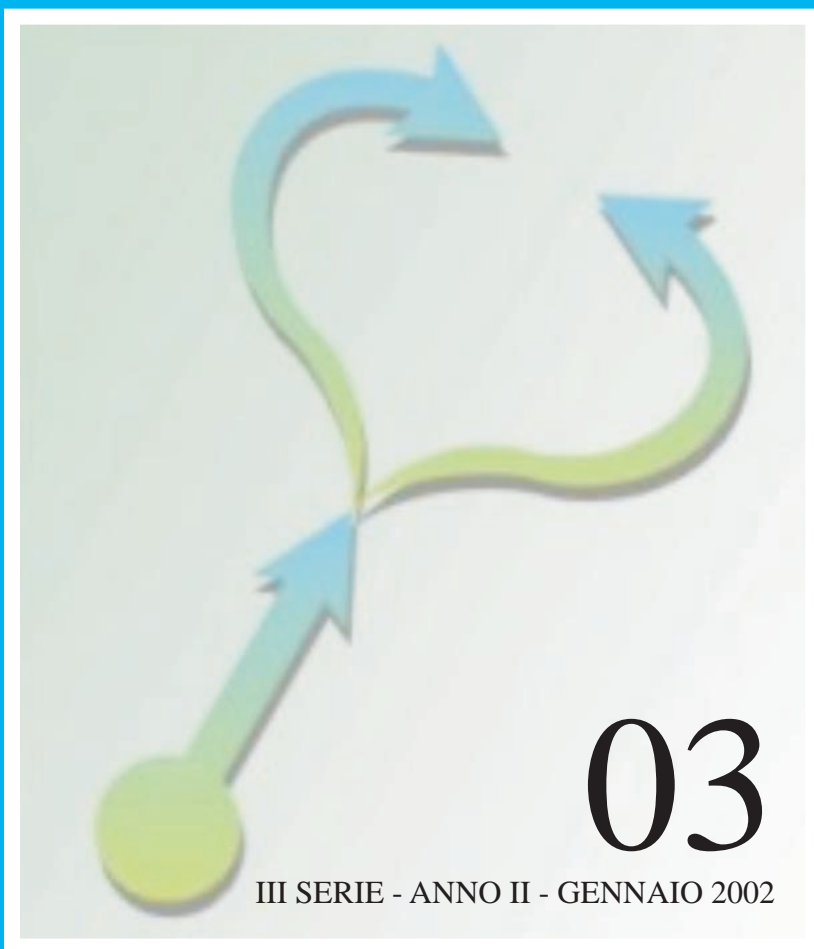


Energia, Carattere & Società

Rivista semestrale organo dell'I.Fe.N
Istituto Federico Navarro
Scuola di Orgonomia "Piero Borrelli"



III SERIE - ANNO II - GENNAIO 2002

I.Fe.N. - Istituto Federico Navarro - Napoli

Energia, Carattere & Società

Rivista quadrimestrale organo dell'I.Fe.N
Istituto Federico Navarro

Terza serie - N. 3
Gennaio 2002

I.Fe.N. - Istituto Federico Navarro - Napoli

Direttore Responsabile: Federico Navarro

Co-Direttore: Manuel Redon Blanch

Redattore Capo: Sergio Scialanca

Segreteria di Redazione: Cinzia Catullo

Redazione:

Sergio Alvino, Franco Cozzolino Coletta,
Enrico Fruscella, Giuseppe Giannini,
Antonio Angelo Girardi,
Carmine Meringolo, Maria Consuelo Pugi

Collaboratori:

Marco Gambardella,
Marialuisa Grosso, Claudio Peduto,
Giuseppe Tartaglia,

Edito da: I.Fe.N. Istituto Federico Navarro
Via Riviera di Chiaia, 276 - 80121 Napoli
www.tiscalinet.it/ifenfnavarro
ifen.navarro@tiscalinet.it

Edizione interna fuori commercio

INDICE

Sergio Scialanca Editoriale	7
Sergio Alvino Luce e Colore nella Vegetoterapia.	9
Cinzia Catullo Dal concetto di Prevenzione al progetto sociale di Ecologia Profonda nella visione post-reichiana	35
Maria Consuelo Pugi I disturbi alimentari - L'anoressia	53
 CONTRIBUTI	
David Donfrancesco G-8: diario di un manifestante pacifista!	71
Sergio Scialanca Diario di battaglia del Guerriero della Luce	79

Sergio Scialanca
Editoriale

Il buon interesse dimostrato dai lettori verso i primi due numeri di questa rivista, ci incoraggia; cerchiamo di dare il nostro contributo al dibattito che svoltosi all'interno dell'I.Fe.N., speriamo si stia allargando all'intera area post-reichiana.

Gli argomenti variano dall'ergonomia clinica, alla prevenzione nell'ottica dell'ecologia profonda, al sociale (ospitiamo il contributo di un giovane sociologo), a un modesto contributo "letterario". mentre ci ripromettiamo, nei prossimi numeri di presentare lavori sulla diagnostica energetica e di approfondire i temi proposti dalla neuroteologia in relazione all'ottica reichiana.

Intanto, checché se ne dica, la voglia di chi si riconosce nell'impostazione ortodossa di Federico Navarro di discuterne eventuali personali arricchimenti, si mostra sempre più forte. Vi è sì qualche diffidenza da rassicurare, ma crediamo nel confronto. Non vi sarà mai, riteniamo, l'adesione acritica di qualcuno al pensiero di qualcun altro, ma la valutazione oggettiva, interessata, dei progressi fatti all'interno della varie aree.

Buona lettura e buon lavoro

Sergio Alvino
Luce e Colore nella Vegetoterapia.

“Ciò che nasce dalla natura è equilibrio, ciò che nasce dalla ragione può essere in disequilibrio. Contattando l’equilibrio il disequilibrio, c’è un’infatuazione reciproca per cui il negativo viene ad essere inglobato dal positivo”.

Anonimo

Napoli, 07 luglio 2001

L’attivazione di un supporto cromatico nella vegetoterapia ci colloca in un campo complesso.

La vegetoterapia si propone in maniera semplice e completa allo stesso tempo, un percorso individuale di crescita e di evoluzione, costituito da una via funzionale che parte dalla testa, sede delle funzioni sottili, ed arriva al bacino, sede delle funzioni più materiali. Nelle varie stazioni del tragitto (i livelli), aspetti particolari del terreno mentale - psichico - fisico propongono, di uno stesso acting, esecuzioni ed interpretazioni diverse per quanto riguarda il ritmo, la durata, la carica energetica investita o ritratta, gli effetti, il tipo di risonanza all’interno del corpo emozionale e psichico della persona, ecc.

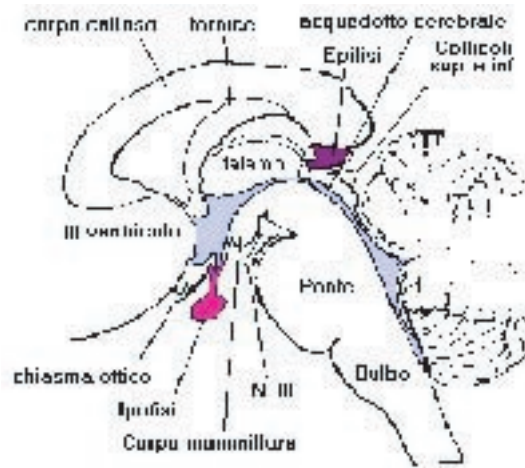
Sappiamo che, in alcuni acting, la metodologia della vegetoterapia già include il parametro luce.

L’importanza della luce, sia essa d’origine solare che elettromagnetica, è senz’altro nota a tutti. Si sa che la luce non è materia tangibile e che il fotone non ha massa, ed inoltre che la luce ha effetto sull’uomo sia dall’esterno, investendo complessivamente tutto il suo campo energetico, sia entrando nel suo interno attraverso gli occhi.

In entrambi i casi l’epifisi ne è direttamente coinvolta, in

quanto organo sensibile alla luce, un sesto senso, un senso particolare che dà sensazioni, come dire, non materiali.

L'epifisi è una stazione ricevente e trasmittente. Tuttavia questa ghiandola non è un semplice trasmettitore, ma un trasduttore nel senso che, attivandosi, opera un cambiamento di stato, traducendo energia luminosa in energia elettrochimica



L'epifisi è il grande stimolatore dell'ipofisi (Fig. 1).

Quest'ultima ha in effetti una doppia stimolazione: dall'epifisi e dal nervo ottico.

Quando un raggio di luce entra nell'occhio, va sulla retina e converge nel chiasma ottico.

Da qui, oltre a proiettare immagini sui lobi occipitali, scende nel mesencefalo, si proietta nel rettiliano, risale al limbico con sinapsi ipotalamiche e ipofisarie e, dopo un round-trip con l'epifisi, si proietta alla neocorteccia, agendo sul comportamento.

Questo significa che una radiazione luminosa, percepita attraverso la vista, ha effetto non solo sui lobi occipitali, con la proiezione d'immagini, ma interagisce:

- * attraverso il rettiliano, sul comportamento ancestrale,
- * tramite il limbico, sistema neurovegetativo, sul comportamento emozionale,
- * e attraverso la neocorteccia sul comportamento evoluto.

Senza la luce il vivente non potrebbe esistere in quanto, per

la nostra natura doppia, abbiamo bisogno sia del buio sia della luce. Sappiamo che il buio stimola nell'epifisi la produzione della melatonina. Questa, se da un lato favorisce il riposo, il sonno e il sogno, dall'altro ha una netta funzione antigonadica, nell'uomo e nella donna. La luce, viceversa, inibisce la produzione di melatonina e questa inibizione favorisce lo sviluppo e l'attività delle gonadi e di tutte le funzioni vitali ad esse connesse.

Questo pone l'attenzione sulle conseguenze psico-fisiologiche della luce nel primo livello della vegetoterapia: accentuarne l'azione non solo ha conseguenze positive sui processi vitali, con l'inibizione della melatonina, ma stimola i processi superiori attraverso feed back corticali.

Ma quando diciamo che la luce penetra è soltanto un abbaglio di origine solare, o elettromagnetico, che questa ghiandola percepisce o questa luce può essere anche un insight mentale?

Osserviamo il fenomeno: un input X, onda vibratoria senza materia, accende l'epifisi. Questa genera un processo che attiva sincronicamente certe funzioni vitali, in modo tale da generare una diversa struttura organizzativa nell'intero complesso. L'organismo tutto riceve, come dire, un impulso di rigenerazione! Ora come l'illuminazione di una zona d'ombra porta chiarezza e migliore visione, lo stesso accade quando un'informazione fa chiarezza nella zona d'ombra dell'ignoranza.

E' sempre luce!

Possiamo dire che la Luce, sia fisica, che mentale, è Informazione?

Chi non ha fatto l'esperienza di trovarsi in una qualche difficoltà, nella quale non riusciva a trovare il bandolo della matassa e all'improvviso per un'intuizione, che altro non è che un fulmineo processo logico d'analisi e sintesi, appare la soluzione? E chi non ricorda come quella soluzione, inaspettata-

mente trovata, porta un momento di rilassamento e d'appagamento, di espansione, di rigenerazione e d'equilibrio avvertito sia nel corpo, sia nello stato d'animo?

Conoscendo la reciproca interdipendenza e interazione tra un benessere materiale ed un benessere psichico e psicologico, tutto questo non ci meraviglia!

Nello studio dell'inserimento di un supporto cromatico luminoso nel modello "Vegetoterapia", dobbiamo tener presente:

- * Quale è l'azione biofisica, quella psicologica e quella psichica, e quali i possibili effetti del supporto cromatico.

- * Come proporre il supporto cromatico.

- * In quale fase del processo terapeutico attivare il supporto.

- * La valutazione dell'aspetto caratteriale e di quello energetico della persona.

Differenti valenze energetiche tra i vari livelli della vegetoterapia.

Iniziamo con alcune osservazioni fisiologiche e anatomiche. Nel primo livello l'intervento della vegetoterapia è attraverso un micromovimento somatico.

Se prendiamo ad esempio l'acting delle mani sull'orecchio, siano esse aderenti o prossime, questo comporta una variazione nello stato dei muscoli endocranici dell'orecchio: il muscolo tensore del timpano e lo stapedio.

Consideriamo una situazione-tipo di setting terapeutico, in un ambiente acusticamente tranquillo. Se la persona accetta positivamente il contatto, avviene un'espansione-distensione in

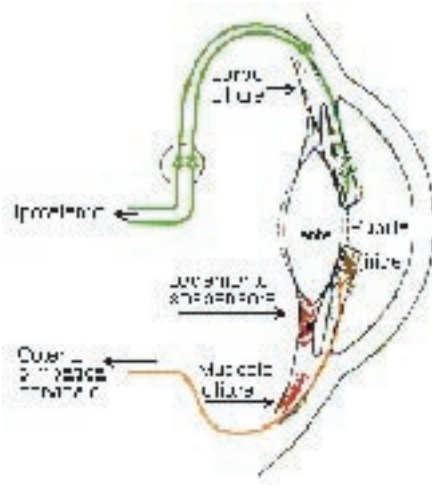
tutto il campo del soggetto. Ciò opera un rilassamento dei muscoli, una conseguente espansione e una migliore conduttività dell'input della sorgente esterna, dal nervo acustico ai centri uditivi nell'encefalo. Il percorso risulta non traumatico, i canali sono aperti e questo fa sì che le vibrazioni si propagano senza ostacoli fino ai centri uditivi temporali.

Se, viceversa, da parte del paziente, non c'è accettazione positiva, si instaura uno stato d'allarme e di reattività, manifesta o meno, quindi una contrazione-tensione dei muscoli e in particolare di quelli dell'udito. In questo caso la percezione uditiva si contrae e viene alterata.

Quanto sopra vuole evidenziare che la contrazione o il rilassamento dei muscoli che regolano il timpano non hanno azione sul mondo esterno. E' l'effetto del vegetativo che opera sulla muscolatura liscia, la cui conseguenza è un filtraggio alterante, o meno, la percezione dell'input proveniente dal mondo esterno.

Lo stesso accade nell'occhio (Fig. 2) per i muscoli costrittori della lente (il muscolo ciliare e il legamento sospenso-re) e per i muscoli dell'iride che regolano la dilatazione o la costrizione della pupilla (sfintere e dilatatore).

Più precisamente possiamo distinguere nell'occhio due tipi di azioni muscolari: una dovuta al micromovimento, combinazione di contrazione e



rilassamento dei muscoli costrittori della lente e della pupilla, ed una al macromovimento (muscoli oculomotori). In entrambi i casi non c'è interazione con il mondo esterno; tutto si compie all'interno dell'individuo, sotto il prevalente controllo del vegetativo.

In tutti gli altri livelli il lavoro degli acting interessa le masse muscolari, grandi o piccole che siano, attivate principalmente dal SNC.

Abbiamo due eventualità: movimento muscolare con ridotta azione sul mondo esterno ma con maggiore effetto sul mondo interno, intrapsichico (bocca aperta, collo in fuori, ...), e movimento muscolare con maggiore azione sul mondo esterno ma con minore effetto sul mondo interno (rotaz. con il no, pugni, coda, vogatore, medusa, ...).

Possiamo quindi considerare: da un lato la tipologia del muscolo interessato al movimento e l'azione, o la non azione, che questo ha sul mondo esterno, dall'altro lato l'effetto dell'attivazione del muscolo, la ripercussione che quel movimento ha sull'organismo (Tab. A).

