Potenza, Essenza. Mi dissolvo e mi abbandono alla Madre. Muoio alla vita esteriore e mi apro alla Divina, ossia alla Forza Originaria in me: retrocedo nel Nulla e mi affido silenziosamente alla Madre. Non esisto e sento infine la forza della Divina. Mi sottometto e mi abbandono, mi rilancio e mi dissolvo. Sono “qualcosa” nelle mani della “Madre”. Mi lascio muovere dalla Madre. Sono aperto alla Śakti, abbandonato alla Śakti, dissolto nella Śakti: essa mi anima e mi ravviva. Sono immerso nella Pace della Divina. Mi affido tutto all'azione ricreatrice della Śakti: muoio nel silenzio della Divina e mi annullo nella sua Beatitudine pura. O Madre Divina, fa che io ti attinga nel piano puro della tua essenza, da dove tu possa trasfondere in me radiazioni della tua Forza. Ti sento fuori e al di sopra di me, come universalità di perfezione, come piano di luce e di pura beata vitalità: ancora più in alto la pura e radiante causalità. Io-Purusha, fuori della dolorante compagine corporea riprendo energia attingendo alla tua fonte di Vita, altezza di vivida luce. Tutto si calma in me. Dalla immensa altezza cala in me la tua Gioia: sento scendere nella mia vita la tua vasta Beatitudine. Tu sei la Purità del Non-essere, l'Essenza originaria, il Puro e Beato Infinito, l'Origine inesprimibile, l'Altezza del Puro Originario, la Luce Atmica. O Madre Divina, sottomesso e devoto, umile e silenzioso, mi abbandono alla tua azione: mi lascio penetrare da te, affido a te tutta la mia vita. Lascio che tu agisca in me, operi attraverso me, fluisca attraverso me. Mi rilancio tutto, sospendo ogni tensione e mi abbandono tutto a te: lascio che solo tu viva in me e attraverso me. Mi lascio ricostruire da te, mi lascio manipolare da Te; obbedisco ciecamente alla tua Volontà; mi lascio manovrare dalla tua Volontà. Mi consacro tutto a te, mi abbandono tutto alla tua Grazia. Venerante, sottomesso, silenzioso, devoto, umile, genuflesso, mi rimetto alla tua Volontà, perché si compia la tua Volontà attraverso me. O Śakti, Potenza Divina, o Madre, ricreami: dal fondo del tempo mi ridesta la tua musica immensa nell'immenso. Mi risveglio dal sonno di millenni: la tua aurora è oggi nel mio cuore. La febbre del mondo svanisce; la pesantezza del corpo si va disciogliendo. O Madre, io aspiro ad essere coscienza della tua esistenza. Fammi morire e ricreami. Tu sei la primavera infinita, la gioia dei mondi e degli universi: il coro di

tutte le cose create canta il tuo nome. Ed io non ti udivo: immerso nel sonno dei millenni, sognavo vite diverse e strane avventure. Attendevo che tu mi destassi, attendevo senza saperlo, ma tu già eri in me. Perché tu sei in tutti: sei la gioia divina celata nel profondo di ogni creatura, il canto silenzioso che un giorno proromperà. Un giorno l'Amore inamora l'uomo e questi crede di sognare l'amore, ma non fa che avviarsi verso di te, là dove tu lo desterai. E l'Amore diviene Amore universo, unità, Amore per tutte le cose e per tutte le creature, dormenti o deste. Tutto è in Amore divino nell'Universo e, lungo questo aereo sentiero d'Amore, tutto si ricongiunge alla tua Beatitudine e alla tua Potenza, o Madre. O Šakti, o Madre, o Potenza Divina, invadimi, soffondimi, pervadimi, compenetrami, fammi gioia della tua essenza, fammi manifestazione della tua luce: soffondimi d'Infinito, animami di energia irresistibile, alimentami d'Amore, scendi nella profondità del mio cuore e nelle radici della mia vita, disperdi la tenebra, sciogli il dolore, purificami in ogni cellula e in ogni atomo, trasformami in calma e agile forza, in beatitudine diafana, dammi la salute perfetta, la liberazione che divinifica, l'ananda supremo. Accendi il fuoco dell'eterno nel mio cuore, o Madre: che il mio petto divampi della tua fiamma e il tuo fuoco fluisca nel mio sangue. Ch'io muoia nella tua luce e rinasca come tua perfetta espressione.

