

“Cambia le tue frequenze e tutto cambierà!”



Immagine di Mohammad Usman

In principio era il Suono

E se davvero la creazione avesse avuto origine da un suono?

E se la voce umana avesse il potere di “plasmare” il nostro destino, nel male o nel bene?

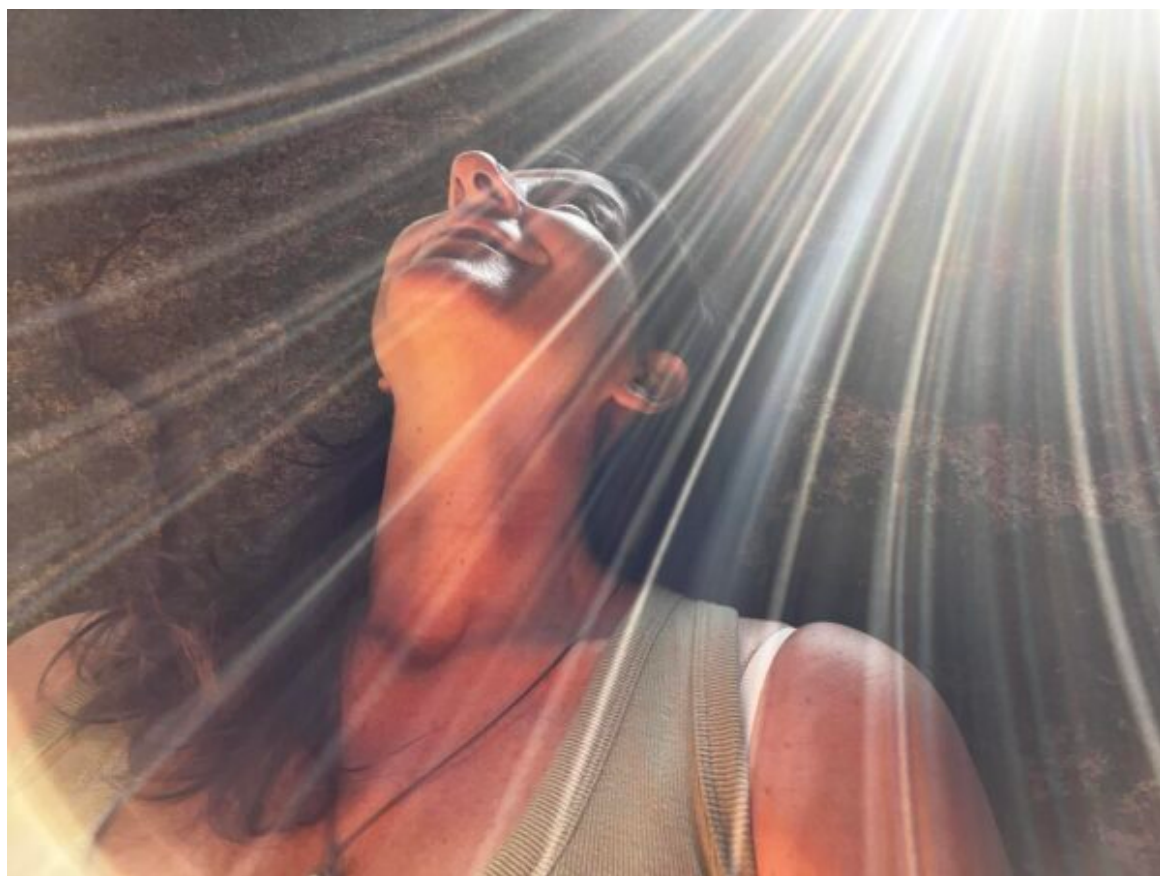
E se potessimo, grazie ad apposite frequenze, curare o addirittura guarire le malattie?

È interessante notare come a queste domande si trovi risposta nelle Sacre Scritture, laddove si parla del Verbo per mezzo del quale tutto è stato fatto e, senza di lui, nulla è stato fatto di ciò che esiste.

Riguardo al potere creativo della voce umana, nel libro dei Proverbi è detto che “morte e vita sono in potere della lingua” mentre, sull’argomento salute, è scritto che “C’è chi, parlando senza riflettere, trafigge come spada, ma la lingua dei saggi procura guarigione.”

A quanto pare, nella dimensione spirituale si è sempre saputo che sono le frequenze a creare e trasformare il mondo che esperiamo.

Nel tempo anche la scienza è riuscita a dimostrare l'indissolubile legame tra le frequenze e la realtà che ci circonda. Oggi sappiamo che tutto è frequenza e non soltanto ciò che percepiamo come suono, musica, rumore o parola: immagini, pensieri e simboli hanno una loro propria vibrazione e così gli animali, i minerali, gli esseri umani... Ogni cosa, visibile o invisibile, ha il proprio suono. Insomma: il Creato è una magnifica, immensa Orchestra e noi, ne siamo i più o meno consapevoli strumenti.



Nella foto: Krisztina Nemeth

La voce che guarisce

Krisztina Nemeth, laureata all'Università di Musica ed Arti Rappresentative a Graz in Austria, dopo 23 anni di esperienza come cantante lirica internazionale, abbraccia la propria vocazione di "Healing Voice" e di "Intuitive Coach".

È autrice di tre libri, dei quali il primo porta la prefazione del Dott. Masaru Emoto, lo scopritore della memoria dell'acqua.

Come "Voce che guarisce", la studiosa viene invitata a molti congressi internazionali ed è un punto di riferimento in diversi Paesi negli Stati Uniti, in Sud Africa, Svizzera, Austria, Grecia, Italia, Spagna, Tibet, India, Bali, Mauritius, Hawaii.

Il Frequencies Congress

Affascinata dall'argomento, Krisztina ne promuove la divulgazione ideando e organizzando il "Frequencies Congress". L'Evento, giunto quest'anno alla sua quarta edizione, riunisce i maggiori esperti di frequenze nei rispettivi campi di applicazione.

All'immane appuntamento previsto per domenica 13 aprile ad Ascona interverranno medici, ricercatori, musicisti e musico-terapeuti, operatori olistici, esperti in numerologia, artisti. Alcuni presenteranno i risultati delle loro ricerche, altri terapie e concetti innovativi, altri ancora coinvolgeranno il pubblico con video e immagini suggestive. Al termine dell'Evento si terrà un concerto meditativo per innalzare le frequenze dei partecipanti.

L'obiettivo è evidenziare l'importanza delle frequenze, del suono, delle energie e il loro impatto su tutto ciò che esiste.

I relatori

Sul palcoscenico del Teatro del Gatto si succederanno, nell'arco di un'intera giornata esperienziale:

Mirto Ferrandino (Italia), specialista in Bio-Cimatica e presidente della International Cymatic Association. Nel corso del suo intervento mostrerà al pubblico come il suono crea forme nella materia.

Winfried Leipold e Gudrun Wiesinger, maestri del suono terapeutico, ci faranno ascoltare le pietre sonore e l'impiego di altri strumenti musicali terapeutici.

Il Dottor **Ulrich G. Randoll** (Germania): medico, ricercatore e inventore della terapia “Matrix Rhythm”, ha ottenuto notevoli successi nel trattamento di una grande varietà di malattie e ha formato migliaia di partner “Matrix Health” in tutto il mondo.

Il Dottor **Roberto Ostinelli** (Svizzera), medico internista e studioso di medicina integrativa, terapie bioenergetiche e frequenziali, dal 2008 cura i suoi pazienti con innovative tecnologie biofisiche e un approccio psicoanalitico emotivo.

Ing. Rasmus Gauss Berghausen (Austria): per quindici anni collaboratore del Dott. Masaru Emoto e ricercatore in idroscienze. Oggi il suo lavoro è legato alla HRV (variabilità della frequenza cardiaca) e alla sua traduzione in suono e colore.

Alessandro Puccia (Italia): artista fotografico di gocce d’acqua congelate e osservate al microscopio, accompagnerà il pubblico in un viaggio nel profondo di un mondo invisibile a occhio nudo.

Niko Caruso e **Michela Pivato** (Italia): operatori olistici, ricercatori e divulgatori di frequenze a uso terapeutico, usano le frequenze dei Numeri e l’intuizione per supportare e potenziare l’evoluzione delle anime in cammino.

Beatrice Lafranchi (Svizzera): terapeuta e organizzatrice di workshop ed eventi su argomenti nell’ambito della crescita personale, mindfulness, consapevolezza e connessione del cuore.

Jasmine Laurenti (Svizzera): giornalista internazionale e scrittrice, nota al grande pubblico come doppiatrice cine televisiva, parlerà dell’impatto delle parole cariche di intenzioni ed emozioni sul livello qualitativo del dialogo interiore.

Come anticipato, a conclusione dell’Evento i partecipanti potranno immergersi nel concerto meditativo dei musicisti e terapeuti **Krisztina Nemeth** (Svizzera), pianoforte e voce, e **Antonio Testa** (Italia), artista che innesta la propria espressività su conoscenze approfondite di etnomusicologia e musicoterapia, oltre che autore e produttore musicale di fama internazionale.

Il “Frequencies Congress” avrà luogo ad Ascona, in Svizzera, il 13 aprile prossimo, al Teatro del Gatto in via Muraccio 21. L’evento inizierà alle 09:45 e terminerà alle 18:45.

Gli ultimi biglietti rimasti sono acquistabili entro il 31 marzo a un prezzo scontato (CHF 157) visitando il sito: www.frequenciescongress.com

MANIPOLAZIONE E CORRUZIONE ARMI DEL POTERE

La vittimizzazione è spesso uno strumento di manipolazione, usato come arma per produrre nell'altro, negli altri o nella società incline a cadervi, certi cambiamenti a beneficio del manipolatore.

Si riesce con successo anche a provocare un senso di colpa negli altri per le azioni che hanno causato tale vittimizzazione reale o presunta.

In politica il suo uso è consapevole e premeditato e con risultati estremamente significativi nell'inconscio collettivo.

Si verifica con maggiore intensità nel populismo, perché è chiaro che l'oppresso si senta vittimizzato e a sua volta, quando il manipolatore esercita un comportamento quasi «religioso», trasformi comportamenti individuali e/o collettivi in una risposta di idolatria e di idealizzazione della figura del salvatore.

Nasce così la figura dell'eroe e del capo cui vanno tributati onori e sottomissione, consapevole e inconscia.

La storia ci mostra come tali tentativi vadano a scapito della dignità, della solidarietà e della fraternità. Dietro la vittimizzazione si nasconde sempre un'intenzione empia.

Il vittimismo manipolatore in politica a volte è un'arma a doppio taglio. Ci sono persone che scelgono di raccontare la loro situazione di vittime perché scoprono che porta loro più benefici che costi.

Il vittimismo manipolatore è presente in molti tipi di personalità. Così, è comune che appaia, ad esempio, tra i narcisisti, tra coloro che sono specializzati nel ricatto emotivo e anche tra coloro che si avvalgono di questo comportamento per trarne qualche beneficio.

La vittima, in un modo o nell'altro, è sempre protetta dalle critiche degli altri. Inoltre, ha la compassione e la comprensione di molti, qualunque cosa faccia. Infatti, chi osa mettere in discussione gli atti di una presunta vittima passa per insensibile o spietato.