Il movimento causa un cambiamento di stato, sia tempora-

M U S C O L I	Fibrocellule (SNV)	micromovimento (m. lisci)	Senza azione sull'esterno	m. dell'orecchio; m. costrittori della lente e della pupilla
	Muscoli striati, (SNC)	macromovimento	Senza azione sull'esterno	m. oculomotori
			Ridotta azione sull'esterno	cambio postura, statico (act. del Collo)
			Decisa azione sull'esterno	movimento continuo (act. dei pugni)

Tab. A

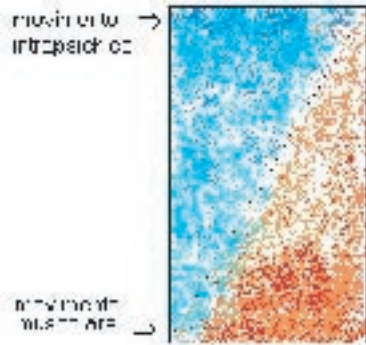
neo che prolungato, e questo crea a sua volta una risonanza nei processi superiori. Questa risonanza può presentarsi in uno dei due sistemi seguenti, o su entrambi ma a gradiente:

1. Sistema Psicologico (S.N.V., limbico). L'emozione affiora alla Coscienza, intesa come conoscenza attuale di se stessi. In una persona la Coscienza è funzione dei valori che quell'individuo ha assunto come proprio modo di vedere la realtà; è quindi funzione dell'Io.

2. Sistema Psicico (S.N.C., corticale). Interviene un processo mentale superiore che amplia la Consapevolezza, intesa come il derivato della coscienza, esperienza interiore ad ampio respiro. In una persona la consapevolezza è funzione del Sé.

Ritengo che l'agito di un acting che coinvolga la grossa muscolatura, in particolare quella con azione sul mondo esterno, porta una risonanza sulla coscienza della persona, implicando esso l'eccitazione del corpo emozionale. Viceversa un acting che attiva un movimento senza operare sul mondo esterno, e in particolare quello agito dalla muscolatura liscia, ha più effetto nell'ambito della consapevolezza della persona. Le due

eccitazioni sono a gradiente compensativo (Fig. 3).



Gli acting del primo livello, una volta superata la frizione emozionale, sollecitano maggiormente l'aspetto intrapsichico. Qui, sopita la mentalità, affiora l'attività più equilibrata di una Mente, insieme d'impulsi energetici e di logica. Più ampia è la logica, più la

Mente è in grado di ri-conoscere e comprendere.

Inoltre, sempre considerando il 1° livello, sappiamo che la Ragione, strumento della logica, si basa oltre che sui processi e i sensi più utilizzati dalla ragione sono: l'udito e la vista. Stiamo parlando della dimensione spazio - tempo, essendo l'u-

dito la misura del tempo (vedi i ricordi) e la vista la misura dello spazio.

Concludendo: il primo livello della vegetoterapia è, a mio avviso, l'entrata per il portone principale, attraverso cui è possibile accedere alla struttura della persona. Gli acting di questo livello privilegiano la muscolatura liscia dei due sensi più arcaici, strettamente connessi a funzioni logiche e di pensiero. Queste ultime, base dell'attività della mente, consentono a questa di procedere attraverso sintesi di coscienza e di consapevolezza.

Ritengo che il supporto cromatico vada agito principalmente in questa fase del lavoro!

E' significativa la convergenza che si riscontra tra certi processi e la codifica della metodologia della vegetoterapia. Essa parte in effetti dalle energie più sottili, il mentale, il sentimento, l'ancestrale per poi discendere nella materia, sia essa il blocco fisico sia il rimosso emozionale.

Si allenta il coeso della mentalità e s'interviene sul coeso fisico. Con la verbalizzazione la persona ricodifica una mappa del mentale, che a sua volta potrà reggersi su di un corpo più libero.

Sappiamo tutti che una terapia non termina mai nella vita ma, una volta completato il percorso della vegetoterapia, ritengo che la persona abbia sufficientemente compreso il processo in modo tale da poterlo poi proseguire da solo.

La mente e il corpo sono due dipoli, con in mezzo le emozioni. L'interazione resta tra la Mente ed il corpo. Una mente che concepisce ed un corpo che realizza rappresentano un'unica unità funzionale vitale. Possiamo dire che se un corpo si ammala è perché la mente è in disequilibrio!

Cosa è, quale l'effetto e dove agisce il supporto cromatico.

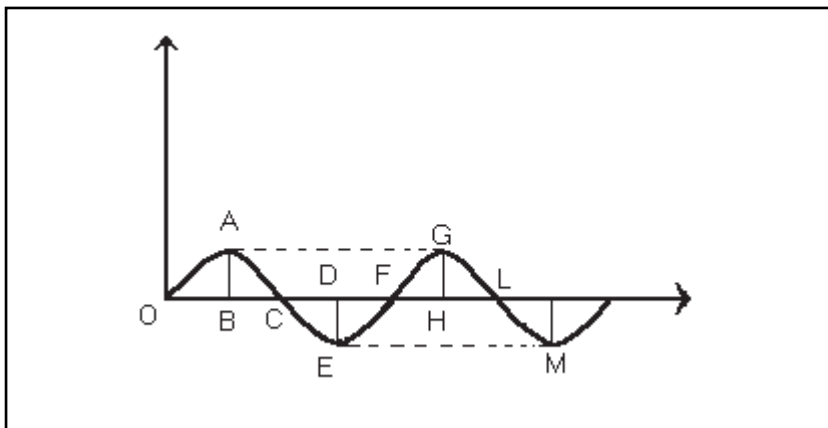
Fatta queste premesse vediamo come usare il supporto cromatico nella vegetoterapia.

Abbiamo uno strumento (la luce colorata) ed un campo su cui applicarlo (il paziente in terapia). Per quanto riguarda lo strumento dobbiamo specificare:

- * cosa è, secondo la fisica, la luce;
- * quale è l'effetto biofisico, quello psicologico e quello psichico;
- * dove va ad agire l'energia luminosa.

Cosa è?

La luce è una radiazione, emissione da parte di una sorgente di un quantum di energia oscillatoria, che si propaga ad onde. L'emittente prima è cosmica: il SOLE. Tutte le altre emittenti sono prioritariamente di origine elettromagnetica.



Consideriamo alcuni elementi di base delle radiazioni.

Nella Fig. 4 la lunghezza d'onda è la distanza che definisce l'inizio e la fine di un'onda completa (si misura in nm).

L'Amplitude A , altezza AB dell'onda, è l'intensità d'onda elettromagnetica. Infine la Frequenza è $F = n^\circ$ di periodi il minuto secondo (periodo = λ).

Onda – vibrazione.	λ	F
Raggi Cosmici, Raggi gamma γ , Raggi X		Trilioni cicli/sec
UV Ultravioletto solare	10 → 400 nm	$7,89 \times 10^{14}$
Violetto	380 → 440 nm	6,66
Blu – Azzurro	440 → 500 nm	6
Verde	500 → 560 nm	5,26
Giallo	560 → 610 nm	5,1
Arancio	610 → 660 nm	4,9
Rosso	660 → 780 nm	3,85
Infrarosso IR	800 → 15.000 nm	3,76
Onde Hertziane: radar, radio, televisione, ecc.		

Tab. B

Abbiamo inoltre che la relazione tra la Velocità V di propagazione dell'onda, la Frequenza F e la lunghezza d'onda è:

$$V = F \times \lambda$$

Ogni radiazione monocromatica, caratterizzata da una determinata F ed una determinata lunghezza d'onda, dà a noi la percezione di uno specifico colore.

Dalla tabella B osserviamo che la lunghezza d'onda è crescente procedendo dai raggi cosmici alle onde radio, potendosi queste ultime misurare in metri, mentre la frequenza d'oscillazione è decrescente dai raggi cosmici alle onde radio.

Questo, riferendoci al visibile, significa che la luce rossa ha una lunghezza d'onda ampia ed una ridotta frequenza, mentre quella blu ha una lunghezza d'onda più piccola ed una frequenza maggiore.

Il potere di penetrazione di una radiazione è tanto più forte quanto più alta è la frequenza vibratoria per cui, come i raggi X

penetrano più profondamente di qualsiasi radiazione luminosa, così il blu penetra più in profondità del rosso. Potremo concludere allora che le radiazioni a lunghezza d'onda più corta hanno maggiore capacità di penetrazione rispetto a quelle con lunghezza d'onda più lunga.

Da non dimenticare che, nell'attraversamento di un mezzo, la frequenza rimane invariata, mentre la lunghezza d'onda può variare a seconda del tipo di mezzo attraversato. Questo spiega il fenomeno della rifrazione e riflessione, per cui una luce bianca, attraversando un corpo, ne uscirà con una colorazione diversa a seconda della sostanza del mezzo attraversato. Nell'attraversamento varia pure la potenza della radiazione incidente, parte della quale può essere assorbita dal mezzo attraversato.

Quale è ...

... l'effetto biofisico, quello psicologico e quello psichico?
Per quanto riguarda la classificazione dei colori, la sequen-

VIBRAZIONE	EFFETTO elettrochimico - biofisico
Indaco	Elettrico, rinfrescante, astringente, anestetizzante, è la combinazione del blu con un tenue rosso.
Violetto	Ha il più alto potere elettrochimico, data l'alta frequenza della sua vibrazione.
Blu Azzurro	Anestetico, analgesico, antispasmodico, antisettico, rinfrescante, soporifero, astringente.
Verde	Non è astringente, né riscaldante, né acido, né alcalino. È il colore della natura e delle forze equilibrate.
Giallo	Non astringente; alcalino; vivacizza.
Arancio	Riscaldante, non elettrico, euforizzante, non astringente, energizzante.
Rosso	Alcalino, non elettrico, non astringente. È il grande attivatore energetico della struttura fisica dell'uomo.

Tabella C

za cromatica viene comunemente considerata costituita da colori freddi (indaco, viola e blu - azzurro) e da colori caldi (giallo, arancione e rosso). Il colore verde si trova in posizione mediana: neutro, in equilibrio.

Nella progressione dall'indaco al rosso, il punto zero dei vari parametri risulta la radiazione percepita come verde. Così (Tabella C) il rinfrescante, l'astringente decrescono dall'indaco al verde, mentre dal verde in poi crescono l'alcalino, l'anabolico, il riscaldante.

La sequenza cromatica si bilancia tra gli estremi del mondo biofisico, che possono essere:

il catabolico e l'anabolico,
l'acido e l'alcalino,
il rinfrescante e il riscaldante,
l'astringente e il rilassante e così via.

Le osservazioni fatte sull'aspetto fisiologico si proiettano nel biologico e da qui nello psicologico. La tabella D sintetizza quello che la cromoterapia ha da anni acquisito, sperimentato ed applicato come supporto nelle terapie riequilibranti sia le alterazioni somatiche che quelle psicologiche.

Per quanto riguarda l'effetto sullo psichismo ritengo che dobbiamo risalire all'archetipo simbolico.

Perché?

Noi sappiamo che la manifestazione psichica avviene, a seguito dell'elaborato della Mente attraverso l'azione e il comportamento.

Ma l'informazione che arriva alla mente, è di due origini: una è strettamente inerente all'esperienza ontogenetica (vedi: sensorialità) di quella persona, l'altra dipende da quella filogenetica dell'umanità. Stiamo parlando, in questo caso, d'archetipi codificati in simboli.

E il simbolo non è aria fritta! Il simbolo è un potenziale

altamente funzionale! Un simbolo contiene in sé un elevato condensato d'informazioni, come i numeri o le figure geome-

COLORE	EFFETTO clinico, psicologico e psichico
INDACO	Disturbi oculari, malattie del naso e delle orecchie, ossessione e forme d'alienazione mentale. Grande purificatore del sist. circolatorio fisico purificatore mentale in quanto controlla le correnti psichiche dei corpi sottili.
Violetto	Tonifica il sangue venoso e lo purifica; acidulo; stimola le qualità intuitive, sedativo per disturbi nervosi e mentali. Stimolante del S.N., è il purificatore ideale.
Blu Azzurro	Produce ischemia cutanea profonda, indicato per crisi nervose, nelle ipereccitazioni, calmante per i sanguigni, deprimente per i linfatici, seda l'insonnia e tutte le infiammazioni.
Verde	Diminuisce l'eccitazione degli stati febbrili; miglior rimedio per il riposo di sogg. eccitati; calma il cuore ed equilibra il sist. simpatico. Agisce sulla pressione del sangue in modo insolito in quanto il giallo stimola e ristora il cervello e il blu modera la pressione.
Giallo	Stimola: sist. linfatico, secrezioni interne, stomaco, pancreas, fegato, milza, disturbi epatici, e disturbi dermatologici in genere. Tonic per i nervi, stimola il plesso solare; purifica l'organismo, migliora la struttura della pelle.
Arancio	Indicato per: asma cronica, febbri che stimolano produzione di muco, bronchite, infiammazione dei reni. Il raggio arancio trasforma l'energia sessuale in energia creativa; solleva lo spirito e imprime ottimismo; combina l'energia fisica con il discernimento mentale. Controlla il centro splenico (milza e pancreas) favorendo l'assimilazione, la distribuzione e la circolazione.
Rosso	Eccitante per i sanguigni, stimolante per i linfatici; stimola l'attività psichica nelle depressioni. Indicato per: disturbi circolatori, anemia, debolezza e stanchezza fisica, raffreddori, insufficienze circolatorie ... Controlla il chakra coccigeo (processi fisici, procreativi, ricostruttivi); stimola questo centro a produrre adrenalina; moltiplica i corpuscoli emoglobinici.

Tabella D

triche.

Il simbolo è l'espressione astratta di un qualcosa che può manifestarsi in materia, proprio come dall'immagine di un cerchio l'uomo è passato alla ruota.

Vorrei qui sottolineare la differenza esistente, secondo me,

tra analogia e simbologia.

L'analogia un tipo di relazione. » un passaggio diretto per parentela, per similitudine funzionale, tra due elementi già esistenti sensorialmente: battere i pugni, in un acting di vegetoterapia, dicendo "Io" è analogo, simile a quando batto i pugni su un tavolo affermando una mia idea, la qual cosa è paragonabile a quando per affermarmi do un pugno per superare, rompere o destrutturare l'impedimento. L'azione è materialmente uguale (sensi) e l'effetto è psicologicamente simile, ma incruento. Il passaggio tra i due eventi è immediatamente consequenziale, entrambi si esprimono con energie che sono tutte sullo stesso piano.

Diversa è la simbologia. Il simbolo, collegando l'astratto con il concreto, esprime sinteticamente un insieme di condizioni e funzioni. Può essere un oggetto (bandiera), una cifra (Cu sta per rame) attraverso cui si indica sinteticamente un insieme.

Quando parlo di simboli arcaici mi riferisco a simboli che prescindono dall'epoca culturale e storica di un popolo, ma che si attestano ad un continuum della storia dell'uomo, o dell'umanità. Il simbolo del cerchio, con piccoli segmenti che lo circondano a raggiera, rappresenta il sole, dai primordi fino ad un bambino dei nostri giorni.

Anche i colori fanno parte dei simboli arcaici, tanto che automaticamente al rosso associamo il fuoco. E' per questo che ritengo i colori una delle vie d'accesso allo psichico! Vediamo quali.

Alcuni ritengono che i colori fondamentali siano il blu, il rosso, il giallo e il verde, mentre altri ritengono che siano il rosso, il blu e il giallo. Perché?

I colori fondamentali dell'artista sono tre: rosso, giallo e blu; sono le pigmentazioni base da cui si ottengono per mescolanza tutti gli altri colori.

Viceversa i quattro colori fondamentali più diffusi in natura sono il blu, il rosso, il giallo e il verde e per accedere allo psichismo, e sanare squilibri, dobbiamo riferirci ai colori della natura, quelli che sono nati con l'uomo: il cielo, il fuoco, il sole e il prato. In questi si fondono inscindibilmente il simbolo, l'energia e l'effetto di funzionalità archetipe, fin dai primordi della storia dell'uomo.

Volendo proseguire in considerazioni funzionali relative agli "opposti", terreno base della nostra natura, avremo:

Blu - azzurro = freddo, aria, esterno, cielo, maschile, mente, non materia ...