Ch'io rinasca per combattere e per amare; ch'io sorga dalla marea del divenire per cantare il tuo inno. Che tutto sia coscienza di te, Amore di te; che tutto il creato sia un coro elevato a te, Creatrice increata, gioia sperata nell'abisso dei millenni, invocata nelle innumerevoli prove e nelle sofferenze eroiche, nell'estasi del dolore e nella elevazione dell'amore. Scendi o Madre, o Šakti, attraverso la magica porta del sahasradala, fiume di Beatitudine, di Purity, di Luce e di Potenza, mentre dall'alto dei cieli s'accompagna alla tua grazia il canto degli Dei e degli Angeli. Scendi nel profondo della mia vita: ho sete prepotente di te, o Genitrice immensa, inconcepibile, amata di Amore che non ha mai avuto principio né fine.

Lettera ad un discepolo – 15-25 marzo 1937.

21) Preghiera personale

Come ultima invocazione, come ultima preghiera, cercare con parole proprie di costruire una propria personale individuale preghiera, un nostro dialogo che vorremmo inviare al Padre Divino o alla nostra Madre Divina, un colloquio che gradiremmo 'discutere', vivere col Padre Nostro, con la Divinità, che non si trova ripeto lontano/a da noi, bensì è in noi, è ovunque. Cerchiamo di costruire la nostra preghiera sentendo le emozioni che potremmo provare in noi, quando la recitiamo come se potessimo finalmente esprimerci senza che nessuno ci possa giudicare per quello che diciamo, per quello che esprimiamo, e in verità, Lui, o Lei (la Divinità), non ci giudica mai. Nessuno vieta di recitare ad esempio 'Il Cantico delle Creature' del nostro Santo Nazionale (San Francesco d'Assisi), o di recitare l'Infinito di Giacomo Leopardi, oppure 'Gli auguri dell'Innocenza di William Blake, o ancora dell'attuale nostrana poetessa Mariangela Gualtieri: ' Ringraziare Desidero ', o la bellissima Preghiera Hopi della Compassione dei nativi americani ecc. ecc. (ho inserito queste preghiere, che in me suscitano

un'emozione particolare nel recitarle). Preghiera questa che si può inserire all'inizio o alla fine o recitare da sola se si prevede d'aver poco tempo o prima di dormire.

Finalmente, possiamo trovare per noi, solo per noi, esclusivamente per noi stessi una Divinità, anzi la Divinità che ci ascolta, col nostro dialogare abbiamo con noi, solo per noi, il Massimo delle potenzialità, incredibile a dirsi eh? Il Creatore è con noi, tutto per noi, con cui intimamente possiamo finalmente 'confessarci', essendo sinceri (senza personaggi intonacati intermediari di nero vestiti), col vantaggio inoltre di riceverne successivamente, senza alcun dubbio, una Sua benedizione e una Sua assoluzione.

Ve ne lascio quindi queste ultime ipotetiche preghiere, con la speranza possano essere di ispirazione affinché nel frattempo che se ne costruisce una di personale, queste ne possano fare le veci:

Francesco d'Assisi: Cantico delle Creature 'Laudes Creaturarum' (1224)

“Altissimu, onnipotente, Bon Signore, tue so le laude, la gloria et l'honore et omne benedictione, ad te solo, Altissimo, se konfano, et nullo homo é nedignu te mentovare. Laudatosie, mi, Signore, cum tucte le tue creature spetialmentemessor lo frate sole, lo qual è jorno et allumini noi per loi, et ellu è bellu et radiante cum grande splendore, de te, Altissimo, porta significazione. Laudatosie, mi Signore, per sora luna e le stelle, in cielu l'ài formate clarite et preziose et belle. Laudatosie, mi Signore, per frate vento, et per aere et nubilo et sereno et onne tempo, per lo quale a le tue creature dai sustentamento. Laudatosie, mi Signore, per sor'acqua, la quale è molto utile et preziosa et casta. Laudatosie, mi Signore per frate focu, per lo quale enallumini le nocte, et ello è bello et iocundo et robustoso et forte. Laudatosie, mi Signore, per sora madre terra, la quale ne sustenta et governa et produce diversi fructicum coloriti fiori et herba. Laudatosie per quelli che perdonano per lo tuo amore et sostengo infirmitate et tribolatione. Beati quelli chel il sosterranno in pace, ka da te, Altissimo, sirano incoronati. Laudatosie, mi Signore per sora nostra morte corporale, da la quale nullo homo vivente po' skappare. Guai a kellige moriranno ne le peccata mortali; beati quelli ketrovarà ne le tue sanctissime voluntati ka la morte secundano'lfara male. Laudate e benedicetemi Signore et rengratiate et serviteli cum grande humiltate ”.