Il vittimismo è, quindi, in molti casi, una strategia che porta più vantaggi che problemi.

Questa condizione consente ai manipolatori di avere una sorta di immunità, per cui tutto ciò che dicono è vero, tutto ciò che fanno è ben intenzionato, tutto ciò che pensano è legittimo. Ora, in più di un caso, questa vittimizzazione calcolata, consciamente o inconsciamente, nasconde un chiaro

ricatto. Ma, alla lunga, è difficile immaginare come tutto questo possa finire bene.

Su questo terreno «malato», infatti, verrà ad esempio ad allignare e a riprodursi la corruzione.

La corruzione nasce all'interno della società, che è composta di tutta una serie di abitanti (individui) la cui cultura è variabile in base alla loro educazione, insegnamento familiare, circostanze dell'epoca e altre specifiche e generali peculiarità che contribuiscono alla formazione integrale dell'essere.

Indubbiamente, chi ha il mandato del popolo per governare ha una responsabilità maggiore rispetto agli altri, ma questo non esclude del tutto la responsabilità del resto della società.

La corruzione è antica quanto l'uomo stesso e solo una chiara educazione può contrastarla interiormente. E quando si parla di educazione, tutto inizia con la famiglia, in quanto lasciare tutto allo Stato significa totale ignoranza, indifferenza e mancanza di amore.

Una politica educativa correttamente attuata contribuirà indubbiamente alla riduzione della corruzione, ma non sarà mai completamente combattuta perché è in qualche modo radicata nella condizione umana. Quando riconosciamo che in ognuno di noi, attraverso il famoso «conosci te stesso», c'è il seme di tutto questo, la società nel suo insieme potrà compiere una svolta sostanziale verso l'etica e i valori che

dovrebbero prevalere in qualsiasi società sana.

È nostro obbligo personale combattere la corruzione nei diversi ambiti in cui dobbiamo agire se veramente vogliamo ridurla al minimo.

Così scrive Miquel Seguró (*Biografia. Miquel Seguró, 1979, Ricercatore presso la Cattedra Ethos dell'Università Ramon Llull e professore di Filosofia presso l'Università Aperta della Catalogna. Coordinatore della rivista Argumenta Philosophica. Journal of the Encyclopaedia Herder*) nella presentazione del libro *Stanco della corruzione*: «Siamo stanchi e vogliamo esprimerlo, in modo che nessuno ci chieda in futuro: perché non hai fatto qualcosa?».

C'è molto di più in ballo che non il denaro rubato. La corruzione mette a repentaglio il futuro stesso di qualsiasi società democratica, quindi non possiamo rimanere in silenzio. *La parola è l'unica arma che abbiamo.* Potrà non portarci da nessuna parte; ai corrotti potranno non interessare le nostre parole, ma, per favore, almeno non rinunciamo a esse. Almeno diciamo forte e chiaro che non c'è nessun diritto alla corruzione, che basta, che siamo stanchi!

Sappiamo che il problema della corruzione non è nuovo, ma chiediamoci: da dove viene? Di chi è la colpa? Si può superare? Vorrei che

fossero loro, «i mandanti», l'origine di ogni male. Eppure la corruzione sembra essere qualcosa di «umano, troppo umano».

Come le due facce di una moneta: ha a che fare sia con la struttura del potere sociale e le sue ombre sia con l'ambiguità antropologica che ognuno di noi rappresenta. E l'una senza l'altra è impensabile.

La corruzione è il peccato che, invece di essere riconosciuto come tale e renderci umili, si eleva a sistema, diviene abitudine mentale e stile di vita, perché la corruzione non è un atto, ma una condizione, uno stato personale e sociale in cui ci si abitua a vivere.

di Barbara de Munari

ETICA SUI RAPPORTI SOCIALI

ETICA SUI RAPPORTI SOCIALI -PRIMA PARTE-

Il discorso etico sui rapporti sociali non può prescindere dalla considerazione della realtà esistente nel mondo in cui si svolge. Mondo che, negli ultimi due secoli, è stato dominato da due sistemi ideologico-politici tuttora

operanti attraverso partiti e movimenti organizzati: il liberalismo e il socialismo, ai quali si possono riportare altre tendenze e correnti di minore rilievo, salvo il discorso da fare- a suo tempo - sui tentativi di sintesi, purtroppo basati su principi sbagliati e condotti in maniera aberrante, da parte di sistemi che miravano alla combinazione del socialismo col nazionalismo, senza trascurare alcuni elementi della tradizione liberale.

Sembra opportuno fare, in via preliminare, una presentazione almeno sommaria dei sistemi accennati, esaminandoli a un duplice livello: quello ideologico (includente i valori filosofici e religiosi) e quello politico (includente i valori economici e sociali). Ad entrambi i livelli, si notano alcune convergenze di pensiero tra la dottrina sociale cristiana, che è la nostra, e i due sistemi ideologico-politici; ma ancor più si notano i contrasti, per non dire, su alcuni punti fondamentali, la contraddizione.

Qui confronteremo, con la dottrina cristiana,

naturalmente con rapidi cenni e in modo riassuntivo, anzitutto il liberalismo, e poi il socialismo nella sua versione marxista.

Questo secondo confronto è di maggiore e più bruciante attualità-anche se il marxismo è oggi in piena crisi- per rapporto al primo, poichè si può dire che nelle presenti condizioni storiche il liberalismo ha perduto la sua forza e il suo mordente, specialmente nelle masse (che in realtà non ne sono mai state toccate, anche se le popolazioni sono state coinvolte nella politica liberale), ed in oltre ha subito e sta ancora subendo un processo di decantazione e di rinnovamento (non sempre riuscito), che modifica sensibilmente la sua formula classica.

IL LIBERALISMO

Aspetto ideologico

Il liberalismo nasce da un duplice filone ideologico: l'illuminismo (esaltazione dell'autonomia della ragione e quindi della coscienza) e il positivismo (riduzione della conoscenza a ciò che è sperimentabile). Di

fronte ai valori universali ed eterni e specialmente alla rivelazione (Cristianesimo) e alla religione in genere, lo spirito moderno, nutrito di illuminismo e positivismo, rivendica la propria libertà (assoluta) di non aderire, di non accettare, di mantenersi agnostico, di coltivare il dubbio e l'incertezza.

E data questa posizione di autonomia e incertezza sul piano intellettuale, è facile capire che sul piano pratico e operativo si passa pure alla massima affermazione e rivendicazione della libertà: di pensiero, di coscienza di stampa di attività economica e politica. E' il perno ideale del liberalismo, che si diffonde ampiamente nell'Ottocento e influisce fortemente sulla organizzazione e sulla attività dello Stato, che deve ridurre al massimo il proprio ambito di intervento, a vantaggio della libertà e quindi della iniziativa individuale dei cittadini, sia a livello economico-politico, sia a livello morale-religioso.

Per ciò che riguarda in particolare la

religione, lo Stato liberale incarna l'indifferentismo verso le verità cosiddette "astratte", e quindi verso le rivelazioni, le religioni, i culti, che, per quanto compete allo Stato, sono da ritenersi tutti uguali. Lo stato liberale si proclama laico, cioè estraneo alla problematica religiosa e tendenzialmente ostile alle Chiese e alle istituzioni religiose che, di loro natura, necessariamente hanno una incidenza sulla vita sociale, e, specialmente se sono "rvelate", non possono prescindere da un certo dogmatismo, per il quale pretendono il monopolio della verità cercando di imporla alla società e allo Stato. Per il liberalismo la religione -come l'etica- è e deve rimanere un affare esclusivamente privato: una fatta di coscienza e, tutt'al più, di sacrestia; la Chiesa deve essere separata dallo Stato: magari rispettata ma tenuta fuori della struttura sociale e ridotta nell'ambito delle società private che non rientrano nelle istituzioni di diritto pubblico.

In sintesi, si può dire che vi è un fondo

comune nel liberalismo che, nonostante le diversità di tendenze che esso ha preso nei vari Paesi e nei diversi settori della vita (economico, politico, religioso), sempre affiora in ogni sua realizzazione storica: ed è principio antropologico, che si può identificare con l'individualismo, ossia con la massima esaltazione, spinta persino all'idolatria, dell'individuo e della sua ragione, come sorgente unica di conoscenza e regola d'azione (razionalismo), della sua bontà naturale (naturalismo) e quindi della sua libertà.

Il che implica un ancor più fondamentale ottimismo sull'uomo, la sua natura, le sue facoltà, le sue possibilità di azione, auto-redenzione, progresso e conquista, che porta alla celebrazione continua delle "magnifiche sorti e progressive" dell'umanità, allargamento illimitato degli spazi della libertà riconosciuta agli uomini, alla affermazione della uguaglianza di tutti...

Aspetto politico

Bisogna subito osservare, qui, che in molti casi il liberalismo è stato poco coerente, in politica, con i principi idolatrati della libertà, dell'uguaglianza e dell'agnosticismo in materia ideologica e religiosa. In realtà gli Stati liberali sono stati i più acri nella lotta contro la religione, non solo come istituzione (Chiesa, Ordini religiosi, Associazioni pie ecc.), ma anche come idea, violando gravemente la libertà di culto, di associazione, di pensiero, di coscienza, che il liberalismo afferma così solennemente.

Anzi, sul presupposto dell'agnosticismo in materia religiosa lo Stato liberale ha non solo preteso di essere laico, ma ha creato una specie di religione del laicismo, diventando come sistema di fede (la religione dell'anti religione), da cui è stata improntata la vita politica, la cultura, la scuola, e in nome del quale si è svolta una azione soffocatrice ed eversiva delle istituzioni di carità e assistenza che specialmente la Chiesa aveva liberalmente eretto, diretto e mantenuto a

favore dei più poveri.

Sul piano politico-sociale, inoltre; vanno fatte alcune altre considerazioni che permettono di vedere il rapporto di contrasto tra valori liberali e valori cristiani, anche nei riflessi sulle situazioni storiche determinate dall'ideologia e dalla politica liberale.

Genesi del liberalismo

Abbiamo già detto che nell'insieme di attori di vario ordine che costituiscono il carattere originale, profondamente innovatore e addirittura rivoluzionario, dell'età moderna, ciò che prevale è tutta caratterizzata è l'individualismo che si afferma in contrasto col senso medioevale del bene comune e dell'oggettività, come pure col senso rinascimentale dello Stato e del potere assoluto. Senza poter approfondire, qui, questo punto, né seguire tutto il suo sviluppo storico, osserviamo però che già sul piano religioso l'individualismo si afferma con Lutero e il protestantesimo (libero esame, ispirazione privata, valore determinante della

coscienza personale); sul piano filosofico, col soggettivismo, il matematicismo antimetafisico, l'interiorità anti comunitaria, sul piano politico, come abbiamo detto, col liberalismo, che nasce dall'illuminismo e dal positivismo e viene tenuto a battesimo dal volontarismo rousseauiano, che sostituisce la così detta "volontà generale" al posto della ragione oggettiva; sul piano economico, con l'individualismo di Smith, che sostiene il non-intervento dello Stato in campo economico, dove domina la legge dell'interesse e dell'egoismo.