Rosso = caldo, fuoco, interno, terra, femminile, corpo, materia ...

Il blu - azzurro (il cielo) è il simbolo della spiritualità, della creatività, è associato ai processi psichici e mentali, penetra più in profondità.

Il rosso (il fuoco) è associato ai processi vitali più materiali, è l'energia della materia, più leggera rispetto al blu, penetra negli strati più superficiali e produce calore.

Da fotografie fatte ai quark con la macchina Kirlian, si è visto che il quark blu ruota ad una velocità maggiore di quella del quark rosso. Questo crea nel quark blu una forza gravitazionale centripeta - attrattiva superiore a quella del quark rosso. Questa può essere una spiegazione del perché si considera l'azzurro più denso, e il rosso meno denso!

C'è una considerazione che fa il dott. Nader Butto, riguardo lo scambio energetico tra l'uomo e la donna. Egli afferma che nell'uomo l'energia blu è nel cuore e quella rossa nei genitali, mentre nella donna è viceversa: il blu nei genitali e il rosso nel cuore. Entrambi nell'amplesso sessuale realizzano una circolarità energetica.

Questo cosa può significare? La mia spiegazione è che l'e-

nergia spirituale (il blu) nella donna è forte nel rapporto d'amore, nei genitali, in quanto tramite essi genera, mentre nell'uomo l'energia spirituale è forte nel cuore, in quanto crea dagli impulsi e dai sentimenti.

Dove va ...

... ad agire l'energia luminosa? La radiazione cromatica, applicata alla vegetoterapia, va utilizzata principalmente attraverso il senso della vista.

Qualsiasi squilibrio nel funzionamento del nostro corpo fisico, eccetto i casi di trauma, ha origine nell'alterazione - disequilibrio della mente (comunemente chiamata psiche), e dalla relazione mente - corpo. L'applicazione di un supporto cromatico nella vegetoterapia va diretta alle prime sinapsi della manifestazione del disequilibrio, a quelle stazioni più prossime alla causa prima: l'alterazione psichica. Per tale motivo, utilizziamo uno dei due canali sensoriali privilegiati dall'attività mentale: la vista.

Possiamo considerare due possibilità di applicazione della radiazione luminosa:

- * attraverso l'osservazione indiretta, come situazione di campo,

- * attraverso la diretta osservazione visiva da parte del soggetto.

Nel primo caso, la luce colorata va ad illuminare l'ambiente dando alle pareti, al soffitto e agli oggetti una colorazione soffusa. La scelta del colore viene fatta come sottofondo cromatico della situazione di campo del soggetto in terapia, considerando sia il livello energetico (ipergonotico o iperergonoti-

co) che il suo blocco principale (carattere).

L'obiettivo è stimolare un riequilibrio degli eccessi o difetti.

I colori da preferire in questo caso sono l'azzurro, il verde e le loro gradazioni, più chiare, più scure o sfumate con i colori adiacenti.

Perché? Perché il bersaglio è la struttura psichica e in questo caso, come abbiamo detto, bisogna preferire colori freddi, colori che, attraverso la vista, possano penetrare più in profondità. Dobbiamo parimenti evitare colori caldi, i quali possono aumentare gli eccessi del catalizzatore somatico.

I colori vanno proposti con ridotta intensità e brillantezza in modo da dare un input soffice, con toni pastello. L'azzurro come base per riportare equilibrio tra psichismo e corpo emozionale, e il verde per equilibrare la materia. E' preferibile usare sempre prima l'azzurro e, dopo il riscontro di un migliorato equilibrio, si può utilizzare il verde. In linea di massima eviterei di operare prima con il verde, se non c'è un minimo di equilibrio.

Ad una persona iporgonotica si proporrà un colore turchese (oppure inizialmente un celeste per poco tempo e poi subito il verde-giallino), ad una persona iperorgonotica una colorazione azzurrina. Iporgonotico è colui che presenta una disorganizzazione in difetto nelle risorse mentali (psichiche) e una conseguente carenza di pulsioni vitali, come se il campo fosse avvilito e la vitalità umiliata. Iperorgonotico è colui che ha una disorganizzazione in eccesso di risorse mentali, che non riesce a ben canalizzare attraverso l'azione, per cui gli si crea un ingorgo.

Per quanto riguarda il blocco caratteriale, ricordo un'affermazione di Reich: "Il carattere è la contrazione di campo dell'individuo (protezione narcisistica). La muscolatura contratta

è la conseguenza delle emozioni bloccate e fissate.”

L'incidenza del blocco caratteriale, nella scelta del colore, presenta tali varietà da rendere difficile una codifica particolareggiata. Oltre ad indicare il colore verde, come quello più idoneo per le alterazioni fisiche e psicologiche, ritengo preferibile, per la scelta delle tonalità o delle combinazioni, delegare il tutto all'esperienza del cromoterapeuta, al suo saper cogliere quale può essere la sfumatura adatta a quel carattere, in quello specifico momento. Sarebbe interessante un lavoro di equipe in modo da poter produrre un repertorio clinico di base!

Nel caso di illuminazione diffusa suggerisco, comunque, di evitare le colorazioni più calde, dall'arancione al rosso. Questo perché l'uso del supporto cromatico, in questa intenzione, è diretto ad equilibrare la psiche ed il tono dell'attività mentale, cosa che viene fatta con colori freddi e penetranti. Una rivitalizzazione delle funzioni corporee è preferibile farla alla fine di una seduta e sempre con sfumature tenui, mai con colori carichi.

L'altro modo di utilizzare il supporto cromatico è diretto: la persona guarda direttamente la lampadina colorata che diventa l'altro da sé. In questo secondo caso la scelta del colore non vuole realizzare, come detto precedentemente, una situazione di rilassamento mentale e di conseguente benessere fisico. Questa volta il supporto va agito direttamente, attraverso la vista, sulla muscolatura liscia degli occhi, senza negare gli effetti collaterali di tipo psicologico o psichico. Questo non sarebbe possibile poiché, essendo il percorso dell'impulso visivo diretto ai lobi occipitali, al mesencefalo, al limbico ed infine alla neurocorteccia, l'effetto è sempre triplo: agisce sul difetto visivo (matrice o conseguenza del carattere), sullo psi-

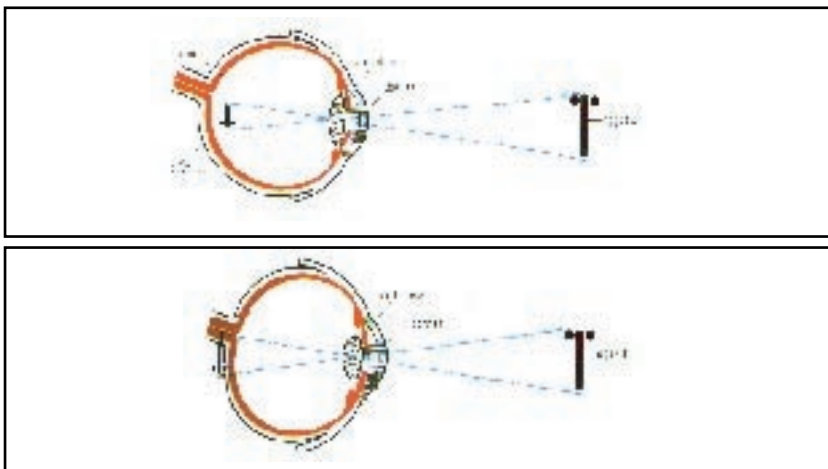
cologico e sullo psichico.

I difetti visivi su cui si è focalizzata la vegetoterapia sono: l'astigmatismo, la miopia, l'ipermetropia e la presbiopia. I quattro difetti trovano espressioni nei quattro acting sugli occhi: punto fisso, naso-cielo, tergicristallo e rotazione.

Ricordiamoci che i difetti citati si presentano come manifestazione di un'alterazione del metabolismo energetico nell'individuo, modifica che, se permane, si fissa nel carattere della persona.

Nell'astigmatismo, dove la persona non riesce a fare il punto della situazione, ci vuole un colore che non dia alone alla vista. Un colore non sfocato. Un colore non rifrangente. Un colore, cioè, che non rinforzi il difetto.

Il giallo no, perché si rifrange e nemmeno la semplice lampadina trasparente. In effetti non suggerisco nessun colore. Questo può essere lasciato alla scelta individuale del paziente,



a quel colore che gli porta serenità. Se all'individuo il blu dà fastidio, allora gli si darà il verde. L'importante è proporgli

colori definiti.

Per la miopia occorre un colore chiaro: può essere un azzurro chiaro o un verde chiaro. Perché? Il miope non vede bene in lontananza. Se si osserva un quadro e la sua prospettiva, come si ottiene l'effetto delle cose lontane? Schiarendo i colori!

Trattandosi di un paesaggio, ad esempio, la lontananza è rappresentata dal cielo. Essendo per prospettiva lontano, esso è più chiaro, diventa non più azzurro, ma celeste pallido.

Per far sì che il miope veda la lontananza di un cielo, questo dovrà avere un tono più carico, e il tono sarà celeste intenso. Questo è l'ideale per il miope. Non l'azzurro forte e nemmeno il celeste pallido, ma un celeste carico. In effetti bisogna rafforzare i colori della lontananza, pur mantenendoli sempre chiari.

Il colore deve essere definito, ma non scuro. Siamo sempre nelle tinte chiare, bisogna però precisarne la tonalità. Allora al miope si darà l'azzurro chiaro o il celeste carico, in modo che non sia aggressivo, come lo è il blu. Si può aggiungere nel colore un po' di rosa, che tende a determinare ma non ad aumentare la potenzialità del colore.

La lente che corregge la miopia è una lente biconcava, una lente cioè che fa divergere i raggi. In altre parole la curvatura del cristallino è eccessiva, come se ci fosse un eccesso di tensione nel muscolo costrittore della lente. La riduzione della miopia può ottenersi con un effetto parasimpatico dei muscoli e non con lo sforzo. E' per questo che l'occhio miope non deve sforzarsi, ma deve essere aiutato a vedere i contorni.

Concludendo all'occhio miope dobbiamo proporre colori chiari con tonalità cariche.

La persona ipermetrope è quella che non vede bene da vicino, ha un occhio pigro e ha bisogno di due colori. Se è un solo

occhio ipermetrope, e non tutti e due, quello sano deve avere luce scura, quasi buia, mentre l'altro deve avere luce chiara, il giallo ad esempio. Per occhio sano intendo quello dominante, l'occhio che non ha il difetto. Uno vede bene, l'altro non è coordinato ad esso. All'occhio sano serve un colore scuro (il blu scuro, ad esempio), oppure lo si benda per riattivare l'altro. Viceversa l'occhio ipermetrope ha bisogno di un colore chiaro, il giallo chiaro (sempre colori molto tenui).

Mentre l'occhio miope non deve sforzarsi, l'occhio ipermetrope deve sforzarsi. Qui l'azione di contrazione del muscolo costrittore della lente è insufficiente e non riesce ad aumentare la curvatura del cristallino in modo da realizzare una proiezione corretta sulla retina. Se l'occhio ipermetrope dovesse riequilibrarsi con gli stessi presupposti di quello del miope (aiuto nella visione con attenuazione della difficoltà), dovremmo proporgli colori che danno stacco sullo sfondo, ovvero scuri, essendo questi quelli del vedere vicino, in primo piano.

Ma poiché l'occhio ipermetrope ha bisogno di sforzarsi, il colore deve essere chiaro. Un colore che consiglio è addirittura un colore poco più del bianco, meglio bianco con aggiunta di giallo.

Per la presbiopia, l'unico colore che può aiutare è il colore che dà la calma. La presbiopia è dovuta alla stanchezza. La persona anziana, che ha di solito questo difetto, durante la mattinata ha una migliore visibilità e anche dopo un riposo diurno. Per far sì che questo riposo avvenga con i colori, bisogna usare un colore violetto o l'indaco. L'indaco è la fusione di due colori: l'azzurro e un rosso tenue. Ora l'azzurro è il simbolo e l'attivatore della spiritualità, della capacità mentale, mentre il rosso è l'attivatore energetico della materia. Come dire rilassa e tonifica!

La presbiopia colpisce la maggior parte degli esseri viven-

ti, dopo i quaranta anni o comunque nell'età avanzata. La scarsa mobilità del cristallino può essere paragonata ad una rigidità mentale. Gli anziani rimangono ancorati alle idee che hanno maturato e difficilmente se ne discostano. Oggi, ad esempio, alcuni hanno difficoltà o rifiuto ad imparare l'uso del computer, perché mentalmente meno duttili e questo ha conseguenza anche sui muscoli del cristallino! Infatti, le persone che più vedono in vecchiaia sono coloro che non hanno usato molto la mente, cioè diciamo che le persone meno erudite conservano la vista più a lungo degli intellettuali.

L'intellettuale ha più conoscenza, ma l'organo della vista è più stanco, affaticato dal troppo leggere ma soprattutto dal pensare! Anche il pensiero stanca la vista!

Quanto esposto sono indicazioni di massima, che non vanno considerate come regole rigide.

Anni fa (era il 1989) avevo una ragazza in terapia. Era un medico anestesista, miope, anoressica, ossessiva, dipendente da droghe di tipo farmaceutico, con il corpo tanto pieno di buchi da aver difficoltà ad iniettarsi altre sostanze. Era sempre agitata, logorroica, disperata.

Un giorno venne da me più agitata del solito (era in un periodo di astinenza). Dopo essere riuscito a calmarla e a rassicurarla, le proposi il naso - cielo con la lampadina. Avevo escluso colori caldi (arancione o rosso) in quanto l'avrebbero agitata di più; aveva bisogno di calore, ma maggiormente di serenità, di rilassare la mente.

Scelsi il colore azzurro privilegiando l'obiettivo di tranquillizzarla. Cominciai il movimento con la lampadina, ma dopo un paio di minuti iniziò a tremare e mi disse che aveva freddo e che il colore della lampadina non le piaceva. Quando le proposi una lampadina verde, il tremore le passò e dopo poco

di rasserenò e riuscì a portare avanti l'acting. Questo mi dimostrò come la scelta di un colore più caldo, ma non troppo, era quella giusta.

Ho riportato questo caso perché il colore da proporre negli acting del primo livello non può seguire una regola unica. La scelta va calibrata tra fattori come:

- * l'eventuale difetto visivo; nel caso non ci fosse, valgono i criteri delle considerazioni del punto 2;

- * il carattere e l'umore, tenendo presente gli effetti biofisici menzionati nelle tabelle A e B;

- * il tipo di acting che si propone.

L'attivazione di un supporto cromatico nella vegetoterapia ci colloca, come dicevo all'inizio, in un campo complesso, ma non complicato, una volta colti i parametri di massima.

Aspetti tecnici

Nell'applicare il supporto cromatico in vegetoterapia dobbiamo ricordare che i colori vanno a colpire le sensazioni. Queste apportano un rilassamento mentale (psichico?), e da quel benessere mentale segue un beneficio materiale.

Le lampadine da utilizzare per la diffusione luminosa nell'ambiente non devono essere di wattaggio superiore a 60 watt. Conviene iniziare sempre con un'intensità bassa per poi, se necessario, aumentare gradatamente fino ai 60 watt. Per questo serve un variatore.

La stessa considerazione vale per le lampadine mignon, per lo stilo a mano. Conviene prendere lampadine massimo di 12 watt, con variatore di intensità e di voltaggio. Chiaramente il tutto va calibrato sulla situazione di sfondo esistente, nel senso che se ci troviamo in una stanza con notevole penombra inizia-

remo con voltaggio di 4,5 V e un wattaggio basso, in modo da evitare traumi all'occhio. Si può anche iniziare con una leggera sfumatura di colore per poi, a mano a mano che l'occhio si assuefa, aumentare gradatamente ma sempre fino a livelli soffici.