Giacomo Leopardi (1819) : L'Infinito

“Sempre caro mi fu quest'ermo colle, e questa siepe, che da tanta parte dell'ultimo orizzonte il guardo esclude. Ma sedendo e mirando, interminati spazi di là da quella, e sovrumani silenzi, e profondissima quiete, io nel pensier mi fingo, ove per poco il cor non si spaura. E come il vento odo stormir tra queste piante, io quello infinito silenzio a questa voce vo comparando: e mi sovvien l'eterno e le morte stagioni, e la presente e viva, e il suon di lei. Così tra questa immensità s'annega il pensier mio: e il naufragar m'è dolce in questo mare ”.

William Blake: (1757-1827): Gli Auguri dell'Innocenza

**“Vedere un Mondo in un granello di sabbia,
E il Cielo in un fiore selvatico,
Tenere l'infinito nel cavo della mano,
E l'Eternità in un'ora”.**

Mariangela Gualtieri: Ringraziare Desidero

Ringraziare Desidero il divino labirinto delle cause e degli effetti, per la diversità delle creature che popolano questo universo singolare. Ringraziare Desidero per l'Amore, che ci fa vedere gli altri come li vede la Divinità, per il pane, per il sale, per il mistero della rosa che prodiga colore e non lo vede, per l'arte dell'amicizia, per l'ultima giornata di Socrate, per i fiumi segreti e memorabili che convergono in noi, per il linguaggio che può simulare la sapienza. Io ringraziare desidero per il coraggio e la felicità degli altri, per la Patria sentita nei gelsomini, per lo splendore del fuoco che, nessun umano può guardare senza uno stupore antico e, per il mare che il più dolce fra tutti gli Dei.. Ringraziare Desidero perché son tornate le lucciole e, per noi, per quando siamo ardenti e leggeri, per quando siamo attenti e grati, per la bellezza delle parole: natura astratta di Dio; per la lettura e la scrittura che ci fanno esplorare noi stessi e gli altri, per la quiete della casa, per i bambini che sono: nostre divinità domestiche, per l'anima perché se scende dal suo gradino, la Terra muore, per il respiro che è un bene immenso, per il fatto di avere una sorella. Io Ringraziare Desidero per tutti quelli che sono piccoli, limpidi e liberi, per l'antica arte del teatro, per quando raduna i vivi e li nutre. Ringraziare Desidero per la bellezza tanto antica e tanto nuova, per le facce del mondo che sono varie e, alcune sono: adorabili; per quando la notte si dorme abbracciati, per quando siamo attenti e innamorati, per l'attenzione e la preghiera spontanea dell'anima, per i nostri Maestri immensi, per chi nei secoli ha ragionato in noi, per tutte le biblioteche del mondo, per quello stare bene fra gli altri che leggono, per il bene dell'amicizia, per quando si dicono cose stupide e care , per tutti i baci d'Amore, per l'Amore che ci rende impavidi, per la contentezza, l'entusiasmo, l'ebbrezza, per i nostri morti, che fanno della morte: un luogo abitato. Io Ringraziare Desidero perché su questa Terra esiste la musica, per la mano destra e la mano sinistra e il loro intimo accordo, per i gatti e per i cani: esseri fraterni carichi di mistero, per il silenzio e i suoi molti doni, per il silenzio che è la lezione più grande, per il Sole: nostro antenato. Ringraziare Desidero per il nostro sommo Poeta, per Withman e Francesco d'Assisi, perché scrissero già questa poesia, per il fatto che questa poesia è inesauribile, non arriverà mai all'ultimo verso e, cambia secondo gli uomini. Ringraziare Desidero, per i minuti che precedono il sonno, per gli intimi doni che non enumero, per il sonno e la morte, questi due tesori occulti e, infine ringraziare desidero per la gran potenza d'antico Amor: per amor che move il Sole e l'altre stelle e move tutto in noi.

Preghiera Hopi delle Compassione

(Dalla video conferenza di Greg Braden 'Awakening to zero point' - Risvegliarsi al punto zero)

Tutte le tradizioni indigene, parlando di Unità e Forza fanno riferimento allo Spirito, a Dio.