Agli inizi del secolo XIX, avvenuta ormai la piena scissione della morale nell'attività economica, cardine di questa attività è il profitto (guadagno monetario tratto dalla altezza dei prezzi nei confronti dei costi).

Espressione giuridica di tale concezione del mondo è la famosa legge Le Chapelier, votata alla Costituente francese nel 1791, che porta all'abolizione di ogni organo intermedio tra l'individuo e la società, in nome della libertà e

uguaglianza di tutti: non ci deve essere nessun corpo sociale che rafforzi gli uni a danno degli altri. Il che è contro la vitalità della società, che si esprime nei corpi intermedi.

Questo è il quadro nel quale l'ideologia liberale, che, come abbiamo visto, s'impernia sulle idee di libertà e uguaglianza, si traduce in regimi politici (democrazia liberale), nei quali i problemi socioeconomici vengono affrontati in base al principio dell'individualismo, e quindi a danno sia dell'uguaglianza, sia della libertà.

Riconosciamo che non è mancato, in quei regimi, un elemento positivo: la valorizzazione dell'uomo, dell'iniziativa, della capacità personale, come pure la lotta al privilegio di nascita e di posizione sociale. Ma è stato determinante come elemento negativo l'individualismo sfrenato e scatenato, per cui il debole è rimasto indifeso di fronte al più forte, anche se in teoria veniva affermata la libertà e l'uguaglianza di tutti. Aumentarono

così i dislivelli e le sperequazioni. E come reazione e antitesi al liberalismo si ebbe il socialismo.

Infatti, la mancanza di quegli organi associativi, aboliti dalla legge Le Chapelier in Francia e ben presto negli altri Paesi, che potevano difendere i lavoratori; la mancanza di legislazione “sociale”, l'impostazione dei rapporti economici sulle leggi del profitto e della concorrenza, e la proibizione di contrattare a nome di tutta la professione, portavano all'esasperazione le masse, che si erano formate sotto la spinta del processo di industrializzazione, costituendo il cosiddetto proletariato.

Formazione delle masse

E' un fenomeno tipico dell'età moderna, che consiste essenzialmente nel fatto di un numero sempre maggiore di nullatenenti, la cui esistenza dipende dal lavoro concesso da altri, ossia da un lavoro esecutivo in dipendenza da altri come unico mezzo di sussistenza, ma con una continua incertezza

del domani; e spesso da un lavoro inumano: faticoso, depressivo, in ambienti mal sani. Si aggiungono le difficoltà per la vita familiare; l'esclusione dalla cultura e dalla vita pubblica, e si capirà che nelle masse non poteva non delinearsi un atteggiamento psicologico.

a) di insoddisfazione e di protesta circa l'ordine economico-sociale esistente;

b) di pretesa di cambiamenti.

In queste condizioni, dunque, per reazione al tipo di regime socioeconomico liberale, si presenta la realtà della massa: uomini che valgono come quantità più che come qualità; conformità nel pensare, sentire, giudicare, vivere; inautenticità personale, sotto la pressione di tecnicismo, industrialismo, materialismo, pubblicità, propaganda, tensione dinamica del lavoro e della vita, ma soprattutto a causa delle condizioni economico-sociali dei lavoratori, dei quali sono ormai uniformi la giornata, l'orario di lavoro, il livello del salario, la condizione della vita nel vitto, negli alloggi nel divertimento,

ecc. Di qui una conformazione psicologica sempre più uniforme, caratterizzata da insoddisfazione, ribellismo aspirazione comune a miglioramenti, ricorso agli stessi mezzi somiglianza di tutti sul piano psicologico e morale, e a volte persino su quello fisico somatico.

Si può dire che vi è stato un duplice processo: dalla macchina alla produzione di massa; dalla produzione di massa alla formazione delle masse umane. dalla macchina alla merce standard; dalla merce standard all'uomo-massa.

Così il terreno è preparato per una organizzazione nuova della massa: il movimento operaio, nel quale ebbe gran parte appunto il socialismo.

Confronto con i valori cristiani

E' abbastanza comprensibile la disapprovazione del liberalismo da parte della Chiesa sia per una ragione di legittima difesa sul piano politico (anche a prescindere dal problema particolare del potere temporale dei

papi in Italia, che il liberalismo combatteva a morte), sia soprattutto per delle ragioni di principio, che però dal piano etico-religioso si riflettevano anche su quello socio-economico. Soprattutto queste ultime ci interessano qui, trattandosi di un confronto tra i valori cristiani e i valori liberali.

L'esame dei documenti papali circa il liberalismo, da Pio IX a Giovanni Paolo II, ci fa constatare che i punti di contrasto con la dottrina cristiana e anzi con lo stesso spirito evangelico, sono soprattutto i seguenti:

- 1) l'eccesso di individualismo in contrasto con la concezione cristiana della persona, che certo è il valore supremo nel mondo, fatta ad immagine di Dio e destinata al dialogo con Lui, ma nell'ambito della società e in comunione, solidarietà e collaborazione con gli altri.

- 2) razionalismo di base, che riconosce nella ragione umana l'unica sorgente della verità e rigetta la rivelazione.

- 3) il naturalismo, in contrasto con la dottrina

cristiana del peccato originale.

4) l'estremismo e assolutismo nella concezione della libertà come valore supremo e incondizionato.

5) l'utopismo della uguaglianza, illusorio e fonte di inganni e delusioni.

6) il mito del progresso indefinito e incessante, smentito dalla storia e dal realismo di una concezione dell'uomo nella sua condizione terrena, che il Cristianesimo presenta senza cadere negli eccessi nè dell'ottimismo nè del pessimismo.

7) il primato attribuito al benessere, all'economia, alla produttività, al profitto, a favore dell'iniziativa privata e dell'arricchimento individuale a scapito della solidarietà che deve accomunare gli uomini nella società e nel lavoro in vista del bene comune integrale...

Se poi si pensa che il liberalismo e il capitalismo si richiamano e quasi si fondono sul piano economico e finanziario, si vede che la riprovazione del primo è inclusa in tutta la

dottrina sociale della Chiesa circa i rapporti giustizia e di carità che devono legare gli individui e le classi sociali, e circa la funzione moderatrice, compensatrice e sussidiaria dello stato nel mondo dell'attività economica. Bisogna però aggiungere che negli ultimi decenni il liberalismo ha fatto notevoli passi verso un'apertura alla società, specialmente con Roepke e, in Italia con Einaudi, sicchè il giudizio su tale sistema, e sulla sua ideologia, dal punto di vista storico può forse essere meno negativo, anche se rimangono intatte le ragioni del contrasto di fondo con i valori cristiani e le riserve di ordine etico-religioso ed etico-politico.

Si può concludere dicendo che nel liberalismo storico si ha un caso tipico di "verità cristiane impazzite", come diceva Chesterton, cioè squilibrate e portate all'estremismo, in tal caso si tratta di valore squisitamente cristiano della dignità della persona umana, della coscienza, della libertà.

Don Walter TROVATO

18/02/2024

“San Francesco Marathon 2023”



Nella foto, da sinistra a destra: il Patron dell'Evento Padre Federico Claire e il Brand Ambassador Christian Gaston Illan.

È alla sua prima edizione, all'insegna del motto “I Bless You Life!”, la “San Francesco Marathon”.

“Maratona” come metafora della vita.

In un mondo in cui ciascuno di noi corre dietro ai propri impegni quotidiani c'è chi, fin

dal 2017, lavora dietro le quinte per dar vita a un gioioso pretesto per correre insieme: la "San Francesco Marathon".

È un Evento di respiro internazionale quello che ci attende domenica 5 novembre 2023 ad Assisi, in cui si incontrano e fondono Sport, Cultura, Valori, Spiritualità e Solidarietà.

Motto dell'Iniziativa è "I Bless You Life", "Ti Benedico Vita".

L'Organizzazione

Alla sua prima edizione, la Corsa è rappresentata da Padre Federico Claure e organizzata dalla SSD Life Running Assisi, società sportiva dilettantistica no profit affiliata al Coni e alla Fidal.

L'Evento è realizzato in collaborazione con la Città di Assisi e Atletica Vaticana, sotto il patrocinio della Diocesi Assisi - Nocera Umbra - Gualdo Tadino, della Conferenza Episcopale Italiana e dell'Università degli Studi di Perugia.

Sport, Valori, Spiritualità e Solidarietà

L'Iniziativa mira a promuovere i valori che ispirano la vita del "runner" che c'è in ognuno di noi: impegno, costanza, disciplina.

Allo stesso tempo, la corsa è uno sport che va al di là della dimensione fisica per abbracciare quella spirituale.

Ed ecco che ai valori francescani dell'amicizia

e della fraternità si unisce un gesto solidale nei confronti dei più vulnerabili. Le quote di iscrizione, infatti, verranno devolute alla realizzazione di progetti di valore sociale della Diocesi di Assisi e delle Istituzioni civili del territorio. Le opere di solidarietà verranno via via rese note nel sito ufficiale della manifestazione.

Il Messaggio

“La maratona è metafora della vita”, recita il messaggio diramato dagli Organizzatori. “A volte ci sono momenti di avversità, e ci sono anche momenti di bellezza. La bellezza ha la forza di guarire l’anima, di consolarla, accarezzarla, rigenerarla ...”

Prosegue: “La San Francesco Marathon è uno spazio di ricerca, incontro e dialogo aperto a credenti e non credenti, a tutti, sulla base della comune umanità, alla ricerca di quello che ci rende umani, alla ricerca di quello che ci mantiene umani.”

E conclude: “Se le persone tornassero dopo la maratona con un *“Che bello”*! nel cuore, avremmo adempiuto la nostra missione.”

Il sigillo di Qualità

Madrina della manifestazione è la cantautrice, atleta paraolimpica e modella italiana Annalisa Minetti che, assieme ad altri atleti, parteciperà alla staffetta di solidarietà in seno alla maratona.

Brand Ambassador dell'Iniziativa è l'avvocato e imprenditore di origine argentina naturalizzato a Milano Christian Gaston Illan, appassionato di sociologia e noto al grande pubblico come opinionista calcistico televisivo.

“È un luogo speciale, la corsa, nella sua capacità umana, formativa e culturale, unita alla bellezza di questa terra” rivela. “Non può che essere un’esperienza indimenticabile per ogni persona che verrà a correre ...”

Padre Federico Claire, patron dell'Evento, parlando di Christian dichiara: “Siamo molto contenti e grati per il suo entusiasmo e presenza nel Progetto. L'incontro con Christian è legato al nome di Francesco in quanto si deve ad un incontro che lui ebbe con Papa Francesco per donargli un poncho argentino. La sua professionalità, serietà e passione sono valori importanti per questo progetto di solidarietà. Vi aspettiamo con gioia ad Assisi!”

I tre percorsi

La maratona, che si rivolge a chiunque desideri conciliare l'attività sportiva con il suo profondo significato spirituale, è aperta a dilettanti, amatori e professionisti.

Tre infatti sono le attività previste:

- il percorso “famiglia” denominato “Vieni con me!”, lungo 5 km;

- quello competitivo di 10,2 km;
- la maratona vera e propria di 42,195 km.