Diversa è la situazione di una stanza nella quale entra prepotente la luce solare. Qui l'intensità della luminosità può essere di valore più alto, ma sempre moderata.

Nel dipingere le lampadine (quelle mignon non si trovano in commercio già colorate) bisogna fare attenzione all'effetto della rifrazione attraverso il vetro della lampadina. La sorgente della lampada è di un bianco giallino per cui il colore risultante sarà diverso dal colore naturale, come appare a lampada spenta. Ogni lampada ha già un suo colore di luce, diciamo è come il colore del sole, quindi bisogna tener conto che la luce lampada non alteri troppo il colore proiettato. Se vogliamo ottenere un colore verde-giallo la vernice da applicare sarà di un verde più scuro con minore quantità di giallo. Bisogna cioè rafforzare il colore che si applica in quanto questo sarà meccanicamente schiarito dalla sorgente.

1 - Per crescita intendo quel processo che conduce al raggiungimento di una maturità biologica (senza volerla ridurre al solo corpo). Semplificando, si può dire che la crescita termina con un momento finale, oltre il quale non è possibile andare, come ad esempio accade nella statura di un individuo.

2 - Concepisco per evoluzione lo sviluppo delle caratteristiche di un individuo non esclusivamente collegate all'aspetto biologico della materia, ma al risultato dell'integrazione funzionale mente - corpo (potremo dire un biologico somatopsichico). L'evoluzione non ha un tetto, come la crescita! L'accesso all'evoluzione avviene attraverso il superamento della paura.

3 - Anche la retina ha una funzione trasduttrice in quanto trasforma anch'essa gli impulsi luminosi in impulsi elettrochimici ma, a differenza dell'epifisi, non genera immediate conseguenze di campo.

4 - Vedi le informazioni ricavate sull'origine di stelle lontane, attraverso lo studio della loro luce!

5 - Sottolineo il termine supporto perché lo ritengo solo un aiuto da aggiungere agli acting. In modo particolare a quegli acting che non propongono una "concentrazione" ma che, attraverso una ripetitività, inducono una forma di "meditazione", inibendo l'attività di una mentalità e favorendo l'affiorare di una mente più libera.

6 - I muscoli oculomotori, in effetti, sono sotto l'azione sia del SNC che del SNV.

7 - In questo caso più che della grossa muscolatura striata, l'azione è delle fibre muscolari intrafusali.

8 - Coscienza: con la scienza. E la scienza è sempre relativa ad una fase del progresso dell'umanità che, come tale, è l'interpretazione di una realtà che prendiamo per verità. La coscienza dà alla persona la conoscenza di essere come è! La coscienza è quella che l'individuo ha voluto formare; su di essa c'è un'incidenza dell'io, ed è quindi relativa all'individuo, nell'immanenza di un qui ed ora.

9 - E' connessa con il sapere, che è diverso dalla scienza. E' l'espressione di una persona informata (pur considerando che quest'informazione può essere parziale, è comunque informazione di un qualcosa che non è la realtà del momento, presa per verità, ma l'espressione di uno spicchio di verità). La consapevolezza è più ampia, diciamo più globale, più spirituale mentre la coscienza è più topica.

10 - Codifica di valori e concetti ad organizzazione relativa, tale da indurre disequilibrio.

11 - Intendo che la logica, funzione della coscienza della persona,

dipende dalla qualità - quantità dei parametri di riferimento. Il libero arbitrio varia da individuo ad individuo, a seconda del livello di coscienza.

12 - La mente, essendo l'insieme d'impulsi energetici e della logica, è in disequilibrio quando la logica funziona sulla base di una coscienza ridotta. E una coscienza ridotta produce una logica ridotta, ristretta rispetto ad una Logica di ampio respiro, intesa come Sistema Aperto. Ricordiamoci (F. Capra) che:

“I Sistemi sono totalità integrate, le cui proprietà organizzative non possono essere ridotte a quelle delle unità minori da cui sono composte. Essi stessi vengono distrutti se scomposti in elementi isolati.”

13 - Un nanometro (nm) = 10^{-9} m.

14 - Mente, dal latino meus - ens: il mio ente. Intesa come il risultato dell'interazione tra gli impulsi energetici e la logica. La Mente può essere considerata il raccoglitore dell'energia dovuta alle informazioni, che lascia passare filtrandole con la logica.

15 - Fisiologicamente i coni della retina sono sensibili a: rosso, verde e blu.

16 - Dico più leggera perché qualunque azione esperita dal nostro corpo è comunque suddita della nostra mente. La mente progetta e il corpo esegue, ma se la mente non progetta il corpo non esegue. In questo senso l'energia della materia è più leggera di quella mentale, o psichica. La Mente crea e il corpo esegue.

17 - - “Il settimo senso” del dr. Nader Butto - Ediz. Mediterranee 1998

18 - Definizione tratta dal Dizionario di Psichiatria dell'American Psychiatric Association: Psiche = Mente.

Cinzia Catullo
***Dal concetto di Prevenzione
 al progetto sociale di Ecologia Profonda
 nella visione post-reichiana***

PREMESSA

L'utopia di W. Reich, come sappiamo, è basata sulla possibilità di realizzare una società perfettamente democratica sulla base di una autoregolazione dell'individuo. Tale autoregolazione è fondata sulla "sessuoeconomia". Tale assunto fu una delle basi dei movimenti rivoluzionari nel '68 e, in effetti, il pensiero di Reich molto si è prestato ad essere oggetto di riflessioni di tipo politico e come trampolino di lancio della libertà sessuale contro la morale coercitiva e repressiva, tanto che, ancora oggi, molti lo conoscono solo per questo aspetto.

In realtà la profonda intuizione di Reich, come poi si rese sempre più evidente, fu la visione fortemente olistica (prima di qualsiasi new-age) grazie alla scoperta della energia organica.

Ora, nel pensiero di Reich il concetto di sessualità e di orgasmo genitale come espressione biologica include fortemente il concetto di "emozione". Più correttamente, nel tempo, abbiamo fondato la nostra prassi terapeutica sulla sessuoaffectività e sulla possibilità che la perdita di coscienza nell'orgasmo genitale sia prodotto di un abbandono che va ben più in là di un rapporto a due.

L'abbandono di cui parla Reich è l'abbandono al mare energetico cosmico attraverso lo strumento biologico (corpo) che è quindi visto come strumento di coscienza, di autopercezione e di autoriconoscimento e, in questo senso, di piacere.

Quindi è necessario attribuire alla sfera della emozione,

piuttosto che a quella della “sessualità biologica” la centralità del pensiero reichiano.

In questo senso la pulsione al ricongiungimento al mare cosmico, operante attraverso la funzione dell’orgasmo è la naturale espressione amorosa dell’individuo sano: la distruttività nasce dalla deviazione dell’uomo e della donna da questa naturale espressione amorosa, laddove l’amore è inteso in senso cosmico. Ciò non significa che non possa essere diretto verso un unico oggetto, per esempio nella coppia, anzi! Vuol dire che tutto l’universo conosciuto e non conosciuto vibra di questa pulsazione d’amore.

A maggior ragione una società “sana” in termini reichiani va intesa anch’essa come un sistema strutturato in modo da funzionare allo stesso modo del corpo umano. Se è sana, è informata dalla possibilità di questa naturale pulsazione amorosa.

Noi crediamo profondamente nella possibilità di una utopia, nel senso etimologico del termine e cioè: u-topos, fuori dallo spazio e dal tempo.

Una società possibile e realizzabile, in quanto obbediente non a regole storiche, ma alle funzioni universali operanti in ogni essere dal più piccolo al più grande.

Il superamento del concetto di “prevenzione” come unico strumento di interazione con il corpo sociale e la naturale evoluzione del pensiero funzionale di W .Reich

Il termine “prevenzione” non corrisponde ad una nuova visione del sociale che si sta affacciando alla soglia del nuovo millennio, e cioè una visione profondamente unitaria ed energetica.

I singoli interventi che, come si vedrà, noi stessi proponiamo

mo nei diversi settori, tradizionalmente definiti “preventivi”, sono inseriti in questa visione attraverso l’integrazione in un modello nuovo (Modello Energetico Bidimensionale Multilivello).

Soprattutto non è più possibile continuare a girare in tondo, in un circolo vizioso, chiedendoci se è “nato prima l’uovo o la gallina”. Da dove viene la cosiddetta “peste emozionale”? E’ la società ad “infettare” l’uomo o è l’uomo ad “infettare” la società? E, se originariamente non c’è l’impulso di morte, ma c’è solo eros, allora come si è potuto innescare il processo di distruzione e di autodistruzione negli esseri viventi?

Il fatto è che noi, pur credendo nell’esistenza di un energia organica abbiamo finora elaborato strumenti insufficienti ad accogliere la profondità e la forza dell’organomia, come scienza e come vettore di evoluzione personale e sociale.

Seguendo il processo a ritroso, ci siamo chiesti che cos’è realmente il “fare prevenzione”. Se si esclude la possibilità di una diagnosi preventiva, cioè prima dell’instaurarsi della patologia, qual è il vero obiettivo di una operazione di questo genere?

Ed inoltre, il termine prevenzione non è già di per se stesso un termine che si lega proprio etimologicamente al concetto paranoico dell’attesa della punizione, del male e della morte?

Prevenire il male, prevenire le catastrofi, prevenire la crisi, in termini individuali, sociali, economici., e così via: non è quello che la stessa cosiddetta società civile sta facendo da sempre per mantenersi in equilibrio e per controllare la natura?

Quanti crimini vengono commessi in nome della prevenzione: ci sono fior di trattati scientifici che sostengono il cibo transgenico in nome della prevenzione!

A noi sembra che il termine “prevenzione” sia a tutti gli effetti legato ad un vecchio modo di vedere la realtà, quello in

cui ci si aspetta che la realtà sia una successione di eventi legati alla legge della evoluzione lineare, mentre noi siamo convinti che l'evoluzione umana proceda per "salti quantici". In particolare è legata ad un modello evolutivo tecnicistico, che prevede come unità di base uomo-natura (*), e che ha promosso, nel tempo, una teoria di controllo unilaterale sull'ambiente.

In questo senso, la malattia, o la catastrofe, qualunque essa sia, non è un evento da prevenire, e credo che siamo tutti a conoscenza delle riflessioni di F.Capra (*) sulla funzione del "punto di svolta", la catastrofe, come momento di crescita coscienziale, in termini individuali, sociali e cosmici.

In questo senso, la nostra azione non può assolutamente essere soltanto preventiva, perché abbandoneremmo la coerenza e la limpidezza del nostro pensiero che ci spinge non verso il potere, ma verso la potenza.

Non possiamo credere che, dopo aver distrutto il pianeta, ora siamo in grado di "difenderlo". Se il pianeta è un essere vivente, è in realtà, "intelligente".

Inoltre la realtà che noi vediamo di degradazione ed inquinamento non è che una piccola parte di tutta la realtà. Se siamo conseguenti con l'idea che l'energia orgonica non è una energia entropica, la realtà, e cioè il mare di energia orgonica cosmica, non ha certo bisogno né di essere "difesa" né di alcuna prevenzione.

La prevenzione, in questo senso, è legata ad un modo chiuso di vedere i sistemi viventi. D'altra parte, in quanto medici e terapeuti, non possiamo abbandonare l'uso delle buone pratiche preventive.

Ed allora, qual è il reale obiettivo del nostro intervento sociale?

La domanda che ci poniamo nel momento in cui dobbiamo tracciare la nostra ipotesi di lavoro è: come possiamo noi pro-

porci di contribuire ad un processo evolutivo? Noi stiamo costruendo un modello articolato, e nella presente relazione cominceremo a presentare un lavoro che è in itinere, ma, da un punto di vista più globale c'è un principio di base, che non dobbiamo dimenticare se vogliamo che la teoria non sia scissa dalla sensazione-emozione.

La risposta è: facendosi attraversare. Come Reich ci ha insegnato “lo scopritore dell’energia orgonica cosmica...si trovò faccia a faccia con questa intensità di logica naturale oggettiva e soggettiva...si sentì uno strumento di questa logica...la seguì, ovunque essa andava...” (*)

PRIMA PARTE

Le basi del M.E.B.M. Intelligenza biologica e memoria cellulare: origine reale e processo permanente

1. Secondo Federico Navarro (*), al momento del concepimento, avviene “ un incontro tra due cellule e già questi aspetti unicellulari sono vettori di una primordiale psiche, differente a seconda della loro densità energetica; la fusione energetica è un elemento basilare per la crescita dell’embrione, così come è importante il campo energetico in cui l’embrione si svilupperà”.

Come sappiamo, Navarro enfatizza il ruolo giocato dalla emozione paura in questo particolare momento: la nascita della vita.

Ma quello che è interessante è che Navarro parla di “psiche del periodo fetale” : egli ha posto una relazione tra questa “psiche” e la formazione del cervello e del sistema neurovegetativo con la presenza dello stadio trofombelicale. E “la neuropsi-

cologia fetale è di tipo neuro-endocrino e determina la nascita del temperamento, condizione neuroendocrina per assicurare l'omeostasi”.

Ma è evidente che la nascita della psiche - che costituisce proprio il nostro oggetto di indagine - va identificata con la nascita stessa del primo nucleo vitale e, cioè, coincide con il concepimento, in quanto tutto origina da un Uno!

Seguendo tale ipotesi vediamo che “la sensibilità è la peculiare facoltà della materia vivente che reagisce con un movimento energetico (dal centro alla periferia o viceversa) ad ogni stimolo esterno”. A questo proposito Navarro cita gli esperimenti all'Università di Boulder sulle reazioni della cellula posta in condizioni di stress.

Tutto questo è storia, ed è la base su cui ci muoviamo quando ci impegniamo in azioni rivolte al periodo prenatale (*).

Ciò che costituisce motivo di riflessione ed è a nostro avviso oggetto di evoluzione è il superamento di un ottica determinista, e cioè che la possibilità/capacità di guarigione individuale sia legata in modo strettamente causale alle condizioni:

A) di incontro ovulo-spermatozoo;

B) di ipo/ipergonia del primo campo (utero).

Se così fosse non potrebbero mai nascere individui sani da madri disturbate, come invece avviene, e viceversa.

Ed allora, qual è il fattore che fa la differenza?

2. E' evidente che il concetto reichiano di psiche va fatto risalire a processi ontogenetici molto primitivi.

Ma cosa caratterizza dunque la nascita di quella che possiamo più compiutamente chiamare il soma-psiche? E' il fenomeno emozione (ex-movere) che, a questo punto, dobbiamo legare non più a tutto quello che ci hanno insegnato circa le

emozioni, ma ad un fenomeno biologico che può essere funzionale o non funzionale all'esplicarsi della vita. E', all'origine, il primo movimento cellulare pulsativo.

L'emozione si identifica con il movimento organico primordiale. Viene ancor prima della formazione del sistema neurovegetativo, e quindi, del primo abbozzo di quello che viene chiamato sistema limbico.

Se parlare di materia vivente, sia essa aspetto somatico o aspetto psicologico, è parlare di movimento e di circolazione energetica, è chiaro che tutto è racchiuso nell'aspetto informazionale del primo nucleo, cioè nell'input ricevuto originariamente attraverso l'aspetto informazionale. E' chiaro che tale aspetto è una precisa funzione del DNA cellulare.

Nel DNA cellulare è contenuto un serbatoio di memoria, ma questa memoria non è solo il risultato di un accoppiamento tra i due DNA dell'ovulo e dello spermatozoo. Esiste un aspetto, che è quello energetico, che è quello che potremmo chiamare un software nel software, in cui è contenuta la memoria profonda dell'umanità, in cui sono contenuti quelli che C.G. Jung ha chiamato archetipi.