La preghiera Hopi della Compassione inizia così:

“ Ti sento o Spirito,

Ti sento attraverso le orecchie del mio spirito lupo,

**Ti sento o Spirito, negli alberi mentre il vento mormora tra le fronde
che coprono il mio villaggio nella sera.**

**Ascolto la tua voce nell'acqua mentre scorre sulle pietre del ruscello
che passa accanto alla mia famiglia, alla mia gente.**

Ti sento o Spirito in tutte le cose.

Ti vedo o Spirito, ti vedo attraverso gli occhi del mio spirito falco.

**Ti vedo nel viso dei bambini del mio villaggio quando fisso i loro occhi
e ti vedo quando guardo le stelle nella volta del cielo notturno che copre la mia casa.**

Ti vedo al lavoro nelle pennellate del paesaggio dipinto nel deserto che mi circonda,

Ti vedo o Spirito in tutte le cose.

Ti assaporo o Spirito, attraverso la lingua del mio spirito serpente

**Assaporo la tua brama per la mia saggezza, assaporo la tua tolleranza verso il mio
apprendimento**

Assaporo la tua compassione per l'anima mia, assaporo la tua compassione per l'anima mia ”.

(Si cerchi sempre comunque alla fine una recitazione, fosse essa spontanea, oppure letta, di ascoltarci, di sentire, a 'dialogo'/lettura conclusa, quel possibile rilascio delle nostre emozioni, cosa accadrebbe in noi se ci emozioniamo come fossimo davanti ad un pubblico di ascoltatori che ci vogliono bene e ci applaudono. Si cerchi di provare l'emozione per come sarebbe la realtà se quello che leggiamo si realizzasse, poiché così in verità lo è).

Decreto Conclusivo

(da recitare dopo le preghiere)

Alla fine delle recitazioni concludere con il seguente decreto:

Ex Deo Nascimur, In Christo Morimur, Per Spiritum Sanctum Riviviscimus!

Spirito Agisci! Agisci nel nome del Padre del Figlio e dello Spirito Santo!

Agisci Spirito nel nome dei Fratelli di Christo! Amen/Così sia!

Fase 4: Visualizzazione di guarigione per noi stessi

Dopo il raccoglimento e la Forza energetica ottenuta dalle recitazioni delle preghiere, approfittando della 'Mistica Aeterna creata' in noi, si alza il dito indice verso l'alto come a cercare un' incontro, un possibile 'contatto fisico', un contatto proteso verso la Divinità, attendendo di 'sentirne' quell'incontro, quel 'toccarsi', che ci viene esso 'concesso' (si stabilisca il nostro tempo, quando esso possa avvenire). Si cerchi quindi di sentire come una corrente, un 'fluido', la presenza di una luce 'liquida' quasi raddensata, che entra in noi. Portare l'indice alla sommità del capo trasferendo da lì l'entrata d'essa in noi.. Una luce bianco-dorata, eterica, luminosa, entra quindi in noi e ci riempie come fossimo (e di fatto lo siamo) un contenitore di 'cristalli liquidi': Arrivando ai piedi, questa luce sale fino a traboccare dallo stesso punto d'entrata.. Questa luce, salendo fino alla sommità, contemporaneamente guarisce, risana dall'interno le nostre cellule, il cuore, il sangue, i nostri organi, che imbevendosi d'essa, vengono a brillare sanificandosi e risolvendo tutte le nostre problematiche biologiche (soffermarsi nel constatarne la Forza agente in noi).. Ci si visualizza (attivando il nostro sentire) lucenti, brillanti, riempiti di luce calda, in un'apoteosi di colori vividi.. Ci si visualizza anche nella forma corporea a noi gradita, nelle giuste (per noi) proporzioni, secondo il nostro concetto personale e individuale del bello che ci appartiene e che ci soddisfa.. Se siamo in sovrappeso, così come in sottopeso, le proporzioni vengono a riequilibrarsi, se abbiamo pochi capelli ne 'sentiamo' la ricrescita, se abbiamo la muscolatura floscia la sentiamo il 'ritonificarsi', che va di pari passo col rassodarsi, se ci piacesse un colore della pelle meno smorto esso con la luce inizia a pigmentarsi nella tonalità a noi gradita, se volessimo potremmo sentirci maggiormente elastici, ecc. ecc. ecc. . Non v'è limite alla visualizzazione, né all'ottenimento di quel che si desidera, né per noi né per gli altri, facciamo delle prove di scioglimento, di forza, di elasticità del nostro corpo. Per chi volesse ascoltarla, una raccomandazione: equilibrio, saggezza e umiltà: la divinità potrebbe facilmente venir 'sostituita' senza accorgersene (giustificandone l'esigenza egoistica personale) inconsciamente dal nostro ego - che mai trova fine nella propria espansione – attingendo così ad altre forze, ad altre 'divinità', non propriamente diciamo luminose, cui senza volerlo, noi 'invitiamo' e 'scivoliamo' in altre subdole forme pensiero, che si oppongono all'armonico sviluppo dell'uomo, soprattutto si oppongono alla nostra ascensione spirituale, 'spiaggiandoci' in credenze di un pensiero limitato, stereotipato o per l'appunto deviato.. Direi quindi (sapendo che il dolore è il nostro insegnante principale e che ci serve per evolvere e che nel pensiero vi si trova la nostra evoluzione) di soffermarsi nel cercare il miglioramento della nostra struttura fisica (quella di cui ne abbiamo coscienza seppur con limitatissimi altri aspetti, anche secondo l'antico motto 'come in alto così in basso e ovviamente viceversa), mantenendola in equilibrio (sapendo inoltre che neanche essa ne è comunque la nostra vera unica dimora perennis – bensì altri luoghi saranno più adatti per la nostra evoluzione e che lasceremo le nostre spoglie alla Madre Terra che ci ospita, abitando