Quest'ultima si snoderà fra i luoghi più cari a San Francesco d'Assisi: Spennò, Cannara, fino allo scrigno della Porziuncola, la Basilica di Santa Maria degli Angeli.

Ed è proprio qui che nascerà "Il Village": punto di riferimento per eventi e sponsor, all'insegna dei valori sportivi ed etici che ispirano l'Evento.

Informazioni e modalità di iscrizione

La partenza è prevista per le 09:15 circa di domenica 5 novembre 2023 dalla piazza della Basilica di Assisi, che custodisce la tomba del Santo.

Per iscrizioni e ulteriori dettagli, c'è la pagina web dedicata all'evento.

Siddartha-Buddha, svegliaci!

Roma, non è avara di eventi: ma quello del prossimo **7 Ottobre** è certamente di elevata e particolare attrattiva; sia per la Gent.ma Protagonista - la G.D. **Anna Maria Petrova-Ghiuselev** - che per la presentazione della sua ultima

raccolta poetica, dall'accattivante titolo "**Siddartha-Buddha, svegliaci!**" - organizzata dalla **Biennale Artemidia dell'Arte e la Cultura**, di Roma, in collaborazione con la **Scuola Bulgara Assen e Ilija Pejkov** - , ma anche per la cornice a tutto tondo: la **Galleria d'Arte** della e nella prestigiosa **Temple University**.

Chi scrive, ha l'onore di conoscere personalmente l'Autrice: bulgara di nascita e romana di adozione, con un autentico amore per le Arti: è giornalista, attrice, coreografa e produttrice cinematografica oltre che organizzatrice di eventi molto apprezzati per l'alto profilo, tanto nella sua amata Patria che all'estero e in Italia, in particolare. Per Anna Maria Petrova - vedova del celebre cantante lirico **Nicola Ghiuselev**, per celebrare il quale ha creato una **Fondazione e anche un premio internazionale che portano il suo nome**, che è anche prezioso bacino di coltura di eccellenti talenti lirici e musicisti - innumerevoli sono i successi: citiamo solo gli ultimi, in ordine cronologico.

A Maggio, tra gli altri eventi che l'hanno vista protagonista, ha presentato la sua raccolta antologica di poesie in bulgaro, che ha fatto séguito a quella in lingua italiana.

Ma grande è stata la sua soddisfazione nel ricevere due importanti e ambiti riconoscimenti, conferiti per i successi e meriti nella promozione della cultura sia in Bulgaria che in Italia.

Le è stato assegnato il Premio Nazionale per la Cultura di Bulgaria "**Il Secolo d'Oro/Zlaten Vek**" del Ministero della Cultura della Bulgaria, che le è stato consegnato personalmente dal Ministro della Cultura della Bulgaria M° **Nayden Todorov**, con il distintivo d'onore "**Il Secolo d'Oro**" - Sigillo di Zar Simeone I° il Grande - "*per il contributo allo sviluppo e al rafforzamento della cultura e dell'identità nazionale bulgara*"; nelle ricorrenze del 24 maggio - Giornata dei **Santi Fratelli Cirillo e Metodio**,

dell'alfabeto bulgaro, dell'istruzione, della cultura bulgara e della letteratura slava - è stato assegnato ad Anna Maria Petrova - Ghiuseleva, attrice, coreografa e poetessa, fondatore e Presidente della "**Fondazione Nicola Ghiuselev**", attiva nello sviluppo della musica lirica e dell'arte canora bulgara. Motivazione nel Diploma: *"Il Ministero della Cultura della Repubblica di Bulgaria conferisce ad Anna Maria Petrova-Ghiuseleva il Diploma per il suo contributo allo sviluppo e al rafforzamento della cultura e dell'identità nazionale bulgara in occasione del 24 maggio, festa dei Santi Fratelli Cirillo e Metodio, dell'alfabeto bulgaro, dell'istruzione, della cultura bulgara e della letteratura slava"*.

Nell'altro appuntamento in Italia, il 27 maggio a Venezia, Anna Maria Petrova-Ghiuselev è stata insignita dal Prof. Luca Filipponi del "**Premio Internazionale Menotti Festival Art di Spoleto**", Speciale Biennale Venezia 2023, per il suo libro antologico di poesie in italiano, *Annabelle e Nuvole sotto il sole*, edito da FNG Art in Life Editore; libro dedicato alla Bulgaria per l'anniversario della Liberazione e per celebrare l'esordio artistico su schermo e palcoscenico di Anna Maria Petrova, nonché per il suo impegno a sostegno della Cultura e dell'Arte attraverso la **Biennale Artemidia** di Roma.

Per il rispetto, la stima e l'amicizia che ci legano alla N.D. Anna Maria Petrova-Ghiuselev, auguriamo ogni migliore riuscita della significativa presentazione della sua raccolta poetica, "**Siddartha-Buddha, svegliaci!**".

Percezioni, energie positive, che qui si rinnovano porgendo voti similmente fausti anche per conto della Presidenza dell'**Accademia Progetto Uomo (A.P.U.)** con la quale abbiamo dato luogo alla creazione di una 'piattaforma' comune nella cultura, nell'arte, nelle scienze e nell'istruzione, nonché del Magnifico Rettore

dell'**Accademia
Academy.**

Templare-Templar

Auspiciando in un prossimo evento che ci possa vedere impegnati in uno alla Spett.le **Biennale Artemidia dell'Arte e la Cultura**, porgiamo i nostri migliori saluti.

Roma,
2023
Cultura

2

Ottobre
Accademia di Alta

Il Presidente

(f.to Giuseppe Bellantonio)

Accademia di Alta Cultura - Associazione Culturale - Via Marino Mazzacurati, 767 - 00148 Roma (RM) || C.F.: 96024880583 || Registrata AA.EE. di Roma || <http://accademiadialtacultura.blogspot.com> || Facebook: Accademia di Alta Cultura - Italia 1948 || Contatti e corrispondenza, e-mail: accademiadialtacultura@gmail.com

“Il Minatore che riesce a tirar fuori i brillanti dal fango”

Intervista alla Dottoressa Elena Pagliacci Cipriani sul nesso fra salute mentale, Spiritualità e Valori.

Faccio una sorpresa a un'amica che non vedo da tanto tempo. Dovevamo sentirci alle nove su whatsapp per un'intervista della durata massima di un'ora. In effetti,

alle nove la chiamo e le chiedo se è pronta. Mi risponde di sì. Le dico: “Ok. C’è una sorpresa per te. Avvicinati alla porta.” “La mia porta?” “Sì”. Ed eccomi qui, da Lugano a Milano in carne e ossa, complice il portiere che non l’ha avvisata del mio arrivo, sul pianerottolo, davanti alla sua porta.

È pazzesco il nostro “sentirci” a distanza. Perché proprio ‘oggi’ ha deciso di indossare un maglioncino color glicine (uno dei miei colori preferiti) e indossare gli orecchini che le ho regalato al suo compleanno di qualche anno fa. Me lo fa notare, felice della singolare coincidenza che sappiamo non esserlo affatto.

Preambolo.

Ho avuto la fortuna, anzi meglio, la benedizione di incontrare Elena ventitré anni fa, grazie a un amico comune che ci ha presentate.

Non è andata proprio così: la verità nuda e cruda è che stavo attraversando uno dei periodi più assurdi della mia vita e piangevo in continuazione.

Incrocio Franco (l’amico di cui sopra) nel lungo corridoio di una sala di doppiaggio, a Milano. Mi dice: “Ti fisso un appuntamento con una mia amica. È bravissima. Vedrai che ti aiuterà.”

21 marzo 1999: entro e mi siedo sul grande divano del soggiorno della Dottoressa Elena Pagliacci Cipriani, psicanalista e Consigliere nazionale della Lega Italiana di Igiene Mentale, oltre a centomila altre bellissime cose. Bando ai convenevoli, le consumo una nutrita scorta di Kleenex. Il mio Viaggio dell’Eroe più importante inizia così. Pochi mesi dopo intraprendo un percorso spirituale. Lei mi vede rifiorire e ne gioisce, vuole sapere, condivido con lei le mie scoperte. Mi raggiunge in chiesa. Il resto è storia che, col suo permesso, racconterò in un capitolo a lei dedicato della mia autobiografia.

Elena ha un’anima meravigliosa e un cuore che può contenere il mondo.

Incontrarla è un grande privilegio, esserle amica un dono divino. L’ho raggiunta per parlare di argomenti scottanti quale il sensibile aumento, soprattutto fra i ragazzi, di depressione, ansia e stress, dopo il triennio più balordo della nostra storia più recente. L’articolo è qui.

Oggi condivido la parte più spirituale e non per questo meno scientifica della nostra chiacchierata. In tre ore di intervista (volate!!!) ho raccolto una miniera di pepite di saggezza, esperienze e informazioni.

Gli argomenti della nostra chiacchierata.

Si è parlato della correlazione fra salute mentale e spiritualità, di come funziona la mente di una persona felice, dell'importanza di sapere ciò che si vuole dalla vita, dello pseudonimo che un amico famoso le ha appioppato e perché, della vulnerabilità come superpotere, di cosa siano l'autorevolezza, il successo e il vero amore. Se avrete la grazia di seguirci fino alla fine, vi riempirete le tasche di chicche preziose di cui far tesoro per tutta la vita.

Dopo aver "sbobinato" l'intervista e trascritto la nostra conversazione, ho deciso che non avrei cambiato una virgola o quasi di quanto ci siamo dette.

Ne è uscito, a mio avviso, qualcosa di molto speciale.

Non mi rimane che augurarvi buona lettura!

Il nesso fra salute mentale e spiritualità.

J: Un giorno mi hai detto che c'è un nesso fra salute mentale e spiritualità. Se c'è una correlazione tra loro, in che modo si influenzano a vicenda?

E: "Si influenzano tantissimo. Vedi, il senso dell'analisi è la conoscenza. L'ideale sarebbe, come in un matrimonio, che i due coniugi si conoscessero al punto che ciascuno può leggere la vita dell'altro come in un libro e sapere quello che c'è stato, quello che hanno avuto ... Questo è 'conoscere' l'altro. Il grande conoscitore per eccellenza è Gesù, se ci pensi. Lui cosa ha fatto? Per farsi conoscere ha lasciato un libro di consigli (sono stati chiamati 'comandamenti', ma sono consigli) per la nostra vita.

Così è la nostra spiritualità. Ciascuno di noi ha un libro di conoscenze della propria vita, che è collegata con la propria psiche. La psiche è la somma di tutto

quello che è il tuo istinto, l'ego, l'es, tutte queste cose messe insieme. Anche chi non ha questa parte (spirituale ndr), la ricerca. Come? Per esempio attraverso la paura della morte, che ti spinge a superarla con la spiritualità, il credere in qualcosa, qualsiasi cosa.

Ebbene: se osservi una persona malata di mente e la paragoni con una persona posseduta, vedi che c'è un nesso. È come se ci fosse un uomo interiore cattivo che prende la tua psiche e la trasforma. Ho avuto tra i miei pazienti molte persone che hanno tentato il suicidio e tutti dicono la stessa frase: 'C'era qualcuno che mi diceva: Buttati. Perché non lo fai? Buttati!'