Possiamo dire che "DNA e RNA insieme garantiscono la continuità della manifestazione nello spazio e nel tempo di tutte le cellule del corpo, che sono sempre diverse" (*)

Da un punto di vista filogenetico la memoria umana contiene tutte le altre memorie, anche quelle degli esseri precedenti, dagli organismi unicellulari, attraverso successive stratificazioni, fino ai giorni nostri. Sappiamo che la composizione del nostro cervello riflette perfettamente questa stratificazione filogenetica.

Il corpo umano cambia, ma la memoria di quel primo nucleo resta. Nel nucleo di ogni cellula che compone l'uomo c'è la memoria genetica che è soprattutto progetto. Nel conte-

nuto informazionale cellulare, nel DNA embrionario, è contenuto anche il progetto individuale. Ma è un progetto bio-energetico ed è inserito in tutto ciò che ha vita. E' un progetto comune a tutta l'umanità, a tutto il vivente, anche se prenderà una forma all'interno della struttura individuale.

3. Nei nostri seminari di approfondimento (*) abbiamo evidenziato la definizione di vivente: “vivente” è l'essere dotato di uno scopo o progetto, della possibilità di manifestarlo nella propria struttura e di eseguirlo attraverso i propri atti”. Tale proprietà è definita “teleonomia”.

Ma che cos'è questa struttura? Secondo D. Rudhyar (1968) (*) con il termine “struttura” si intende il risultato dell'attività di un principio di organizzazione operante; alla rete di relazioni all'interno dei limiti dati dalle leggi della materia, al programma creato delle modalità operative che informano quel tipo di struttura nello spazio e nel tempo in cui si trova .

La struttura in rapporto allo spazio ci dà come parametro una forma.

La struttura in relazione al tempo si manifesta come ritmo.

Il funzionamento di quest'ultimo è in stretto rapporto con il funzionamento del principio di organizzazione operante: l'espressione di questo funzionamento, o meglio, della funzionalità dell'organismo, si rivela in un ordine dei cicli (ritmo circadiano, ritmo cardiaco, ritmo respiratorio).

La funzionalità si riferisce all'ordine e alla regolarità delle attività di un determinato organismo, attività delle diverse cellule e sistemi vitali che si esplicano in relazione al funzionamento della totalità della struttura.

Tutte le attività che vengono ad essere divise sotto le categorie di pensiero, emozione, istinto, sono sempre da riferirsi all'intero, alla struttura nel suo insieme. Il grado di integrazio-

ne è anche il gradiente di ordine e di limpidezza nel funzionamento della struttura.

Il processo di evoluzione è il processo di integrazione. In questa chiave di lettura vediamo che acquisisce più forza il concetto di “centro”. Come dicono i cinesi, si tratta di conquistare il centro e di stabilirvisi fermamente. Il “centro” è il luogo della massima potenza, perché è l’espressione incarnata del principio organizzatore della materia, che è comunque un principio energetico. E, ritornando al modello post-reichiano, possiamo affermare che tale “centro” corrisponde al concetto di “nucleo biologico”.

Il nucleo biologico individuale non è altro che l’elemento informazionale, contenuto in ogni cellula, all’interno del DNA individuale.

La vera fisiologia è una fisiologia energetica, e cioè quella rete invisibile di “vie” che canalizzano l’energia secondo il principio organizzatore insito nella materia organica - finalizzato alla nascita, crescita, riproduzione, estinzione. Partendo dunque dall’ipotesi informazionale, che è energetica (nel senso di materia=energia), diciamo che il progetto della struttura del vivente è calato nel progetto individuale, attraversando una determinata struttura.

Qual è allora il progetto individuale? Sicuramente tale progetto avrà a che fare con la coscienza di quello che si è, e con il ricordo della propria reale essenza, e questa è contenuta nel nucleo biologico.

4. Dal punto di vista terapeutico, qual è la naturale conseguenza di questa ipotesi? La salute dell’individuo-campo di energia, non può dipendere solo dall’incontro ovulo-spermatozoo e dalle condizioni di accrescimento fetale.

Tale condizioni solo altresì essenziali, ma non sono tutto.

Se ciò che si trasmette nel prodotto del concepimento non è solo il risultato di una memoria generazionale, e se il primo nucleo embrionario è un frammento di energia organica, tale frammento è la vera radice della vita. L'energia individuale non è legata ad un quantum energetico, ma a tutta l'energia. Pertanto è inesauribile e incorruttibile, nonché intelligente.

5. E quale sarà il progetto collettivo? Innanzitutto, per il funzionamento di una società, di un gruppo o di una nazione non segue leggi diverse da quelle dell'organismo umano e, quindi, accanto alle leggi immanenti, umane, determinate dal cosiddetto progresso, esisterà un "funzionamento sottile" che è quello energetico.

L'interazione tra individui sarà l'interazione tra campi energetici strutturati, ma informati delle funzioni universali e contenenti il progetto di un processo evolutivo in continuo movimento.

Come avviene l'interazione tra campi energetici strutturati nella materia vivente?

Questa è la domanda che ci dobbiamo porre, e dobbiamo mettere al centro di un progetto di "ecologia profonda": ogni forma di interazione come la coppia, il gruppo e le società sono oggetto di interesse per questo progetto, come la sottile intelaiatura di una trama. Ci interessa il filo e l'intreccio tra fili.

Dovremo essere diretti a seguire il processo comunicativo, cioè del contatto prima e della trasmissione poi tra campi energetici.

E' questo il nostro reale obiettivo di studio e di ricerca, ed è anche la nostra reale possibilità di "fare prevenzione", per usare il vecchio termine che stiamo gradualmente integrando nel nuovo Modello. .

E' il processo comunicativo, a tutti i livelli, il reale trasfor-

matore sociale, perché si comporta con il campo sociale come fa l'onda vibratoria nella cellula vivente.

Pertanto agire sul piano sociale è agire su un sistema vivente, allo stesso modo in cui agiremo su noi stessi.

All'interno del nostro progetto IFEN esiste anche un settore di ricerca che viene chiamata "della comunicazione energetica". Tale comunicazione energetica è appunto qualcosa che esula dai contenuti logici e/o culturali della interazione, e riguarda la "messa in comune" di due campi energetici, riguarda la creazione di un tre, di un terzo campo che si viene a determinare dall'incontro di due. Tra i due che si incontrano non può esistere comunicazione se non c'è "comunione", cioè "messa in comune", il che non può riguardare le modalità attuali di comunicazione, e cioè, praticamente, l'incontro tra corazze, ma una modalità di incontro che è movimento energetico, e cioè "e-movere": in questo non può esserci esercizio intellettuale, ma percezione.

Ma come si può avere percezione di ciò che è altro da me? La percezione può riguardare qualcosa che fa parte dei me, in termini materiali-sensoriali.

Può diventare percezione dell'altro, solo quando vengono superate le barriere sensoriali, e si attivano i processi energetici.

Se la comunicazione è tra campi energetici, risulta possibile trasmettere uno stato energetico da una particella ad un'altra, indipendentemente dalla distanza che le separa. La nuova fisica accredita ormai anche sul piano scientifico le intuizioni relegate ad esperienza considerate fino ad ora "eretiche", come la cromoterapia e la radionica: in particolare, secondo le nuove conoscenze scientifiche sul teletrasporto (*), un quanto – in particolare il quanto di luce o fotone – contiene informazione energetiche trasferibili.

Non parliamo soltanto dell'incontro tra persone in un gruppo o in un ambito sociale più allargato, come può essere una istituzione o una nazione.

SECONDA PARTE

L'ecologia profonda

Il termine "ecologia profonda" fu coniato nel 1973 da un filosofo ed ecologista, molto conosciuto tra l'altro per aver guidato Greenpeace per diversi anni, Arne Dekke Eide Naess (nato ad Oslo nel 1912). Naess, come anche il fisico ed epistemologo austriaco Fritjof Capra, propone di riorientare la nostra visione del mondo in armonia con le scoperte della fisica quantistica contemporanea, ma anche con la saggezza di tutte le maggiori tradizioni filosofico-religiose dell'umanità.

Nata in riferimento al movimento ecologista, è nata come necessità di elaborare, attraverso lo studio dei problemi filosofici che sottostanno alla ricerca ecologica (eco-filosofia), una visione globale delle condizioni di vita dell'ecosfera di tipo filosofico (eco-sofia).

In conformità a questi principi Naess formulò una sua ecosofia che chiamò Ecosofia T, di stimolo a far sì che ogni persona matura si prenda la responsabilità di elaborare la propria risposta ai problemi attuali dell'ambiente secondo una prospettiva globale.

Conseguenza principale di questa concezione è la norma fondamentale dell'Ecosofia T:

ogni essere vivente ha eguale diritto di conservarsi e realizzare i propri fini, le proprie potenzialità, cioè ogni essere vivente tende ed ha diritto alla Realizzazione del Sé

Ogni nostra scelta quindi dovrebbe essere subordinata a

questa priorità di valore e Naess stesso esamina le conseguenze che un tale comportamento avrebbe in tre fondamentali campi dell'agire umano: la sfera tecnologica, economica e politica.

Il progetto IFEN: dalla prevenzione alla “ecologia profonda” nel M.E.B.M.

Da quanto detto emerge chiaramente il superamento di un vecchio concetto di prevenzione.

Il nostro reale obiettivo non riguarda in realtà l'evitamento delle patologie, lo abbiamo detto, quindi il nostro progetto sociale accoglie l'idea della “ecologia profonda” in quanto tende a favorire l'autorealizzazione del Sé, nel senso esposto dalla presente relazione.

Dalle riflessioni poste emergono alcuni “mutamenti di prospettiva”, che vogliamo condividere con le altre scuole post-reichiane. Ecco la prima:

- se il contenuto informativo universale è contenuto nel nucleo biologico individuale, esiste una possibilità permanente di accesso a qualcosa che non è soggetto alle leggi della materia, qualcosa di inesauribile e atemporale; pertanto l'azione di ecologia profonda sarà multidimensionale e diretta a tutti i livelli, a tutti gli individui e i gruppi, a prescindere dall'età o dal tipo di patologia. E' chiaro che l'intervento pre e post natale mantiene tutta la sua validità, come anche il lavoro con gli adolescenti e con gli insegnanti, ma l'operatività dovrà riguardare tutte le pieghe della società civile. Anche una persona gravemente malata o un anziano è oggetto di “prevenzione”, nel senso che la prevenzione diventerà un vettore positivo di rico-

noscimento della potenzialità reale dell'umano;

- l'azione nel sociale e, quindi, non strettamente terapeutica, ha possibilità di successo, se siamo consapevoli dei livelli del corpo sociale;

- il modello prevede al proprio centro il lavoro energetico e di trasformazione dell'operatore. L'operatore è per quanto riguarda noi, l'orgonomista escort.

L'orgonomista-escort

L'IFEN ha deciso di utilizzare in futuro il termine “orgonomista escort” in luogo di “orgonoterapeuta”. Si tratta di una scelta di campo, in quanto il concetto di “terapia” – e, quindi, di “malattia” – viene accolto in quello di “percorso di crescita individuale”.

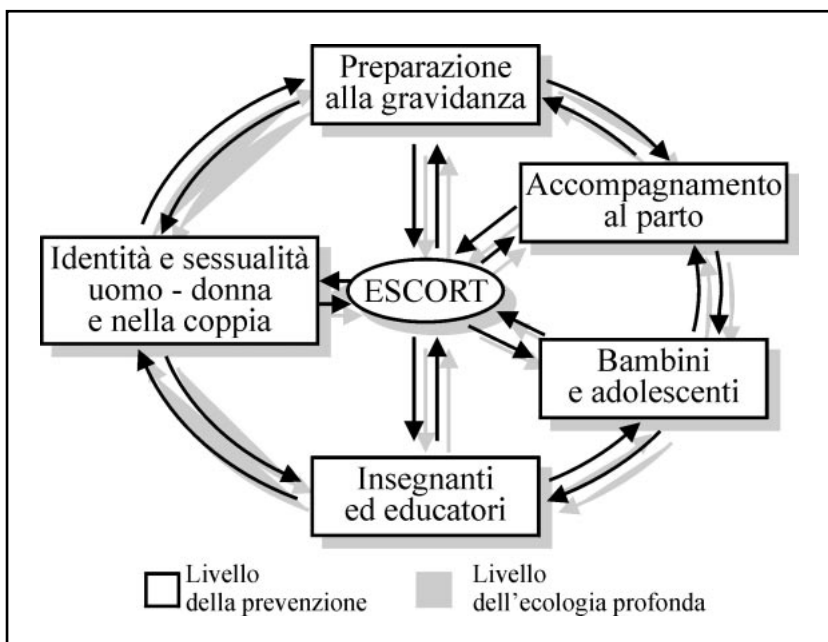
Normalmente chi decide di fare questo percorso è una persona che si trova in una situazione di crisi e, dunque, di crescita potenziale.

L'aiuto è costituito da un “accompagnamento” di questa persona da parte di un'altra persona che ha già fatto questo percorso. Il termine “escort” significa appunto “accompagnatore” e viene usato per indicare una guida che – conoscendo bene i sentieri – conduce gli altri evitando loro il pericolo.

Questo mette significativamente l'accento sulla necessità che un escort abbia percorso tutti i sentieri che propone ad altri di percorrere e non consente di fare questo lavoro senza una adeguata preparazione. E anche sul fatto che una esperienza di percorso organomico intesa come presa di coscienza dei propri movimenti energetici e – in altre parole – delle proprie potenzialità vitali, appartiene alla creatività e alla progettualità, e non alla semplice rimozione di un disturbo o di un sintomo.

Il modello operativo

Abbiamo raffigurato in questo schema gli interventi che



attualmente sono in opera, tutti singolarmente dotati di un proprio Progetto.

I livelli sono riferiti ai diversi campi di interazione:

1.- A due

- il livello di individuazione legato al genere, e cioè l'uomo, la donna, e sulla loro interazione

- il livello della preparazione alla gravidanza;

2. A tre

- il livello dell'accompagnamento al parto;
- il livello del lavoro con bambini/genitori;

3. Il cosiddetto "sociale allargato"

- adolescenti;
- il livello "istituzionale", operatori, educatori e insegnanti, cioè chi ha nelle proprie mani un'enorme possibilità di trasmissione;

Come si vede gli interventi sono collegati tra di loro in quanto c'è un rapporto di continuità, anche se vengono condotti separatamente. Essi sono uniti da un Progetto comune.

Ognuno dei Progetti è collegato all'Escort, che, come si vede, ha una posizione centrale.

Le frecce da e verso l'escort sono importantissime: esse stanno ad indicare che l'escort invia input, ma è costantemente pronto a modificarsi grazie agli output che, a sua volta riceve. Noi abbiamo presente, in questo modello, il movimento pulsativo da e verso il nucleo della cellula.

L'azione è una azione di campo, dove ogni elemento interagisce con l'altro e tutti con il centro in un campo comune.

L'alone che circonda ciascun soggetto sta ad indicare la bidimensionalità costante dell'intervento, che può essere effettuato tanto in termini di prevenzione classica che in termini di ecologia profonda.

Facciamo un esempio: per quanto riguarda il Progetto dei Laboratori su Identità e sessualità, il livello preventivo sarà

finalizzato a:

- attraverso la diagnostica classica ed energetica, individuare i blocchi che possono creare squilibrio in un individuo che ha problemi con la sessualità e prevenire eventuali patologie (sterilità o impotenza per esempio);

- attraverso i Seminari di Identità e Sessualità, si farà esperienza delle polarità energetiche universali operanti nell'individuo (tutta la Vegetoterapia lavora con queste polarità e con lo yin e lo yang nell'individuo), cosicché le persone siano portate a riconoscere in se stesse, nel loro corpo, le funzionalità e creativamente accoglierne il movimento.