appunto altre dimensioni), fermandoci dunque a questo livello, il livello fisico, cercando si di abitare un veicolo che ci piaccia abitare, per fare l'esperienza in questa 'luce densa', la fisicità: così facendo manterremo un buon rapporto con le Forze cosmiche e con la nostra Divinità, laddove proviamo piacere nel collaudarci nelle nostre proprie potenzialità, vivendolo (fin qui è lecito, umanamente chiedere).. Ci si visualizzi il più nitidamente possibile: le nostre forme, le nostre strutture del nostro corpo così 'corrette' e guarite ed armonizzate ci soddisfano e ci gratificano: ci vediamo a braccia aperte luminosi e potenti, irraggianti luce. Respiriamoci per un momento in questo stato di piacere di Forza e Potere.. Completiamo il lavoro affermando imperativamente: Spirito Agisci !!!

Dopo aver 'giocato' con noi stessi nel sentirsi bene nel nostro corpo, cerchiamo di ascoltarci qualche attimo ancora in un profondo ringraziamento per la richiesta già avvenuta, cerchiamo di sentirne piacere e gratitudine nell'osservarci nuovamente armonici, cosmici, luminosi: " l'Uomo: la decima gerarchia angelica! "..

Fase 5: Visualizzazione di guarigione per i nostri cari

Estendiamo alle anime a noi vicine, da noi amate, lo stesso trattamento che abbiamo riservato a noi stessi (ricordando che la velocità dell'esercizio di visualizzazione col tempo, diventa sempre più veloce con la pratica. Lo sforzo, la disciplina servono sempre, che ne sono l'atto di volontà nel compiere il rito, ed è quello che dobbiamo sviluppare: il limite consta solo nelle nostre credenze, nella nostra volontà che applichiamo in ciò che facciamo, dall'entusiasmo con cui approcciamo, ma soprattutto nella cieca credenza, nella sicurezza, nella certezza, del mondo spirituale sempre presente, mondo spirituale che presenzia l'atto, che vi si trovino delle Forze che ci ascoltano di cui ne siamo compartecitivamente associati, collegati ad esse.. Steiner affermava ad esempio che quando coltiviamo, noi non siamo mai soli.. Riempiamo quindi di luce i nostri cari, estendiamo pure agli amici intimi e a chiunque sentiamo vicini come affinità elettive, soprattutto prediligendo quelli con evidenti difficoltà di salute fisica di cui ci soffermeremo a 'giocare' con loro, di cui ne vorremmo vederne la risoluzione completa delle loro problematiche/sofferenze. Completiamo il lavoro affermando imperativamente : Spirito Agisci !!! Dopo, cerchiamo di ascoltare qualche attimo per un profondo ringraziamento per l'ottenimento delle nostre visualizzazioni avvenute, cerchiamo di provarne, di sentire piacere e gratitudine nel vederne quelle anime raggianti, cerchiamo di sentire la loro gioia, cerchiamo di emozionarci condividendo con loro..

Fase 6

Visualizzazione di guarigione per il Pianeta che ci ospita: la Madre Terra

(Non è necessario seguire alla lettera il mio 'modus operandi', questa mia descrizione, vuole essere un'indicazione, un' esempio: ognuno si ingegni col proprio spirito d'intraprendenza nel riempire di luce la Terra partendo da dove si trova meglio (amando lo la mia cara Italia, e le anime italiche, inizio dal suolo patrio): credo comunque che più vivida possiamo creare in noi la visualizzazione, più riesca essa a suscitare emozioni e più quindi ci si possa avvicinare allo scopo che ci si prefigge di compiere).