È come se la nostra psiche a un certo punto facesse entrare un inquilino indesiderato, che si siede sul divano di casa nostra e non se ne va più via. C'è un miscuglio di quello che potremmo definire 'demoniaco' e quello che è la tua psicologia. Io sono assolutamente convinta che c'è un nesso preciso, perché vedo questo inquilino che si impossessa della mente, soprattutto quella dei ragazzi. E non ha nulla a che fare con quello che bevono: è la somma di tutte le cose (abitudini, pensieri, ndr) che fanno sì che l'inquilino prenda il sopravvento. Il nesso è strettissimo, anche se non lo sai riconoscere."

J: Può una persona con il proprio libero arbitrio scalzare questa presenza?

E: "Potrebbe."

J: E allora perché si arriva a certi estremi?

E: "Perché da una parte hai la voce della spiritualità che ti invita a guardare il cielo, e non è quella voce che ti dice: 'Credi, credi in me'. No no no. È vivere in funzione di questo cielo. Non importa se c'è la prova, la sofferenza. Ti invita a pensare che non sei solo e che puoi contare su una mano che è sempre vicina a te. Anche dall'altra parte c'è una mano, ma è una mano che ti tira giù. È una mano che continua a prometterti sempre e solo cose materiali, ma che ti tira sempre più giù, sempre più giù, sempre più giù. È una lotta quella che devi sostenere, per arrivare a dire: 'No, grazie. Io non voglio scendere così in basso.' Ma quando sei così in basso è difficilissimo risalire."

Il punto di contatto fra psicanalisi e spiritualità.

J: Se ho capito bene quindi psicanalisi e spiritualità hanno trovato un punto di contatto?

E: “È un po’ come quando trascuri una pianta per molto tempo. Alla fine questa pianta non fiorirà più. Credo che ci sia una parte della psicanalisi che nega completamente ciò che è spiritualità e fede. Io ti parlo da credente – ‘credente’, non ‘religiosa’ – e ti parlo di quello che vedo. Vedo che c’è questo nesso: questo inquilino indesiderato entra e ti soggioga. Lo vedo soprattutto nei ragazzini, dove c’è un terreno ampio dove puoi scavare. Quando dico ‘alza gli occhi al cielo’ non intendo parlare di religione o di fede, ma di spiritualità, di etica. L’etica è data dai valori interiori e dalla libertà.

Quando vedi una persona e ti dici: ‘Non riesco a capire: da una parte mi sembra bella, dall’altra la vedo cinica.’ È perché le radici, l’Etica, erano buone all’inizio. Poi arriva la depressione e ti dici: ‘Caspita, com’è possibile?’ ‘Cosa succede?’ ‘Come funziona questo meccanismo?’ Secondo me c’è proprio un incrocio fra spiritualità e psiche. È come se quell’inquilino indesiderato entrasse, tuo malgrado; gli hai lasciato uno spiraglio, una piccola porta aperta: il non perdono dei tuoi genitori, la rabbia repressa, la tristezza che non hai mai espresso. Una delle regole – per stare bene ndr – è esprimere sempre quello che hai dentro: così chiudi la porta e se la porta è chiusa, l’inquilino non entra. Ma se la lasci socchiusa, il male entra. La mancanza di perdono è la chiave più importante.”

Sulla vera Felicità.

J: Cos’è per te la felicità e come si fa a riconoscere una persona felice?

E: “Gli occhi. Guarda gli occhi. Ho avuto nella mia vita tantissime persone che mi dicevano ‘Io voglio avere gli occhi lucenti come i suoi’. Credo che quando tu mandi via l’inquilino indesiderato e fai entrare il cielo, tutto diventa chiaro, trasparente, arriva la verità ed è la verità che ci rende liberi. Quindi se tu sei libero, la persona che non lo è lo vede, e vuole diventare libero come te.

Per me la vera felicità è l'unione della tua etica personale con la felicità alla quale aspiri. Per tanti è possedere case, macchine ... Per me no. La mia felicità è la gioia profondissima che provo quando dò qualcosa a qualcuno senza aspettative e vedo questa luce riflettersi nei miei occhi."

J: Esiste una correlazione tra salute mentale e felicità? E se sì, come funziona la mente di una persona felice? Te lo chiedo per avere qualche dritta da mettere a disposizione di chi non si sente ancora felice e vuole diventarlo.

E: "La mente di una persona felice è una mente in cui 'tutto mi è lecito ma non sono schiavo di niente': vuol dire che tutto mi è concesso - un bicchiere di vino, una sigaretta ... - il veleno sta nella misura. Tanto più esagero, tanto più divento dipendente da una certa cosa, e se sono dipendente da qualcosa, qualsiasi cosa sia ... ne sono schiavo. Se qualcuno ti dice: 'Io sono così buono ...', non credergli. Uno deve essere sempre nella misura. Altrimenti non può essere felice. La felicità è nel non avere rospi in gola, perdonare, avere la misura. Anche Eraclito diceva che quello che diventa malattia è l'eccesso. L'eccesso di freddo, l'eccesso di caldo, non vanno bene. È la misura che fa la differenza. Perfino l'eccesso di amore fa male. Comunque, devo sempre ricordarmi che l'amore non è bisogno ma è scelta. Quindi devo essere felice e contento di me stesso. Poi posso anche avere qualcuno che aggiunge amore, che mi dà amore, che io ricambierò. Altrimenti diventa un bisogno, una schiavitù, una dipendenza."

J: Ammesso che la felicità sia il nostro stato naturale, perché al giorno d'oggi è così raro trovare una persona felice?

E: "Ritorniamo al discorso della conoscenza. Secondo me è importante conoscere te stesso, sapere quello che davvero vuoi, quale sia il tuo obiettivo. Un sacco di persone non centrano il bersaglio. Vanno sempre in tondo, girano su se stesse, vogliono questo, vogliono quello, e mancano il bersaglio, perché mancano quello che davvero vogliono dalla vita."

J: In questa ricerca, cosa suggeriresti a una persona che disperde le proprie energie e non sa cosa vuole?

E: "Di fermarsi e passare del tempo in solitudine, nella Natura."

Il Minatore che tira fuori i brillanti dal fango.

J: So che tra le persone a te più care ce n'è una che ti ha affibbiato lo pseudonimo di 'Minatore che riesce a tirar fuori i brillanti dal fango'. Possiamo fare il nome di questo amico?

E: "Certo! (Il famoso cantante italiano Albano ndr). Lui è un amico carissimo, una persona stupenda che si presenta come non è, nel senso che chi lo vede lo percepisce come arrogante, 'padre padrone', ma non lo è affatto: è una persona meravigliosa che ha il senso degli altri. Lui mi chiama 'minatore' e io lo chiamo 'contadino'. Quando mi dice che tiro fuori dei brillanti dal fango, lui descrive il mio sogno. Quando vedo persone che rinascono dal fango, sono così felice: questo termine - minatore ndr - mi piace un sacco."

J: Ti va di regalarci tre piccole storie di tre persone che hai aiutato a risplendere?

E: "Non potendo fare nomi, posso dire che uno è un ragazzo meraviglioso di una famiglia molto importante che per me è stato come un figlio nato nel mio cuore. Lui è una persona che non solo risplende, ma risplenderà e sarà anche il brillante della sua famiglia, che è una famiglia difficile e complicata.

Poi ho una storia fantastica, quella di un signore che aveva avuto un incidente molto grave in cui le è morta fra le braccia la sua bambina, che era accanto a lui in macchina. Questo signore è venuto da me odiando la psicologia, dopo dieci anni di psicologi, e quando è entrato dalla mia porta mi ha detto, in tono di sfida: 'Avanti! Avanti! Mi dica anche lei perché non sono morto?' E io non so come mi sia venuta la frase - credimi, è venuta dal cielo, non sono stata io - gli ho risposto: 'Ma lei È morto'. E lui ha cominciato a piangere, ha pianto per un'ora e mi ha detto: 'Grazie. Lei ha capito che io ero morto davvero.' Oggi lui risplende perché sta aiutando tutti quelli che hanno avuto un trauma come il suo.

Un'altra pietra preziosa è un famoso compositore, un signore anziano, un'altra persona meravigliosa, con lunghi capelli bianchi, direttore d'orchestra ... Gli era morta la moglie ed era depressissimo, voleva solo morire. Voleva proprio morire. Io gli ho detto che non doveva morire con un amore così grande ... A un certo punto gli ho fatto una domanda, pensando tra me e me: 'Tanto so cosa mi risponderà: questi uomini parlano sempre d'amore ma poi in realtà sono dei

traditori ... Chissà quanti amori ha avuto.’ Sai, a volte, con i nostri pregiudizi, riusciamo a essere cattivi. ‘Mi dica la verità – gli ho chiesto – lei non ha avuto solo quell’amore nella sua vita.’ E lui mi ha detto: ‘No. Io ho avuto due amori nella mia vita. Mia moglie e la mia musica.’ L’ho abbracciato. Lui è un’altra delle pietre che risplendono.”

La vulnerabilità, l’autenticità, la gentilezza e altri valori ...

J: Un altro tuo amico fraterno è il Professor Paolo Crepet, che ho avuto modo di intervistare in occasione dell’uscita del suo libro ‘Vulnerabili’. Cosa vuol dire per te essere vulnerabili?

E: “Per me essere vulnerabili è vivere in accordo con la frase ‘Tutto è puro per i puri’. I puri sono vulnerabili. Perché sono puri, non hanno malizia. Paolo è un mio carissimo amico ed è la persona in assoluto che stimo di più fra i miei colleghi. Mi piace perché ha un background meraviglioso: ha lavorato con Basaglia, a stretto contatto con lui. È intelligente ed è un puro, uno che non si fa trafiggere come tanti da mille cose.

Poi, sai, io vedo dei tromboni e dei cialtroni in televisione che sono terribili. Una volta mi avevano invitato all’Isola dei Famosi e gli ho detto che non ci andavo. Ho detto: ‘Avete tanti cialtroni da invitare ...’ La giornalista che mi intervistava ha detto: ‘Certo, perché quelli come lei non vengono.’ Non ho dormito per tutta la notte.”

J: Questa cosa come ti ha fatto sentire?

E: “A me è capitato solo una volta di non avere il coraggio di andare avanti in una indagine, perché il signore che era venuto da me, elegantissimo, abusava di bambini neonati, e io non ho avuto il coraggio di continuare. Poi però non ho dormito per tanto tempo e mi sono detta: ‘Devi sforzarti. Devi sforzarti.’ Ma non riesco ad andare oltre alla mia, di etica. Non ce la faccio proprio ad andare all’Isola dei Famosi o al Grande Fratello. Non ce la faccio. Perché poi i miei pazienti vedrebbero che sono quella roba lì.”

J: La vulnerabilità è per te un segno di debolezza o un superpotere?

E: “Un superpotere. Essere fragile è bellissimo.”

J: Chi si rende vulnerabile è più autentico, secondo te? E se sì, basta l'autenticità da sola a difenderci da possibili attacchi esterni?

E: “Se sei autorevole sì. Per me ‘autorevolezza’ vuol dire saper ascoltare e saper rispondere in maniera appropriata, non parlando addosso all'interlocutore. ‘Autorevolezza’ è cercare di comprendere quello che l'altro dice anche se va contro le tue idee e cercare di dare una risposta ...