Così come la preparazione alla gravidanza:

- intervento di prevenzione: gravidanze a rischio (problemi con accrescimento fetale ed utilizzazione dei protocolli di Federico Navarro di Vegetoterapia Ostetrica);

- intervento di ecologia profonda: lavoro prima e durante la maturazione della decisione ad avere un figlio, attraverso Seminari Esperienziali focalizzati sul movimento energetico della propria nascita.

Come si vede l'intervento di prevenzione è strettamente interconnesso con l'altro, ma gli obiettivi saranno diversi.

- nel primo caso, avremo presente il rischio di insorgenza della patologia;

- nel secondo lavoreremo esclusivamente sulla positività, senza doverci prefiggere obiettivi di "normalizzazione".

Come si può vedere, il lavoro in ambedue i casi si innesta su situazioni di crisi, laddove alla crisi diamo una connotazione positiva: momenti di rottura con vecchi schemi con possibilità di ristrutturazione profonda e di ri-nascite, possibili a tutte

le età e in ogni condizione.

Me è proprio nel secondo tipo di intervento che, a nostro avviso, andiamo a contribuire ad una trasformazione del corpo sociale diffondendo, come un'onda destinata a riprodursi, nuove modalità creative.

Bibliografia

G. Bateson, Verso una ecologia della mente, Adelphi

F. Capra, Il punto di svolta

F. Navarro, Somatopsicodinamica, Idelson Gnocchi.

N.1 della III serie di "Energia Carattere Società",

W. Reich, Superimposizione cosmica

A. Naess, Dall'ecologia all'ecosofia, dalla scienza alla saggezza, in Mauro Ceruti - Erwin Laszlo (a cura di), Physis: abitare la terra, Feltrinelli, Milano 1988, pp. 455-462.

A. Naess, Ecosofia T, in Bill Devall - George Sessions, Ecologia profonda. Vivere come se la natura fosse importante, Edizioni Gruppo Abele, Torino 1989, pp. 201-204.

A. Naess, Ecosofia. Ecologia, società e stili di vita, Red Edizioni, Como 1994, 282 pp.

A. Naess, Il movimento dell'ecologia del profondo. Alcuni aspetti filosofici, in Sergio Dellavalle (a cura di), Per un agire ecologico. Percorso di lettura attraverso le proposte dell'etica ambientalista, Baldini&Castoldi, Milano 1998, pp. 96-123.

G. Conforto, LUH, il gioco cosmico dell'uomo, Macro Edizioni, 2001.

Sergio Scialanca, La Comunicazione energetica, IFeN 2001

Maria Consuelo Pugi
I DISTURBI ALIMENTARI
- L'ANORESSIA -

Premessa

Questo lavoro vuol essere un tentativo di ricerca sul tema. In quest'articolo tratterò più specificamente dell'anoressia nervosa con brevi accenni anche all'anoressia bulimica; in seguito mi piacerebbe trattare altre due disfunzioni alimentari: la bulimia e l'obesità. Non ho verità, né certezze ma molte ipotesi e quello che vedo è che questo tipo di patologia è molto diffuso e spazia dallo stato acuto patologico (anoressia, bulimia, obesità) allo stato apparentemente 'normale' di ricerca – a volte maniacale- , attraverso il 'fitness' o quant'altro (bella casa, bella macchina, ecc.), del 'benessere' patologico personale. Questa ricerca del benessere patologico ha radici profondissime nell'oralità. Il primo dato riscontrabile è che nella pubblicità molti prodotti non alimentari sono accompagnati da messaggi –subliminali e non - di tipo orale, cioè: 'è così bella che viene voglia di mangiarla'.

Nel mio lavoro di ricerca non voglio esprimere giudizi ma solo tentare una visione funzionale di questi tipi di disturbi.

Ogni contributo, riflessione, opinione a questo mio lavoro sperimentale è gradito e ben accetto.

Introduzione

Sono molti gli aspetti che ho colto nell'approccio verso la sintomatologia dell'anoressia. La prima domanda che mi sono

posta è stata: ma, allora, perché questi aspetti uniti insieme sono sfociati proprio nell'anoressia? Questa 'malattia' ha infatti, a mio avviso, molto in comune con la scissione schizofrenica, con una sorta di tossicodipendenza (dipendenza alimentare), con una depressione orale sottostante molto forte.

Sarebbe stato indubbiamente più facile poterla etichettare con certezza, incastrarla in uno schema fisso, senza ombra di dubbio, ma le ricerche da me svolte e il mio bagaglio esperienziale mi hanno fatto sentire vere tutte le cose che ho elencato sopra e che insieme hanno contribuito a formare proprio questo determinato sintomo.

E, ora che parlo di 'parti', ancora di più si rafforza l'idea che al centro, al nucleo di questa malattia, ci sia proprio uno spezzettamento, un'esplosione; l'incapacità di contenersi, di fondere le proprie parti, la negazione dei bisogni corporei, la rimozione della propria fisicità, sessualità e dei propri bisogni primari sono forse proprio alla base di questo disturbo.

Insieme a questa incapacità mi sembra connesso il problema dell'odio inteso come amore inacidito, come incapacità a pulsare biologicamente. Nei testi che ho consultato durante la mia ricerca, Federico Navarro è uno dei pochi che, a mio parere, sembra affrontarlo in quest'ottica. Inoltre mi torna alla mente uno scritto 'fantasma'

(fantasma nel senso che è citato ma non disponibile) di W. Reich (1): questo scritto era stato fatto come esempio di ciò che poteva accadere quando la sessualità era disturbata e il termine di paragone usato fu quello del rapporto con il cibo. (La moglie di allora, Ilse Ollendorf e gli amici di Reich che lo lessero lo trovarono orribile.) Il sospetto che mi ha colto è proprio quello che Reich potesse in qualche modo avere anticipato un possibile sviluppo del blocco della sessualità.

Il problema schizoide

E' fondamentale considerare la scissione tra corpo e psiche presente nella nostra società, scissione che si fa più marcata nell'anoressia. Questo disturbo infatti pone le sue basi sulla negazione o rimozione dei bisogni fisiologici, delle proprie pulsioni, e di uno in particolare: la nutrizione, lo stimolo della fame.

Questa negazione è molto forte: si arriva a portare il proprio corpo ai confini della vita, a stati limite di sopravvivenza.

La fame, divorante, dilaga nel corpo, ogni cellula urla la sua necessità. Ciò nonostante la maschera della persona anoressica è tranquilla, serena : “Io non ho fame”.

Il ‘sistema’, così ben descritto ne “Il diario di una schizofrenica” (2), impone leggi dure a riguardo, inamovibili e crudeli. Non si deve mangiare e, se per un momento si cede alla vita e ci si nutre, è categorico: bisogna vomitare, non c'è via d'uscita.

Il cibo, nel soggetto anoressico, è vissuto come qualcosa molto desiderato ma impuro che entra nel corpo – corpo che è vissuto come altrettanto impuro – e va immediatamente eliminato. L'angoscia della consapevolezza della propria corporeità è troppo grande, più grande ancora del dolore di un corpo in agonia.

La persona anoressica vive la brutalità dei morsi della fame che attanagliano il suo stomaco, la lotta senza fine in un continuo tendersi e sottrarsi (ambivalenza) verso il cibo. La disperazione di non poter essere ‘normale’, fissando però canoni di ‘normalità’ disumani.

Al di fuori di tutto ciò spesso non traspare nulla oltre un corpo emaciato; spesso appaiono come persone serene, imperturbabili, ascetiche: semplicemente loro non hanno bisogno di

mangiare. Nei momenti peggiori della malattia si arriva anche a vomitare una semplice caramella di liquirizia.

Vi è una continua ambivalenza nei confronti del cibo.

(1) Ilse Ollendorf Reich: Wilhelm Reich, biografia da vicino – Ed. La Salamandra -1978

(2) Marguerite A. Sechehaye : Diario di una schizofrenica – Ed. Giunti Barbera-1980

Dimenticare la propria fisicità al punto di fingere di non sapere – così bene da riuscire a convincersene - se si ha fame o meno. A non sapere quando è il momento di appagare una necessità. Unito a questo, tanto più il corpo deperisce tanto l'euforia aumenta, ci si assurge a deità. Lo spirito, perfetto, può tutto. La fase maniacale tocca il suo apice.

Poi , d'improvviso, l'apice: si comanda al proprio corpo, come fosse una macchina, di muoversi, di camminare per ore ed ore fino a sfiancarsi, di lavorare a ritmi impossibili, un corpo che sta consumando anche i legamenti, un corpo che muore. Ed egli non sempre risponde a dovere.

Di nuovo si torna nella dimensione umana, nella fallibilità.

Si instaura nuovamente il circolo vizioso. Si chiede al corpo ancora di più. Ancora di più lo si affama cercando di liberare lo spirito onnipotente.

Di nuovo tocchiamo la scissione.

Dietro un aspetto fragile, consunto, morente, dietro un aspetto che invoca pietà, la volontà di dominio fatta d'acciaio, una potenza enorme.

Potersi comandare ciò che nessun altro essere umano può fare.

Poter negare una realtà fisiologica e ciò nonostante rimanere in vita.

Avere potere sugli altri, ricattandoli con lo spettro della propria morte.

L'altra faccia della medaglia: la sofferenza di non poter veramente toccare nulla, sentirsi di vivere separati da un vetro, il vuoto. Sentire di non essere capaci di vivere, fino in fondo la propria vita.

Credo che la madre abbia una funzione importantissima in questo. La madre doverosa, emotivamente assente, o troppo presente fino al punto di risucchiare il figlio, di non dargli la possibilità di sentire i suoi bisogni, di sentirsi.

La madre, che vive il figlio come un'appendice, mai staccatasi completamente, figlio che deve riscattare, che deve incarnare la vittoria sulle frustrazioni da lei subite.

La costrizione e pressione educativa a criteri poco funzionali: "L'allattamento va fatto ogni tre ore, se piange lo lasci piangere", e più avanti nel tempo "A mezzogiorno si mangia".

A mezzogiorno si mangia??! Si deve mangiare, ma se in quel momento non si ha fame? E il neonato cosa ne sa delle tre ore da lasciar passare tra una poppata e l'altra? Il seno per lui è tante cose: mangiare, coccole, affetto, calore della madre, piacere sessuale. E' un nutrimento, ma non meccanico: è nutrimento funzionale. E il grande dolore quando questo non arriva come risposta al suo bisogno, la paura di morire?

Così piange, ma ad un certo punto è costretto a fermare il suo pianto. Non ha energie sufficienti: o piange e rischia di spegnersi, o blocca il pianto e vive. Blocca il pianto e la paura = blocca gli occhi, mura il torace, blocca il diaframma.

Così si creano i primi meccanismi di dissociazione tra i propri

stimoli e la realtà. Il proprio bisogno fisiologico è vissuto come sbagliato. Con il passare degli anni questa situazione viene rinforzata. E magari resta: “a mezzogiorno si mangia” e più sotto, sprofondato all’interno della persona “mangio, ma io non ho fame”.

Doversi piegare ad una realtà che non si sente, doverla far diventare la propria realtà.

Il padre è spesso assente, non pone confini o quando li pone sono troppo rigidi, immotivati e, troppo spesso comunque, non portati fino in fondo.

Il padre viene continuamente svalutato nella sua funzione dalla moglie e non fa nulla per difendersi. Nella situazione di dinamica familiare vi sono alleanza che separano sempre più i singoli elementi fondendoli, però, viceversa, in un nucleo compatto, simbiotico, nel quale è difficilissimo entrare. Una vera potenza, temibile nella sua compattezza. Nella dinamica familiare si parla quasi sempre per gli altri e quasi mai per se stessi. Il padre aggredisce la figlia/o, la figlia/o controbatte, il padre incalza, la madre triangola alleandosi con la figlia/o contro il padre. E il modello si ripete.

Volutamente, nel descrivere questo tipo di dinamica familiare ho messo, contrariamente alle regole della lingua italiana dove indicando il genere maschile si possono indicare entrambi i sessi, per primo il termine ‘figlia’. Questo perché l’anoressia sembra essere statisticamente più diffusa nel mondo femminile. Un’ipotesi potrebbe essere quella del rapporto generalmente preferenziale che la madre ha verso il figlio maschio a scapito della figlia femmina. Un’altra, forse complementare, potrebbe essere quella della fase edipica – che è culturale e non biologica – che la figlia attraversa, innamorandosi del padre.

Credo però che questo tipo di disturbo sia collegato primariamente alle funzioni di nutrice della madre e forse anche che vi

sia una parte di stress nel vissuto della persona anoressica fin dalla vita intrauterina.

Comunque, spesso in queste famiglie i coniugi litigano spesso e il figlio pensa di essere la loro unica via di uscita, il solo mezzo attraverso il quale loro comunicano, il parafulmine delle loro rabbie, il capro espiatorio per ristabilire l'armonia e la quiete nella famiglia. Anche questo fattore somiglia a quello delle famiglie psicogene: lo psicotico non è il parafulmine della famiglia? E quanto spesso si assiste alla difficoltà da parte degli operatori a separare lo psicotico dalla sua famiglia per far sì che le cure abbiano successo? Molto spesso una delle prime cure potrebbe essere quella dell'allontanamento del soggetto in cura dalla famiglia ma la famiglia non vuole lasciarlo andare!!!

Inoltre la persona anoressica spesso percepisce il mondo esterno come pericoloso e nel contattare l'esterno percepisce la sua impotenza, si sente inadeguata, disadattata e solo in famiglia – pur pagando un prezzo molto alto – solo negli schemi familiari silenziosamente stabiliti, come unità e parte del tutto, solo lì si sente sicura. Sicura, per assurdo, di chi è e di qual è il suo ruolo.

Quando riesce ad affrontare il dolore della separazione e la propria paura spesso scopre che i suoi genitori si parlano benissimo anche senza di lei.

Un problema che emerge, nello svolgersi del processo anoressico, è la rimozione totale della sessualità. Questa pulsione primaria viene cancellata e spesso viene descritta come impura e troppo corporea per essere accettata da chi vuole solo la 'purezza' dello spirito. Nei testi consultati ho anche trovato l'interpretazione del vomito, dell'amenorrea e dell'assenza della libido come la paura di essere fecondata, la paura del rapporto con la figura paterna.

La mia conoscenza esperienziale mi dice invece che la persona

che mangia, si imbottisce di cibo per poi vomitarlo ha delle sensazioni corporee diaframmatiche piacevoli nel momento del riempimento abnorme, sensazioni che però non riesce a mantenere. Il fatto di vomitare compulsivamente in rapida successione quello che si è ingerito comporta fisiologicamente un movimento rapido del diaframma. L'assenza di pulsione sessuale sembra essere un'origine e una conseguenza.

Inoltre l'amenorrea appare anche come un rifiuto d'identificazione con la madre in quanto donna.

Vorrei, qui di seguito riportare la testimonianza di una persona anoressica:

“...tu, mamma, non mi hai voluta, mi hai negata nel mio essere fisico. Io sono più brava di te. Tu appartieni ad una dimensione inferiore, mangi, hai avuto rapporti sessuali, hai le mestruazioni; io sono di più. Tu mi hai negato ed ora io mi nego. Ma facendo ciò chiudo le porte di una gabbia che abbiamo costruito insieme, ricattandoti con la mia morte, schiacciandoti con la mia onnipotenza...”

Un aspetto di tossicodipendenza

Più volte ho paragonato l'anoressia alla tossicodipendenza. E' vero, come dico spesso, che ognuno ha le sue 'endorfine'. L'endorfina dell'anoressia è il cibo, il rapporto con il cibo.

L'angoscia e la paura della paura salgono e non si possono sopportare? Si mangia e poi si vomita. Si assume una sostanza che, in sé, racchiude una magia, la si rifiuta contemporaneamente, al di là della realtà resta il senso fittizio di un potere calmante, di un rifugio, di un utero dove andare. E l'utero reale come fu? Come funzionò il cordone ombelicale? Vi fu un precoce taglio di esso? E l'allattamento?