Visualizzare un'enorme, una grande 'Onda' risanatrice di luce, un'onda di luce ' semi liquida', bianco-dorata brillante, un'onda energetica, che partendo dai nostri naturali confini, dalle Alpi, che dalla Liguria fino ai confini triestini, secondo quel nostro naturale confine di quell'arco alpino a nord dell'Italia, quest'onda scende, si riversa nel nostro territorio investendo e compenetrando tutto e tutti (Uomini, animali, vegetali, minerali e tutto il costruito). Quest'onda di luce energetica, enorme, scende, avanza velocemente per tutta l'Italia fino alle nostre acque del Sud, entra in Sicilia e si estende alla Sardegna e alla Corsica compenetrando anche le patrie acque, lasciando nel frattempo alle proprie spalle una luce liberatoria: si visualizza tutto il popolo italiano, con i suoi affetti compresi, sorridere aprendo

le braccia al cielo, liberi da quelle 'manette energetiche' che ne impedivano la loro evoluzione della coscienza (la fantasia applicativa qui è personale), si cerchi per un attimo di sentirne il piacere derivante.. Si continua estendendo l'onda energetica (che può essere modificata a piacere secondo la propria prospettiva, facendola partire dopo l'Italia, da dove si gradisce). Dall'Italia si estende sotto e dentro le acque fino allo stretto di Gibilterra, di lì riparte ed entra in Spagna, compenetra il Portogallo, alla Francia ed invade tutta l'Europa centrale, sale verso l'Inghilterra, l'Irlanda, l'Islanda fino al Polo Nord che ne viene da essa circondato.. L'onda di luce, imperterrita dall'Europa prosegue verso est, investendo da nord la Finlandia, la Svezia, la Norvegia, contemporaneamente dall'Austria scende a sud nei paesi slavi, oltre i nostri confini, va verso est, alle montagne Caucasiche, scende alla Grecia e al Medio Oriente. Nel frattempo dall'alto raggiunge dopo la Romania, la Bulgaria, la Polonia, i paesi balcanici, entra e supera la Russia, poi, dalla steppa siberiana invade la Mongolia, il deserto dei Gobi, superando la montagne Himalayane e dal Tibet entra in Cina, passa nel Giappone e si espande all'Australia. Scende all'India e alle Filippine, al VietNam , Cambogia ecc. ecc. incontrandosi con se stessa nel Medio Oriente. Passa in Africa, la copre tutta. Dal Polo Nord, la si vede ripartire poi dall'Alaska, scende dal Canada, investe gli Stati Uniti, Cuba e tutte le isole caraibiche, entra nell'America centrale, si sviluppa nel Brasile, Messico Colombia, scende all'Argentina, al Cile, al Polo Sud, vi entra in esso, compenetra riempiendo l'interno della Terra fino a traboccare dall'altra parte, al Polo Nord. La Terra inizia globalmente a brillare emettendo radiazioni di luce tutt'attorno ad essa. Si visualizza che ormai la luce ha compenetrato tutto l'interno della Terra in tutti i suoi anfratti e tutto ciò che in essa vi si trova, un mare di luce, essa brilla di una luce bianco-dorata con riflessi dell'arcobaleno tutt'attorno, un'apoteosi di luce viva. Tutti gli esseri ne sono felici, liberi e sorridenti, in pace.. Tutto è brillante: il regno minerale, il regno vegetale, il regno animale, l'Uomo e tutti i regni energetici che avvolgono il pianeta ospita (l'aria, l'acqua, il fuoco, la terra, l'etere).. Ci si attardi un po' ella contemplazione di questa luce, sentendone il piacere e ce se ne compiaccia : Ottimo lavoro!! Si concluda con: Spirito Agisci!! Agisci nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo! Così sia! Si rimanga ancora un po' per goderne il piacere derivante dalla nostra creazione energetica di cui tutti ne godono gli effetti positivi. Con un' atto di Forza e Potere apriamo gli occhi e con la convinzione che quello che abbiamo fatto sia buono, giusto e bello, affermiamo ancora: Spirito Agisci! Io lo voglio! Tutti i fratelli in Christo lo vogliono!

Amen! Così sia!

Franco Biolo

(Venezia - 2020)