Senti, io racconto sempre ai miei pazienti questo aneddoto, che a me è servito. Uscivo dall'università, avevamo fatto una lezione, io ero con un altro assistente, entriamo al Bar Magenta (storico bar di Milano ndr). Bar pieno. Entriamo. A un certo punto l'assistente che era assieme a me chiede al cameriere un cappuccino senza schiuma. Il barista si capisce che non solo non ha ascoltato, ma che non sta facendo il cappuccino giusto. Per la seconda volta il cliente dice al cameriere: ‘Guardi che io le ho chiesto un cappuccino senza schiuma ...’ Il cameriere si volta e fa: ‘E ho capitoooo’. Arriva il cappuccino ... come, secondo te? Con la schiuma. L'assistente vicino a me dice al cameriere: ‘Scusi ma io per tre volte le ho chiesto un cappuccino senza schiuma.’ Risposta del cameriere: ‘Ma così è più buono.’ Ascolta bene la risposta dell'assistente, che per me è stata un semaforo nella vita: ‘Sono proprio contento di bere il cappuccino che piace a lei’. L'hanno applaudito nel bar. Perché ha risposto nella maniera adeguata, lasciando l'altro senza parole.

Capisci la differenza? ... Tra uno che avesse urlato: ‘Cretino! Ti ho detto che volevo un cappuccino senza schiuma!’ E uno che dice: ‘Sono proprio contento di bere il cappuccino che piace a lei’. Pensalo nella vita di tutti i giorni, nella storia di tutti i giorni. Quando qualcuno ti dice: ‘Stai proprio bene vestita così!’ ‘Sono proprio contenta di aver messo la cosa che piace a te’. ‘Sono proprio contenta di approvare quello che dici tu’. Capisci che cambiamento? Queste io le chiamo le ‘pillole di saggezza’. Dai all'interlocutore la possibilità di capire che ha detto una stupidata. L'hanno applaudito nel bar. E io gli ho detto: ‘Questa è una cosa che farò mia nella vita!’.

Quando sono in coda e c'è quello che ti risponde male, dico: ‘Mi dispiace che oggi sia una brutta giornata per lei.’ Non parlano più. ‘Perché non sei gentile? Perché mi rispondi così?’ Io da quel giorno ti posso dire che ogni volta ... vedo quello che,

non so, in auto tira sotto la vecchietta e poi urla come un pazzo ... Picchietto il vetro e dico: 'Scusi, perché lei non è gentile?' Non riescono a replicare.

Un giorno in un bar un signore entra con due telefonini. Subito quelli del bar gli dicono: 'Ah, due telefonini ... uno per la moglie e l'altro per l'amante!' 'Eh sì, l'ho preso apposta!' Io osservo in silenzio. Poi dico: 'Che brutto ...' Uscendo questo tipo viene da me e mi chiede: 'Perché ha detto che brutto?' 'Che brutto! - gli rispondo - Come sarebbe stato bello se lei avesse detto: 'In realtà uso un telefonino solo, perché è una la persona che amo. Non ho bisogno di due telefonini.' E lui: 'Ma non è vero che io ho l'amante'. 'Peggio!' gli dico 'Perché lei ha detto una bugia in un discorso banale, da bar. Pensi che bello se lei avesse detto invece: Ma no, io non ho bisogno di due telefonini! Lei si è messo nel gruppo dei corvi e delle cornacchie - perché l'aquila vola alto - Non ha bisogno di dire quello che fa o non fa, o delle amanti che ha.' È rimasto sconvolto (ride)".

Il vero successo.

J: Cos'è per te il vero successo? Differisce di molto dal successo che ci viene ogni giorno propinato dalla pubblicità e dai social media?

E: "Assolutamente sì. Quello che i media o comunque la televisione ti mostrano, è un successo effimero perché tu ... guarda i grandi cantanti, quelli che vincono ad Amici e in tutte le trasmissioni di quel genere. Ce n'è uno magari, uno, che ha l'umanità dentro ... Ricordo un aspirante coreografo ballerino ad Amici, che faceva delle cose bellissime e infatti poi è diventato un vero coreografo e ballerino. Uno. Su centomila. Perché? Perché 'dentro' andava contro gli schemi che gli venivano imposti. Andava per la sua strada. Quella era la sua strada. Quelli che rincorrono il successo ma non hanno dentro quel fuoco, invece ...

Vedi, il vero successo non è fatto di soldi, di gloria, di apparire. Siamo sempre lì. Il vero successo è un successo che ti rende felice. Se osservi i personaggi che si sono succeduti alla televisione ... Chi erano i personaggi più amati? Quelli che apparivano? No! Era il Frizzi della situazione che era buono, gentile, educato. Perché quelli come lui rimangono. Gli altri spariscono nel nulla."

J: Se il successo è l'espressione di chi siamo davvero - l'espressione di quel fuoco

interiore – qual è la ricetta per scoprire chi siamo, secondo te, e trovare il nostro posto nel mondo?

E: “Devi trasmettere quell’etica di cui parlavamo prima, un’etica profonda, fondata sui valori di chi ha vissuto nella sofferenza. Tu le vedi le persone che hanno lottato nella vita e quindi hanno raggiunto un risultato ... Non so se ti ricordi quel fantastico pianista che aveva la sclerosi e poi è morto (Ezio Bosso ndr). Lui era fantastico, quello che diceva, quello che faceva ...

Ultimamente ho letto un libro di Mencarelli, che ha scritto ‘Tutto chiede salvezza’ e ha fatto una cosa in televisione meravigliosa, dove lui parte proprio dal concetto che non c’entra il papà, la mamma o quello che hai sofferto. Se tu hai dentro un disagio esistenziale, che è una forma di malessere per cui devi assolutamente soddisfare tutto e tutti, altrimenti ti senti colpevole di non avere aiutato quello o quell’altro ... è questa forma di disagio – che lui è stato bravissimo a tirar fuori – il vero senso. L’etica per cui tu, dando agli altri, dai a te stesso. Ti ripaghi.”

J: Non è una forma di egoismo anche questa?

E: “No, perché dare senza aspettative non è egoismo. Se dai con l’aspettativa del ritorno, allora sì. Se dai con un senso di vittimismo, lamentandoti ... pure. Basta. Tu puoi anche aver avuto una vita da disastro. Poi però ti dici: ‘Adesso devo farcela. Da solo. E andare avanti.’ Mencarelli è così: nei suoi libri, che sono autobiografie, dice proprio questo. Cosa fa lui per uscire dalla droga, dall’alcol? Va nell’ospedale Bambin Gesù a pulire la cacca di tutti quelli che ci sono lì. E da lì risale. Non c’è nessuno che ti può aiutare se tu per primo non fai un lavoro di questo tipo. E lui parla proprio di questo suo malessere, nel suo ultimo libro che è meraviglioso: fa tutto un percorso in cui va in varie case e vorrebbe aiutare tutti, perché il suo bisogno è quello ...”

L’amore con la “A”.

J: Che cos’è per te l’amore?

E: “L’amore deve essere puro e deve essere una scelta, non deve essere un bisogno. Vedi un sacco di persone che stanno insieme per bisogno. Bisogno del

papà, della mamma, dei soldi, dell'appartenenza, bisogno di una donna che ti fa da mangiare. No. L'amore deve essere una cosa del tipo: 'Ho voglia di vedere il tramonto con quella persona lì che, in silenzio, lo vede con me. Questo è l'amore. Il senso dell'amore. Poi, non confondiamo la passione del primo momento con l'amore.

C'è stata un'intervista che aveva fatto Costanzo. Io non lo amavo tanto, ma ne rispettava l'intelligenza così come della De Filippi rispetto i valori profondi e non magari le trasmissioni che fa. Però mi piace come persona quando ha dei valori e si sentono. E lui ha detto una frase: 'Il vero amore è l'affetto che viene nei lunghi anni in cui stai con una persona e la rispetti.' Secondo me è questo l'amore. Non è quello che vediamo, tutto patinato. No, è l'amore di due persone che stanno insieme, si vogliono bene e si rispettano. Reciprocamente."

Sul cambiare il mondo o fondarne uno nuovo.

J: Ha senso adoperarsi per cambiare il mondo in cui viviamo o ha senso piuttosto costruirne uno nuovo?

E: "Nel mio lavoro penso sempre: 'Se anche una sola delle persone che ho visto ha aperto il suo cuore, ha imparato a dare di più agli altri, ha imparato ad ascoltare, nel mio piccolo ho già cambiato il mondo. Penso che stia a noi mettere un piccolo seme. E sono sicura che quel seme lì, se l'ho messo bene, col mio cuore pulito, puro, un giorno darà il suo fiore.

Sai, io piango quando vedo l'orso che devono abbattere ... E penso: 'Caspita, ha ucciso una persona, ma che colpa ne ha? Non lo pensava in quel momento, non aveva la cognizione di ucciderlo. Oppure quando vedo la mafia, e penso: 'Ma non ci sarà mai, mai una ragione per cui questa ... scomparirà? In America buttano bombe, sparano ai bambini ... e la mafia è ancora lì. E io mi dico: 'Come facciamo a cambiare il mondo?'

Allora mi torna in mente una frase che diceva Borsellino, che mi piaceva tanto ... che quando gli chiedevano: 'Ma tu hai paura?' Lui rispondeva: 'Ho un sacco di paura. Ma vorrei che anche gli altri avessero più coraggio.' Penso che sia questa

la chiave. La vera chiave per vincere la paura è il coraggio.”

J: ... e la speranza!

E: “... di andare avanti e di dire: Io, con coraggio e speranza, ho piantato un piccolissimo seme!”

J: Quali sono i tre valori che illuminano il tuo cammino?

E: “L’ascolto lo metto tra i primi perché è il valore dato dal rispetto dell’altro. Quindi è importantissimo. Io ti rispetto e quindi ti ascolto, perché così ti conosco. Poi sai ce ne sarebbero tanti da dire. L’onestà ...

Ma uno dei valori che a me piacciono di più è la purezza. Purezza vuol dire che cerco di non giudicare mai. Faccio di tutto per non giudicare mai, perché chi giudica, giudica sempre. Chi non giudica invece, non giudica mai. Però ci viene facile, a volte, dire: ‘Quello lì, quello là ...’ Per me quindi il valore della purezza è restare fermo nella mia etica e nella mia onestà, in quello che sono io: la purezza del mio sentimento. Non fermarmi alle apparenze. Guardare dentro.

A questo valore fa capo la sincerità. Nell’onestà c’è dentro anche la sincerità ... Personalmente odio i bugiardi. Perché dico che la conoscenza è importante? Perché dico che in fondo Gesù ci ha lasciato quel libro bellissimo, che contiene dei consigli? Perché quando cominci a costruire una bugia, lo vedi anche nelle telenovelas, una, due, tre, cinque, dieci ... tutte queste bugie fanno sì che la tua vita non vada avanti. Mai. Perché le bugie sono sempre una dietro l’altra. E quindi la tua vita non procede ... Mai.”

Arrivederci a presto, Elena.