Il cibo nello stomaco dura pochi attimi, spesso viene assunto con strani rituali, in segreto, come fosse un peccato, così come altrettanto in segreto si rigetta. Accompagna il rituale un senso di colpevolezza, una certa sacralità (=ossessività, coazione a ripetere).

Un altro aspetto comune con la tossicodipendenza è la sensazione di non poterne fare a meno. Non si può fare a meno di non mangiare, non si può fare a meno di respingere ciò che si è appena mangiato. Una vera e propria dipendenza.

Cito ancora una testimonianza:

“(...) La paura che il cibo mi potesse mancare negli attacchi di fame incontrollata mi sconvolgeva. Ero costretta a comprare ed ingerire quantità mostruose di cibo anche per uno stomaco normale. Durante questi attacchi ero disposta a tutto. Se si cercava di interrompere il rituale diventavo una belva. Ero arrivata a vendermi ciò che possedevo pur di comprare il cibo. Non potevo farne a meno. Dopo che avevo compiuto tutto il rituale stavo meglio. Era come se la mia coscienza si sgravasse di un peso insopportabile. Pesavo 33 chili ma non mi preoccupavo di morire. Io non sarei morta.

In quei momenti, se non potevo esaudire il mio bisogno impellente, impazzivo. Una vera e propria crisi di astinenza. La stessa cosa capitava al contrario, quando si cercava, raramente, di forzarmi con decisione a mangiare, a prendermi cura del mio stato. In quei momenti sarei stata capace di tutto...anche di uccidere. Per fortuna erano solo parole, ma allora io non lo sentivo, sentivo solo la mia rabbia cieca. (...)”

La dipendenza da questo meccanismo è tenacissima. Per quello che ho potuto riscontrare inoltre è difficile che una persona anoressica intraprenda la strada della tossicodipendenza e

viceversa. Spesso le persone anoressiche hanno un vero e proprio orrore del 'buco' e, per assurdo, pur vivendo la dipendenza alimentare, hanno paura della dipendenza dalla droga.

Altrettanto difficile è sostenere 'la rota', la crisi di astinenza. Ho riscontrato meccanismi che si muovono in modo analogo a quelli della tossicomania

Inoltre, considerando il problema da un punto di vista depressivo, mi ritorna in mente il libro di H. Guntrip "Teoria Psicoanalitica della relazione d'oggetto".

Ritrovo in queste persone la stessa paura di amare, la paura di distruggere l'oggetto d'amore. Il bisogno spasmodico di divorare l'oggetto d'amore e il dover rifuggire da questo bisogno per timore della propria distruttività. Doversi allontanare dalle situazioni reali per difendersi dalle proprie emozioni ritenute pericolose.

L'incapacità di essere, di creare, il vuoto famelico che si tocca internamente, la visione di un deserto senza fine.

I livelli energetici coinvolti

Cercando di fornire una lettura funzionale ed energetica di questo disturbo inizierei ad affrontare per primo il livello degli occhi. La persona anoressica sembra presentare uno stadio oculare bloccato e quindi una disfunzione del I livello. Questo si può facilmente riscontrare anche nella verbalizzazione dell'anoressico sul proprio aspetto: si vedono grassi quando pesano 30 kg o ancor meno! Il che corrisponde ad una interpretazione erranea della realtà. L'autopercezione è funzionalmente data dalla stimolazione dei sensi che a sua volta provoca il sentimento di eccitazione, quindi abbiamo: stimolazione

dei sensi Æ sentimento di eccitazione Æ autopercezione. Il blocco è la risposta del neonato (quindi risposta reattiva) alle cattive condizioni che trova alla nascita, condizioni di rifiuto e di distruttività. In alcuni casi ho infatti potuto riscontrare cattive condizioni neonatali: incubatrice, rifiuto da parte della madre anche nella gravidanza, rifiuto o mancanza di allattamento naturale da parte della madre, ecc.

Questo blocco caratterizzerà lo sviluppo psicoaffettivo del soggetto predisponendolo a disturbi nel comportamento fino a crisi di tipo psicotico nell'età della pubertà o dell'adolescenza (età tipica per la comparsa dell'anoressia).

L'alimentazione unisce il II livello con il primo attraverso le funzioni di odorato e vista.

Per il neonato l'alimentazione rappresenta anche il bisogno di essere amato, coccolato, rassicurato e la possibilità di lasciarsi andare una volta che sia sazio. L'adgredior erotica orale soddisfa il bisogno primario della fame e la frustrazione dell'adgredior orale genera la distruttività orale. Una sana relazione con la madre rappresenta una buona alimentazione mentre la perdita dell'oggetto d'amore, cioè della madre, sia simbolica che reale, determina una condizione di depressione. Un allattamento insufficiente, uno svezzamento brusco e precoce comportano conseguentemente una condizione depressiva caratteriale che determina la diminuzione del bisogno sessuale.

L'ingordigia degli attacchi bulimici nell'anoressia esprime l'aggressività orale, cioè la spinta ad incorporare l'oggetto d'amore; questa pulsione diventa distruttiva se il soggetto ha bisogno di mordere (usare i denti) e il fatto di mordere comporta un sentimento inconscio di colpa. La rabbia è anche un tentativo inconscio di autocurarsi in quanto la rabbia serve a non deprimersi. Tra le altre cose è da notare che spesso le per-

sono anoressiche soffrono di disturbi ai denti (carie, gengiviti, caduta precoce dei denti, abrasione anomala) e questi disturbi vengono spesso addebitati alla perdita di peso anormale. Invece da un punto di vista energetico l'ortodonzia e le malattie dei denti corrispondono ad una frustrazione orale con colpevolezza reattiva. In realtà, tra le altre cose, vorrei sottolineare come in questi casi la perdita dei denti sia vissuta come lutto che genera una vera e propria crisi depressiva, fatto che sottolinea la presenza di carattere orale.

Gli attacchi bulimici sono segno di una posizione depressiva ansiosa. Questa posizione appare essere una compensazione del bisogno di essere amati e la tendenza a divorare l'oggetto di gratificazione al fine di possederlo.

La fase orale è una dipendenza che deve essere a poco a poco superata per portare all'autonomia. Ma se la madre è ansiosa e si preoccupa solamente di dare da mangiare, il figlio sarà insoddisfatto e, da adulto, non mangerà mai veramente: sgranocchierà, si rifiuterà di mangiare oppure avrà un atteggiamento passivo di fronte al cibo. L'azione dello sgranocchiare, presente in molti anoressico-bulimici, a mio modo di vedere sottolinea efficacemente il blocco energetico del secondo livello. Ma questa situazione non si presenta solo nella patologia conclamata. La diffusione della gomma americana è un esempio calzante. Inoltre è facile verificare come nella cosiddetta 'normalità' sia molto diffuso il mangiare, sgranocchiare sempre e a qualsiasi ora così come mangiare continuamente caramelle.

Il comportamento alimentare non naturale della madre genera nel bambino una situazione di ambivalenza che spesso si manifesta con il vomito. Il vomito rappresenta il desiderio di prendere, di portare dentro e al contempo di rifiutare.

Anche la difficoltà di contatto con gli altri è da addebitarsi al

nucleo orale. Per esempio uno svezzamento troppo precoce o troppo brusco causano una sensazione di vuoto, di perdita: e questa è l'origine della depressività.

Negli anoressici spesso si riscontra un cattivo allattamento, un'assenza del seno materno e il rifiuto del neonato a succhiare. Questo rifiuto dimostra ed è alla base di una mancanza di contatto tra il neonato e la madre, cioè con il mondo extra-uterino.

La condizione di una persona anoressico-bulimica che ho seguito presentava la formazione di un doppio nucleo psicotico; allo stress del periodo intrauterino (la madre rifiutava la gravidanza e aveva cercato di provocarsi un aborto spontaneo) e al mancato allattamento al seno infatti si aggiungeva una ulteriore frustrazione nel periodo della formazione del carattere, cioè in quel periodo in cui con lo svezzamento inizia l'attività neuromuscolare intenzionale (neuromuscolarità); infatti si poteva anche evidenziare a carico del primo livello la presenza di astigmatismo (paura fetale) con miopia (stress dall'11 giorno di nascita fino ad 8/9 mesi).

Ho potuto riscontrare inoltre la presenza di un'oralità insoddisfatta (cattivo allattamento) coperta e trasformata attraverso uno svezzamento precoce in oralità rimossa. Infatti in questo caso era riscontrabile sia una compensazione cosciente della situazione depressiva attraverso il cibo (attacchi bulimici) e il fumo con presenza da un punto di vista psicodinamico di invidia, e la contrazione cronica dei masseteri, sia una compensazione attraverso sostanze allucinogene e lettura coatta, con aspetti fallico-narcisistici. La copertura border-line, come copertura del nucleo psicotico, si manifestava anche con un comportamento esteriore molto attivo ed ottimista con grande consumo energetico. La persona in questione effettuò il test di

Vincent che confermò la diagnosi mostrando un potenziale energetico ridotto e una ridotta capacità vitale cellulare.

Nell'anoressia sono presenti, come ho già detto, tratti schizoidi, depressività, ossessività (coazione a ripetere), permalosità e ambizione eccessiva. E' presente anche una grande aggressività inconscia, invidia e possessività che vengono repressate. E' anche presente un rifiuto d'identificazione con la madre, con il femminile. L'anoressica è a conoscenza delle sue pulsioni che consciamente reprime. Credo che i brani citati nelle pagine precedenti siano una dimostrazione di questo. La perdita dell'appetito nell'anoressia mentale rappresenta la punizione (mancata gratificazione orale) alla propria possessività e invidia e anche l'espiazione della colpa delle fantasie di divorare l'oggetto d'amore. La persona anoressica inoltre non vuole riconoscere le proprie debolezze e questo ci porta a considerare il blocco del III livello. Questo blocco è anche evidenziato dalla presenza di ambizione smisurata e dall'incapacità di sentire i propri limiti.

Il I livello (occhi, orecchie e naso) è la porta di entrata alla paura e questo livello è collegato con il diaframma (e quindi con il vomito).

Il II livello (bocca) è in relazione diretta con il bacino, il suo blocco quindi spiega l'assenza di sessualità genitale. Inoltre è collegato anche alle funzioni di escrezione: molti soggetti anoressici sono anche stitici.

Inoltre la stitichezza, al di fuori di questa patologia particolare, sembra essere molto diffusa così come il cattivo rapporto con il cibo è diffuso un po' ovunque (carattere orale!).

Anche il III livello (collo) è collegato con il diaframma: narcisismo/masochismo=ansia di superare se stessi. Nelle patologie

del III livello troviamo anche la nevrosi esofagea ossia la presenza di spasmi che impediscono il transito del cibo accompagnati da vomito. Nell'anamnesi familiare di una persona anoressica ho riscontrato questa patologia a carico del padre, padre che era ambivalente e anaffettivo. Questa nevrosi (e la figura del padre citata poc' anzi sembra confermarlo), dimostra un profondo disturbo dell'affettività e una situazione ambivalente somatizzata (disgusto/tentazione/rifiuto). In questo caso particolare il padre aveva sofferto di nevrosi esofagea e la madre era compulsiva nell'alimentazione e ambivalente: incitava a mangiare e subito dopo vietava il cibo sottolinenado la quantità presa (quantità che lei stessa aveva spinto a prendere).

Il III livello è anche collegato al IV (torace): nel collo è presente il nodo importante dell'ambivalenza, ed ecco spiegato il collegamento. Nella persona anoressica l'ambivalenza è un fenomeno costante!

Per quanto riguarda il V livello (diaframma) il vomito serve ad eliminare qualcosa che è ritenuto pericoloso fisicamente o psichicamente. Gli animali agiscono questo meccanismo di protezione in modo abbastanza evidente. Ciò che determina il 'buono' o il 'cattivo' sul piano della nutrizione dipende da chi nutre e una cattiva incorporazione è eliminata con il vomito, vomito che consente di fuggire sensazioni sgradevoli. Il vomito può essere anche il rifiuto di certe esperienze o vissuti emotivi.

Il bambino vive anche una dimensione fantasmatica nella quale identifica la madre con il cibo. Allora il suo desiderio di incorporare può generare sensi di colpa e il vomito può rappresentare la restituzione di queste cattive incorporazioni.

Conclusioni

In quest'ultima parte vorrei solamente sottolineare come, per ciò che riguarda la mia esperienza, le terapie di solito usate per curare l'anoressia siano efficaci solo in parte. Le persone curate guariscono ma, a mio avviso, sostanzialmente non cambiano la loro struttura energetica, il loro modo di porsi e il loro modo di vivere il cibo. Voglio dire che questi fattori cambiano solo in parte. Non posso parlare di verifiche a lungo termine, nel senso che non ho dati che rivelino i risultati di questi interventi parziali nel tempo: non ho dati su biopatie che potrebbero o sono insorte in queste persone. Posso però dire che Fabiola De Clerq (ex anoressica e fondatrice del Centro A.B.A. –Associazione bulimico anoressici) sostiene nei suoi scritti che l'anoressico, con la sua paura d'ingrassare, non deve invece avere questo timore perché è impossibile: resterà sempre una persona magra (nei livelli di normalità, chiaramente); la De Clerq cita anche alcuni casi a dimostrazione di ciò. Questo fatto, a mio avviso, dimostra come la struttura energetica non venga veramente cambiata.

Il mio riscontro invece è diverso: persone anoressiche trattate vegetoterapicamente e con le opportune terapie convergenti hanno profondamente cambiato la loro struttura energetica e non solo ottenuto la scomparsa dei sintomi.

Purtroppo i dati inerenti ai test in mio possesso per confortare gli argomenti sostenuti e le diagnosi non sono molti: ritengo che questo conforto può essere fornito dal test di Vincent, dal test T sul sangue, dalla macchina Kirlian e dal bilancio energetico, così come ritengo e sostengo l'importanza e la validità dell'orgonomia come strumento di diagnosi e come strumento convergente di sostegno. Molto è stato fatto e si fa per quello che riguarda la diagnostica. Credo che nel campo dell'orgono-

mia ci sia ancora molto da scoprire invece proprio come possibilità di convergenza terapeutica e quel 'molto' spero che un domani potrà validamente affiancare la metodologia vegetoterapica.

BIBLIOGRAFIA

- BRUCH Hilde – La gabbia d'oro – ed. Feltrinelli*
BRUCH Hilde – Patologia del comportamento alimentare – ed. Feltrinelli
GANZERLI P./SASSO R. – La rappresentazione anoressica – ed. Bulzoni
NUZZO M.L./CHIARI G. – La prospettiva comportamentale e cognitiva in psicologia – ed. Bulzoni
RIZA PSICOSOMATICA rivista n. 56 – ottobre 1985
MINUCHIN S./ROSMAN B.L./BAKER L. – Famiglie psicosomatiche – ed. Astrolabio
SELVINI-PALAZZOLI – L'anoressia mentale – ed. Feltrinelli
SECHEHAYE M.A. – Diario di una schizofrenica – Ed. Giunti Barbera
DE CLERQ F. – Tutto il pane del mondo – Ed. Sansoni
GÖCKEL R. – Donne che mangiano troppo – Ed. Feltrinelli
GÖCKEL R. – Finalmente liberi dal cibo – Ed. Feltrinelli
OLLENDORFF REICH I. - Wilhelm Reich biografia da vicino – ed. La salamandra
NAVARRO FEDERICO – La somatopsicodinamica – Il Discobolo edizioni
NAVARRO FEDERICO - Caratterologia post- reichiana – Nuova Ipsa Editore
NAVARRO FEDERICO – Somatopsicopatologia – Idelson-Gnocchi ed.
NAVARRO FEDERICO – Somatopsicodinamica delle biopatie – Il Discobolo ed.