Ben, il barboncino nero toy della mia amica, abbaia festoso. Sembra voler dire: “È arrivata l’ora della mia passeggiata”. Prometto a Elena di pubblicare l’intervista nel mio blog su Betapress.it., nella speranza di raggiungere il maggior numero possibile di inconsapevoli brillanti, pronti a uscire dal “fango” di una vita – solo in apparenza – priva di senso.

“Non sono una ‘Contessa’”.

L’ennesimo regalo di Clubhouse.

Quante cose sono successe da quel fatidico San Valentino, giorno in cui, consigliata da più amici, ho fatto il mio ingresso in “Clubhouse”!

All’epoca l’applicazione era disponibile solamente per i possessori dell’iphone, e ci voleva l’invito di qualcuno per iscriversi, così come per accedere al “corridoio” sul quale si affacciano le chat, una volta che si è entrati.

Oggi questi passaggi non sono più necessari e chiunque può, in qualsiasi momento, visitare l’app e fare una capatina nelle “room” dedicate a questo o a quel topic.

All’inizio la consideravo né più né meno di uno sfizio. Poi, col tempo, è diventata qualcosa di più: un luogo virtuale in cui fare degli incontri interessanti con persone appassionate degli stessi argomenti.

Con alcune di queste sono nati importanti sodalizi ... come la Room “Il Miracolo del Mattino”, ad esempio: appuntamento mattutino delle 06:30 che ha, di fatto, stravolto le mie abitudini quotidiane, costringendomi a mettere due sveglie per alzarmi al sorgere del sole.

La stanza nasce da un’idea di Silvia e di suo marito Massimiliano, entrambi imprenditori, per condividere temi valoriali di grande ispirazione.

Dal lunedì al giovedì e per novanta minuti, dopo il nostro intervento iniziale cediamo la parola a ciascuno degli ospiti “parlanti”.

O come “Il Giardino Incantato degli Eroi” con il musicista e cantante Fabio

Gómez: punto di riferimento notturno per gli Eroi dei nostri giorni, porto di pace, sereno approdo per riposare dalle fatiche del giorno appena trascorso, ritemprando l'anima con parole "high vibes".

Buongiorno, Cristina!

... E poi un giorno arriva lei con la sua "erre" arrotata, un fiocco rosso gigante a mo' di cappello e i suoi frammenti di viaggio e di avventure in giro per il mondo.

Ascoltarla narrare le sue storie così cariche di pathos, con la stessa nonchalance di chi ha vissuto davvero di tutto, ha acceso in me il desiderio di incontrarla di persona e intervistarla.

"Cri" ha accolto con piacere la mia proposta e, cosa ancora più gradita, mi ha inviato il pdf del suo ultimo libro, la cui uscita è prevista per la fine di quest'anno o l'anno prossimo. Un vero privilegio, per me, averlo in anteprima assoluta!

Così, ho messo da parte le mie letture in corso per leggermi, tutto d'un fiato, "Aristocrap".

Il titolo è il risultato della fusione delle due parole inglesi "Aristocrat" - aristocratico - e "crap" - merda.

Insomma, niente male come aperitivo. Il resto è un susseguirsi di episodi di vita in ordine temporale sparso - ma con una sua logica!

Questo libro, a detta dell'Autrice, è l'ingombrante biglietto da visita da porgere a chi le chieda del suo passato.

Sorrido e penso a quando un nuovo amico mi chiede: "Che personaggi hai doppiato?".

Serafica rispondo: "Vai su wikipedia. Lì c'è tutto. Anche quello che non so".

"È così ... è proprio così" direbbe il nostro comune amico Max, founder e moderatore della Room "Il Miracolo del Mattino": è giunto il momento di starsene in silenzio, lasciando che sia un libro a parlare per noi.

È anche il modo, assai efficace, di voltare pagina. Ricominciare da capo.

Regalo di compleanno.

Il nostro incontro, previsto per le 07:30, è stato anticipato di mezz'ora perché Cri si alza prestissimo e, veloce come il vento del deserto – che tanto le ha insegnato e tanto ama – è già pronta per l'intervista: truccata, vestita di verde smeraldo, fresca di messa in piega. Non so come faccia. È bellissima. Alle sette meno dieci del mattino!

Il suo sguardo azzurro e aperto si apre in un sorriso. Siamo pronte per registrare!

Sono certa che ascoltare la sua voce e quella “erre” birichina che fa molto chic, susciterà in voi le stesse emozioni che ho provato io.

Cri è un Essere Umano bello, dentro e fuori.

Nata in un contesto nobiliare, nel lusso di una Villa familiare nel cuore di Milano, con un papa tra i suoi avi e un titolo ingombrante da gestire, “Contessa”, Cri ha passato l'inferno.

Anzi, “Contessina”, per i compagni di scuola che la schernivano, attribuendole un ruolo che detestava e percepiva stretto e angusto come una cella senza finestre. I bimbi a volte sanno essere crudeli. Del resto, come potevano sapere quello che stava realmente attraversando?

Maria Cristina Margherita Savoldi D'Urcei Bellavitis ha vissuto almeno due vite: quella all'Ombra del male, annidato proprio dove non te l'aspetti, e quella alla Luce del sole nel deserto: lo stesso sole che ha illuminato il suo cammino verso una nuova identità di donna consapevole, umile e integra.

Il Soul Talk, in versione video su Tele Ondina, è qui.

In versione podcast su Radio Ondina, invece, è disponibile qui.

Alla prossima avventura e al prossimo Eroe!

La vostra Ondina Wavelet (Jasmine Laurenti)

I Colori dell'Anima con Samya Di Donato

Nuova vita, nuovo nome.

Può capitare a ciascuno di noi, in ogni momento: un evento “drammatico” e inatteso, uno choc emotivo, un rito iniziatico, una spontanea presa di coscienza, possono risvegliarci a nuova Consapevolezza.

Nel caso di Ilaria Di Donato, la protagonista della nostra storia, è una lunga convalescenza a favorire il suo incontro con i colori.

Ed è proprio in essi che troverà il conforto, l'incoraggiamento e l'energia

necessari per intraprendere un percorso di guarigione a 360°.

Di una cosa è certa: nulla sarà più come prima.

Oggi il suo Scopo di Vita è dire al mondo che “La Luce è la Via e il Colore lo strumento”.

E ancora: “I Colori sono chiavi per aprire le porte della Consapevolezza” e “il Mezzo più importante per migliorare la qualità della nostra Vita”.

Per celebrare la sua rinascita, Ilaria adotta un nuovo nome: “Samya”, che letto in due modi assume diversi significati.

“Sàmya” viene dal Sanscrito e sta per “vento del deserto”, “equilibrio”.

“Samya” con l’accento sulla “i” viene dall’Arabo e significa “Principessa”.

I colori del BenEssere

“C’è un mondo infinito di fili di luce che tesse la trama del destino e che colora la vita di ciascuno di noi”, dice Samya.

Ogni nuance ha una propria frequenza e specifiche proprietà che influiscono sull’Essere Umano a livello fisico, emotivo, mentale, animico.

Ben lo sapevano Platone, Aristotele, Leonardo Da Vinci, Paracelso, Goethe, Kandinskij e altri studiosi, che dedicarono ai colori approfondite ricerche.

Ogni colore ha il suo potere nascosto e sceglierlo consapevolmente, posizionandolo in un certo modo nel campo visivo, può fare un’enorme differenza: nell’abbigliamento, sulle pareti di casa, nell’arredamento!

Anche se vediamo solo il cinque per cento dei colori esistenti, infatti, il rimanente novantacinque per cento “agisce” su di noi.

Lo dimostra il fatto che persone non vedenti, raggiunte dalle onde elettromagnetiche dei colori, riescono comunque a percepirli!

Inoltre, il campo visivo è influenzato per il novantasette per cento dal colore, e i

nostri sistemi simpatico e parasimpatico reagiscono a livello ormonale e neuronale alle vibrazioni che i colori emanano: ecco perché è così importante circondarsi dei colori “giusti”, se vogliamo stare bene e raggiungere i nostri obiettivi!

E tu, di che colore sei?

Se vuoi sapere Chi sei e il tuo Perché, puoi intraprendere un Viaggio interiore attraverso i Colori.

Grazie alla profilatura colorimetrica - messa a punto con Lorenzo Mengoni - e all'applicazione del metodo “Colors”, Samya può aiutarti a scoprire quali siano i tuoi talenti e il tuo “vero scopo correzionale nascosto”, o “Tikkun”.

In pratica, ti accompagna a scoprire la vera Ragione per cui sei qui e il Modo più potente per portare a compimento la tua Mission.

Meraviglioso, vero?

Bene. È giunto il momento di farmi da parte e cedere a lei la parola: la nostra video chiacchierata è qui.

Alla prossima!

Ondina Wavelet (Jasmine Laurenti)

“L’Energia del Denaro” con Massimiliano Mazia

L’energia del Denaro

L’ultimo episodio di “Born 2 Win”, rubrica* condivisa con Massimiliano Mazia – mental e business coach in ambito imprenditoriale e sportivo – all’insegna della Crescita Personale, ha avuto come protagonista il denaro. Anzi, l’energia relativa al denaro.

Per quanto possa sembrare strano, infatti, l’Universo è composto di particelle “danzanti” a determinate frequenze e anche il denaro ha le sue.

Di per sé neutro, può diventare “buono” o “cattivo” a seconda dell’uso che se ne fa, del modo in cui lo si percepisce e lo si tratta ... considerandolo un fine in se stesso, oppure un mezzo per dare vita a un progetto, realizzare un sogno, creare valore per il mondo intero.

Cinquanta minuti sono volati, ascoltando Massimiliano e le sue colte e sagge considerazioni sul denaro e sugli atteggiamenti più funzionali alla sua “creazione”, gestione, protezione, investimento!

Prendendo spunto dalle sue parole, da libri letti sull’argomento e dalla mia esperienza personale, ho stilato un Vademecum che spero con tutto il cuore possa ispirare e incoraggiare chi, in questo particolare momento storico, abbia bisogno di un booster vitaminico.

È una questione di mentalità!

La ricchezza è uno stato mentale.

Il fatto è che la nostra mente antica, il nostro cervello “rettile”, non è programmato per la ricchezza, la prosperità e l’abbondanza.

È “settato” per la mera sopravvivenza e la sua voce si fa sentire, in quello che chiamiamo dialogo interiore, con inutili allarmismi, suscitando preoccupazioni, paure, ansia addirittura.

Quando il pensiero torna a vicende passate per non ripetere certi errori o precorre il futuro, animato da convinzioni più o meno consapevoli, sta costruendo - dietro le quinte del nostro quotidiano tran tran - la realtà che vivremo.

Gestire l’instancabile chiacchiericcio della mente, così come le emozioni da esso suscitate, è impresa non facile ma alla nostra portata.

Vademecum dell’Abbondanza finanziaria

1. L’abbondanza, la prosperità e la ricchezza sono QUI e ORA. Non da qualche parte là fuori, in un tempo futuro. Sono uno stato mentale ed emotivo.
2. Il denaro è un MEZZO per arrivare a un fine.
3. È opportuno che impari ad averne rispetto, ad apprezzarlo e a esserne grato.
4. Imparo a praticare la gratitudine: così facendo, distolgo la mia attenzione da ciò che manca per portarla su quello che già c’è. La gratitudine favorisce l’insorgere di emozioni positive, l’innalzamento delle vibrazioni e l’attrazione di altro denaro.
5. La formula, per i lettori avvezzi alla spiritualità, è: CHIEDO, CREDO, RICEVO.
6. Penso, parlo, sento, mi vesto, scelgo di agire COME SE avessi già quello che chiedo.
7. Non aspetto di ricevere, per agire. Parto subito con quello che ho!
8. Accetto pienamente la mia attuale situazione e me ne assumo totalmente la responsabilità.
9. Non aspetto che una persona, una circostanza, un evento arrivino a salvarmi. Vivo pienamente nel qui e ora e ... mi salvo da me!
10. Pur accettando con gratitudine la benevolenza di chi mi offre il suo aiuto, non nutro aspettative nei confronti di persone o circostanze.
11. Non aspetto di diventare ricco per essere felice. Imparo a essere felice dovunque io sia, con ciò che possiedo.

12. La libertà finanziaria che voglio parte da uno stato interiore: se riesco a SENTIRMI libero indipendentemente da quanto ho in tasca, allora SONO veramente libero.
13. La sequenza corretta dei verbi che portano alla ricchezza sono: ESSERE, FARE, AVERE. Non il contrario. È necessario che io diventi la persona che agisce in un determinato modo al fine di ottenere certi risultati.
14. Recito la mia parte sul palcoscenico della vita, COME SE già fossi quella persona. Scelgo un mentore tra coloro che ammiro di più e cerco di pensare, parlare, agire come farebbe lui/lei.
15. È importante capire CHI sono e qual è il MOTIVO che ispira il mio agire.
16. Mi impegno a raggiungere l'eccellenza in ciò che faccio, coerentemente con i miei Valori, Obiettivi e il mio "Big Why".
17. IMPORTANTISSIMO: mi focalizzo sul fare ciò che faccio con eccellenza, e non sul risultato che desidero ottenere! Quest'ultimo sarà una naturale conseguenza del mio agire.
18. Il mio obiettivo non è la mera SOPRAVVIVENZA, ma la CREAZIONE di VALORE e ricchezza.
19. Per i più spirituali di noi: "So chi sono, faccio quello che so fare meglio, ottengo la ricchezza che è già mia per diritto divino!"
20. Ascolto AFFERMAZIONI che mi aiutino a rimanere sintonizzato su alte frequenze.
21. Presto attenzione a che il mio agire venga ispirato non dall'ego ma dallo Spirito che abita in me. Se il mio agire è ispirato dall'ego, infatti, ciò che otterrò sono emozioni "low vibes" come paura, ansia, preoccupazione per la sopravvivenza, ecc. Se le mie azioni sono ispirate dallo Spirito, il mio desiderio è creare ricchezza e aiutare gli altri a fare lo stesso.
22. Semino parole, pensieri e azioni buone, senza aspettarmi nulla in cambio: l'Universo - Dio, la Vita - mi ripagheranno in modi e tempi imprevedibili in grande, esuberante, gioiosa abbondanza.
23. La Prosperità è figlia della Generosità e dell'Amore.
24. Quando non riesco a spiegarmi perché io mi trovi in una data situazione mi affido alla Vita, nella certezza che la sua superiore Intelligenza farà cooperare tutto al mio massimo Bene.
25. La mia preghiera costante è: "Grazie".
26. Invece di lamentarmi per ciò che non va o ancora non ho, mi assumo piena responsabilità della mia situazione e mi rimbocco le maniche!
27. Imparo ad accettare tutto quello che mi accade, cercando di trarne il

meglio.

28. CHIEDO, RINGRAZIO, MI AFFIDO.

29. Quando arrivano brutti pensieri, non lascio loro il tempo di fare il nido: li accetto, attribuisco loro buone intenzioni – ad esempio, proteggermi da illusori pericoli – e li ringrazio. Poi scelgo di pensare a qualcos'altro, di bello e di buono.

30. Mi ricordo sempre che ciò che esperimento, realizzo e ottengo nella vita, non ha nulla a che vedere con ciò che accade intorno a me o con altre persone: È TUTTO NELLA MIA MENTE!

A questo punto non mi resta che invitarvi a guardare “L'Energia del Denaro”, inspirational talk con Massimiliano Mazia.

Alla prossima!

Con Amore, la vostra Ondina Wavelet (Jas Laurenti)

*appuntamento quindicinale del giovedì sera alle 20:30 sul Canale YouTube “Jasmine Laurenti”

**“La mia passione è dare i numeri”
con Luca Carli**

Un mondo fatto di numeri.

Ero in prima Ragioneria. Durante la lezione di non ricordo quale materia, bussarono alla porta della classe.

Si affacciò uno studente di seconda che, timidamente, chiese di me. A mandarlo era il Prof di matematica, che mi chiedeva di raggiungerlo nell'aula attigua.

Mi tremavano le gambe, mentre seguivo quel ragazzo in corridoio.

Il prof di matematica era bravissimo nella sua materia, e altrettanto esigente con noi studenti.

Avevo più di una ragione per tremare: un cinque in matematica, un quattro in fisica - le sue materie - un quattro in geografia astronomica e un'altra insufficienza non ricordo dove. Insomma: quattro buoni motivi per essere bocciata.

Nonostante le insufficienze e le "bigiate" - fu proprio lui a beccarmi alla stazione dei treni, chitarra in spalla, in partenza per andare a fare una "visita specialistica" - non andò come previsto.

Il prof di matematica mi prese in disparte e, sorridendo bonariamente, mi disse: "Non me la racconti giusta, signorina: tu sei troppo intelligente. Hai due opzioni. La prima è augurarci buone vacanze e rivederci un'altra volta in prima. La seconda è che ti dia un sei in matematica. Ma ... mi devi portare a settembre fisica e geografia. Cosa facciamo?"

Secondo voi, quale delle due opzioni scelsi?

Fu in assoluto l'estate più lunga e calda della mia vita. Mi feci una promessa: mai più, sarei stata rimandata a settembre!

Ne ebbi come premio l'ammissione al secondo anno e, con mia grande sorpresa, mi innamorai dell'Universo, dei pianeti e del loro sincronico movimento, delle maestose distanze che li separano, delle misteriose forze che ne regolano il funzionamento.

Mi innamorerai della divina perfezione di un Cosmo, composto da misteriose cifre: codici che racchiudono – lo avrei scoperto decenni dopo – significati profondi, svelati soltanto a chi oltrepassa la soglia della distrazione, del sonno ipnotico che ci avvolge, privandoci – se non ci destiamo in tempo – del Piacere di Scoprire nuovi mondi.

Mi innamorerai dei numeri.

I Numeri: le Chiavi d'accesso a Chi noi siamo e al nostro Scopo.

E poi c'è Paola e la sua passione di tradurre date significative, orari di eventi sincronici, targhe automobilistiche, lettere di parole e nomi ... in Messaggi con cui l'Universo le parla e la guida.

Sostiene che ciascuno di noi dovrebbe prestare attenzione ai simboli, ai colori, alle metafore con cui la Vita ci ispira a seguire il suo eterno, gioioso fluire.

A ogni numero che si presenta, lei consulta il Manuale "1001 Messaggi dall'Universo": 1001 numeri, convertiti in preziosi Suggerimenti per vivere al meglio il nostro personale Viaggio dell'Eroe.

Autore del magico libro è il suo carissimo amico Luca Carli. Le ho chiesto di presentarmelo: ne è nata una bella intervista, trasmessa in live streaming, in occasione del settimanale appuntamento del "Soul Talk".

"1001 Messaggi dall'Universo"

A venticinque anni Luca si laurea in ingegneria. Non importa in quale ramo: è ovvio che abbia avuto a che fare con la matematica e i numeri! Sta di fatto che,

chiuso il cerchio della formazione scolastica, abbia deciso di seguire la strada del Cuore.

E il Cuore, com'è facile intuire, lo ha portato altrove: a innamorarsi dei numeri come ponti tra la mente razionale e l'Anima, viadotti sospesi tra l'Anima e la Saggezza dell'Universo.

Scrittore e Poeta di rara sensibilità; Divulgatore di Psicologia del Profondo, Crescita Personale, Spiritualità; operatore olistico ed esperto numerologo, Luca Carli è conosciuto soprattutto per "1001 Messaggi dall'Universo": il suo primo libro, cui seguiranno "Viaggio nell'Universo Interiore" e "Discorso con il Fauno, Dio e la Luce".

Ma torniamo ai numeri, che Luca ama così tanto. Ne cito testualmente le parole.

"Come in uno specchio, possiamo rifletterci nei numeri per capire chi noi siamo ... (Questo libro) è un'avventura che ti condurrà, pagina dopo pagina, a scoprire chi sei davvero, oltre a tutte le ipotesi, oltre a quello che ti hanno detto gli altri e oltre a ciò che, per qualche motivo, preferisci ancora non sapere.

La verità si è sempre nascosta dietro l'illusione del mondo, dove ciò che appare così reale non lo è affatto. Voglio allora darti un suggerimento: inizia a guardare le cose che ti circondano come fossero messaggi dall'universo.

I numeri possono aiutarti in molte situazioni, se li riconosci come simboli antichi che si rivolgono proprio a te.

In fondo hai sempre saputo di essere protagonista del gioco della vita.

Andiamo a scoprire i '1001 messaggi dall'universo', dove i numeri sono i codici con cui l'universo comunica con noi.

Questo libro ne svela i messaggi fornendoti le chiavi per entrare nel tuo universo interiore e agire concretamente sulla tua realtà."

E ancora:

"La Numerologia è una porta per entrare nel fondamento dell'esistenza, creare la propria realtà e godere appieno della vita, in armonia con le Leggi Universali.

I numeri ci accompagnano da sempre e sono come una carta d'identità del nostro

essere.

Ce li portiamo appresso da quando siamo nati, principalmente attraverso la data di nascita, il nostro nome e il cognome. Possiamo interpretarli come una guida interiore che presiede ad ogni stadio del nostro viaggio esistenziale, determinando in ciascuno le coordinate fondamentali che controllano l'affettività, il lavoro, i rapporti umani e le aspirazioni più profonde e intime.

Individuare i nostri numeri e la loro influenza significa finalmente comprenderci più a fondo.

Così, possiamo essere protagonisti della nostra vita, collaborando con il nostro destino per non esserne soltanto vittime inconsapevoli.”

Soul Talk

È stato un bellissimo Soul Talk, quello con Luca.

Abbiamo parlato di cosa siano la “Realtà”, la “Verità”, di come possiamo scoprire chi davvero noi siamo e il nostro Scopo, della limitatezza della nostra percezione di “Quello che (davvero) c'è” ...

... dei “problemi”, come “confini creati da noi stessi per metterci alla prova e poterli superare ... perché solo in questo modo, ci è dato di conoscere noi stessi per davvero e continuare a crescere!”

Il Messaggio di Luca è potentissimo e riguarda la necessità di liberarci della nostra presunzione di sapere, per abbracciare la vastità del nostro mondo interiore, riflesso nella vita di ogni giorno.

Non mi resta che lasciarvi alla nostra chiacchierata.

Buona Visione e alla prossima!

Ondina Wavelet (Jasmine Laurenti)