David Donfrancesco

G-8: diario di un manifestante pacifista!

ROMA, camera mia. Mercoledì 18 Luglio, ore 19. Ho quasi finito di preparare la borsa. Pensando a Genova è la prima volta che mi batte il cuore; non so decifrare le mie emozioni rispetto all'esperienza che sto per vivere; sono però sicuro di una cosa: devo andare. Ho sentito da poco l'amico Costantino al telefono; Viola, la mia ragazza, ieri, piangendo, mi ha detto di stare attento e di provare a chiamarla in questi giorni. Spero che saprò come sentirla.

Ore 23:43. Lorenzo è appena uscito, Viola mi ha detto di chiamarla almeno quando torno a Roma; mi ha chiamato anche mia madre, non ha espresso le sue preoccupazioni, penso per non aumentare il nervosismo di mio padre (sentivo che borbottava mentre parlavo al telefono con mamma). Sono consapevole del fatto che le mie scelte-decisioni costituiscono un fattore ansiogeno rispetto alle persone a me più vicine in senso (ideale) e affettivo (questo mi fa anche pensare- sentire che non sono solo in questo mondo): Anch'io ho paura per la mia incolumità, difatti quando penso ai potenziali rischi mi si fa la «pelle d'oca»; mi sono anche fatto prestare un casco da Lorenzo, però provo a non pensarci. So che questa sorta di rimozione un giorno, in una qualche forma, la sconterò (mi auguro nella modalità più indolore possibile in relazione agli altri), ma sono sicuro di un fatto: a Genova devo esserci. La mia presenza vorrebbe essere un'azione-messaggio, una testimonianza contro, rivolta nei confronti di una minoranza (sotto un punto di vista quantitativo numerico) organizzata che però diventa maggioranza rispetto alla categoria «potere» intesa come maggiore capacità di gestione e allocazione delle risorse da parte di un gruppo di attori sociali - in questo caso «OTTO»

sogetti - ottenuta tramite dinamiche culturali che vanno nel senso dell'altrui coercizione. Questa «minoranza-maggioranza» vorrebbe imporre, e nei fatti sta imponendo, un unico modo possibile di essere uomini. Sostanzialmente contesto un solo fatto: l'uccisione e la cancellazione della più grande ricchezza di cui il genere umano dispone, cioè a dire, la diversità.

ROMA, Stazione Termini. Giovedì 19, ore 7:40. Sono arrivato con circa 20 minuti di ritardo all'appuntamento che avevo con Costantino alla stazione Termini. Abbiamo i biglietti, stiamo aspettando di sapere il numero del binario del «nostro» treno che dovrebbe partire alle ore 8:07. Per il momento siamo circa una cinquantina, le facce sono assonnate ed il clima : disteso. Abbiamo incontrato anche «Oliva», sono contento.

Treno in cammino, ore 8:11. Siamo in viaggio; sul treno alcuni compagni ci hanno dato delle cartine di Genova su cui sono riportare sia i luoghi che dovremmo attraversare sia il programma delle manifestazioni e i numeri di telefono dei centri di informazione e di sosta. In treno si parla in maniera semiseria delle possibili azioni di repressione cui saremo soggetti.

Ore 14:10. Siamo arrivati fino a Sestri con il treno, ne abbiamo preso un altro fino a Nervi, da lì siamo entrati in «ottomila» in un autobus diretto a Quarto. Sono cominciati i primi canti anti-G8.

GENOVA, Parco Re di Puglia», ore 15:45. Ci siamo accampati al parco «Re di Puglia». Sono un po' amareggiato perché i ragazzi parlano quasi esclusivamente delle possibili cariche della polizia, nessun progetto sull'organizzazione delle manifestazioni, nessun discorso politico ideale, nemmeno ad un livello generale, astratto. Ad un certo punto mi sono sentito un po' rinfancato; è arrivato un gruppo di immigrati di Brescia che urlavano uno slogan: «diritto, lavoro, dignità». E' per me

paradossale «sentire il mio sangue che scorre nelle vene», a ragione del fatto che degli esseri umani lottano per l'ottenimento di una condizione esistenziale che faccia riferimento alla felicità: tale condizione non dovrebbe essere normale e, in questo senso, naturale?

GENOVA, centro, ore 16:50. Siamo partiti dall'accampamento per andare al corteo dei Migranti (appuntamento a Piazza Sarzano alle 17), abbiamo preso un autobus e siamo scesi a Brignole. C'è molta «celere» ma il clima è abbastanza tranquillo e disteso. Ho incontrato Emanuela all'accampamento; si è lamentata per i discorsi poveri di contenuti rispetto alle azioni cui si sta per partecipare. Vorrei telefonare a casa e a Viola. Stiamo per entrare nella galleria «Cristoforo Colombo», si strillano slogan, la numerosità del gruppo è aumentata di molto. Spero in una manifestazione pacifica e penetrante.

Questa è stata l'ultima pagina di diario che ho scritto. Avrei voluto continuare a scrivere ma il giorno 19, durante la manifestazione, Costantino ed io ci siamo staccati dal nostro gruppo; quando il corteo è finito ha cominciato a piovere, non conoscevamo le strade, non avevamo ombrelli e abbiamo impiegato un'ora e mezza per tornare all'accampamento. Siamo arrivati zuppi e stanchi, ci siamo messi, per questo, subito a dormire. Il giorno seguente ci siamo svegliati, abbiamo fatto colazione e siamo quasi subito partiti per una delle piazze tematiche che erano state organizzate. Quando siamo tornati all'accampamento, già sapevano della morte di un giovane. Questo accadimento mi ha fatto incontrare il senso del vuoto, non sono stato più in grado di «diareggiare». Proverò, per questo, a recuperare in maniera sintetica e retrospettiva i fatti e le sensazioni che ho vissuto in quei giorni:

Giovedì 19 luglio: siamo arrivati a piazza Sarzano, c'è

una gran calca di gente; c'è un gruppo di tedeschi che inscenano pantomime relative agli effetti della globalizzazione capitalistica, si canta, si balla, si lanciano slogan; il corteo è variegato, colorato, festoso. Si respira aria di solidarietà, le persone ti regalano sorrisi ed abbracci; dovremmo essere stati circa centomila esseri umani, uniti nella differenza. Per me, quelle persone hanno rappresentato la materializzazione della formaturità delle nostre istanze-ragioni.

Venerdì 20 luglio: Partiamo dall'accampamento verso le 10 e mezza, ci dirigiamo verso piazza «da Noli» (tematica lavoro). Arriviamo verso le 11: 30. Saremmo dovuti restare lì fino alle due per aspettare l'arrivo degli altri treni speciali disponibili; dico saremmo, perché la piazza in mezz'ora è stata frantumata e scagliata contro macchine, banche e «celere». Veniamo caricati dalla polizia, ci piomba addosso una pioggia di lacrimogeni; utilizziamo una scalinata come via di fuga; ci attestiamo su questa scalinata; si può leggere la paura negli occhi di molti contestatori, la polizia torna alla carica: parte una sassaiola e qualche bottiglia molotov; la carica si ferma.

Mentre i manifestanti non sanno dove andare, c'è una nuova pioggia di lacrimogeni. Il gruppo si divide; c'è chi si dirige verso Piazza Kennedy, e chi, come me, prende una parallela di Viale Europa. Nonostante i manifestanti in fuga, le cariche continuano. Veniamo a sapere che i manifestanti si sono diretti verso piazza Kennedy, si sono barricati nella «zona concerti», che non hanno vie di fuga e che le azioni di disobbedienza civile si sono trasformate in guerriglia urbana.

Saputo questo, tentiamo di raggiungere piazza Kennedy, per far spostare le cariche su di noi e permettere in tal modo, forse, la fuga ai manifestanti chiusi nella «zona concerti». Non riusciamo però nei nostri intenti: c'è polizia ovunque;

decidiamo di tornare all'accampamento.

In mezzo a tutto questo ho potuto vedere che a certi contestatori era permesso fare tutto, e che, quelle poche volte che subivano cariche venivano indirizzati in mezzo ai gruppi pacifici e a quel punto la repressione da parte delle forze dell'ordine diventava dura ed indifferenziata. Circola la voce di un morto. All'accampamento se ne ha la conferma. L'atmosfera mi è sembrata dolorosamente e tristemente surreale: i contestatori litigavano tra loro, si dava la colpa a questo e a quello, chi piangeva, molti non dicevano assolutamente niente, c'erano feriti e qualcuno era stato preso durante le cariche. Ho recuperato una sorta di «non senso esistenziale», però sentivo che al corteo unitario di sabato dovevo andarci.

SABATO 21 LUGLIO: usciamo dall'accampamento con la decisione di fare servizio d'ordine interno e di camminare «incordonati». I manifestanti sfilano compatti (circa centomila persone), a livello verbale si fanno venire fuori i contenuti della riabilitazione e si critica l'operato delle forze dell'ordine. Mi trovo al centro del corteo, stiamo da poco attraversando Corso Italia, veniamo caricati e la manifestazione viene così divisa in due blocchi. Subiamo altre tre cariche lungo Corso Italia. Il mio gruppo decide di tornare all'accampamento, è impossibile manifestare. Dico solo questo: per tornare all'accampamento a piedi, da dove ci trovavamo, avremmo dovuto impiegare meno di un'ora; a causa, invece, delle cariche gratuite subite abbiamo impiegato mezza giornata per percorrere il tragitto. A questo punto mi pongo una serie di domande: perché non è stato fatto nulla, dalle forze dell'ordine, nel senso di una prevenzione rispetto ai possibili episodi di violenza che potevano verificarsi, ed invece è stata attuata una politica di mera repressione? La mia risposta segue quattro direttrici strettamente collegate tra loro: 1) il fatto di voler resti-

tuire all'opinione pubblica, tramite i mass media, l'idea immagine dei contestatori (vorrei ricordare che etimologicamente contestazione significa testimonianza contro) come degli animatori violenti, è un tentativo di delegittimazione della mobilitazione tutta; 2) si è cercato di far emergere comunque un capro espiatorio, i cosiddetti "Black Bloc", e questa è una strategia solitamente usata dalla dominanza nel tentativo di far implodere il potenziale contro culturale dei movimenti all'interno dei movimenti stessi (le lotte operaie insegnano); 3) a livello legale, quando non possono essere colpiti tutti i soggetti "scomodi" rispetto alla dominanza, si colpiscono pochi di questi stessi per dare l'esempio a tutti gli "altri" (valenza psicologica); 4) questa strategia è funzionale anche nel distogliere l'attenzione dell'opinione pubblica rispetto ai contenuti (gli affari e gli interessi) dei "Grandi Otto".

Mi pongo un'ulteriore domanda: com'è possibile che molte delle persone che avevano sfilato in maniera del tutto pacifica e festosa il giovedì durante il corteo dei Migranti, il venerdì si siano trasformati in soggetti che agivano, secondo quello che si vuol far credere, solo ed esclusivamente in riferimento alla violenza fine a se stessa? La gran parte di queste persone non sono le stesse che poi hanno dato vita a manifestazioni caratterizzate da un profondo pacifismo in molte piazze italiane (a Roma c'erano quarantamila persone) il giorno martedì 23 luglio?

Per concludere, mi sento di affermare che di fronte alla morte di una persona ci sono solo dei perdenti, nessun vincitore. Sono però consapevole di un fatto: il prossimo G8 si terrà in una località canadese difficilmente raggiungibile, e questo con la scusa di evitare altre possibili manifestazioni violente; ma questo distacco fisico non può essere indicatore di un distacco dei "Grandi Otto" (e di tutto quello che rappresentano) nei con-

fronti dei bisogni reali del genere umano?

Il “potere”, a mio modo di vedere, deve cominciare a nascondersi, non ha più alcuna connotazione umana (se mai ne ha avuta).

Nella consapevolezza della parzialità dei punti di vista.

Sergio Scialanca

Diario di battaglia del Guerriero della Luce

Integrazione al Manuale del Guerriero della Luce

di Paulo Coelho

Il Guerriero della Luce osserva il fabbro che, con il martello, dà forma al ferro. Ma sa che, se quel fabbro è un filosofo, egli sta dando forma a se stesso; e se è un Maestro, sta dando forma all'Universo.

Il tempo fuori dal tempo è l'oggetto che il Guerriero della Luce percepisce quando sa che egli è sempre stato e sempre sarà unicamente quello che è, qui e ora. In ogni attimo egli è tutto se stesso, poiché egli non è acqua, ma il suo scorrere; non è fuoco, ma il suo bruciare; non è aria, ma il suo aleggiare. Non è terra, ma l'inseminazione che la feconda. Poiché l'uomo ha un tempo, ma non l'Umanità.

In certi momenti, il Guerriero della Luce ha la vittoria in pugno. E allora comprende come possa essere vicina la sconfitta.

La Magia del Guerriero della Luce è nell'essere il vivente che è fuori di lui. E nel riconoscere che il vivente fuori di lui è se stesso. E nel sapere che il vivente che è fuori di lui lo contiene. E infine, nell'essere il vivente che è anche lui. Per questo sarà ferito dal suo stesso fendente a ogni battaglia.

La realtà si presenta al Guerriero della Luce in una continua mutevolezza. Ciclicamente come il cammino degli astri, che si ripresentano ai suoi occhi a intervalli regolari e diversi tra loro. Al tramonto di una realtà, ne sorge un'altra, del tutto diversa per tonalità e per possibilità offerte. Se egli stava lavorando sulla prima, dovrà attendere il suo risorgere, per concludere il suo lavoro; e intanto si occuperà della nuova. Ma per il Guerriero della Luce, nessun astro tramonta o sorge, che non lo faccia dentro di lui come fuori. Talvolta è il suo cuore a tramontare, talvolta la sua mente. Ma non c'è percorso d'astri, né realtà vivente che non lo trascini come un fiume in piena. Il suo potere è nell'essere, alla fine, quel fiume.

Il Guerriero della Luce conosce l'arte di provare sentimenti. Quando è il momento egli li richiama e li usa per parlare con gli uomini, perché il sentimento è un linguaggio, e l'amore è il pensiero che attraverso questo linguaggio si esprime. Ma il Guerriero della Luce ama il silenzio e parla solo se è necessario.

Il gesto del Guerriero della Luce non rimane senza risonanza. Quanto più lontano ne sarà udito il suono, tanto più ampia ne sarà la portata. Quindi il Guerriero sa quanta forza imprimere al suo gesto. È stato addestrato ad osare, ma anche a dosare. Talvolta egli è eccessivamente triste, o eccessivamente allegro. Eccessivamente rigoroso o severo... I suoi amici dicono di lui che è "un eccesso". Quello che sembra un eccesso, è per lui il minimo indispensabile perché la sua azione giunga sufficientemente lontano.

Il Guerriero della Luce fa del dubbio la certezza che lo guida. Se ha certezze, teme, perché ha davanti a sé una strada sola. Il dubbio prevede almeno due possibilità, ed egli sa come incunarsi tra di loro per trovare la via giusta.

Quando i pensieri attraversano la sua mente, il Guerriero della Luce si domanda: “Di chi sono?”. Egli è un mangiatore di nuvole, che sono i pensieri della gente, e li sa dunque riconoscere. Se, dopo averli esaminati uno ad uno, scopre che nessuno è il suo, egli si rallegra. Perché il vuoto che occupa la sua mente ha origine ben oltre le nuvole.

Lo studioso che scrive libri sui leoni, descrivendone ogni particolarità, diventa con questo un leone? Se troverai un libro che parla di leoni, anzi, sarai certo che non è stato un leone a scriverlo: potrebbe un leone scrivere un libro? Il Guerriero della Luce sa che chi parla con competenza della Luce, non è Luce. La Luce non parla di se stessa.

Il Guerriero della Luce non pratica l’onestà, ma la Correttezza. Perché l’onesto rispetta le leggi, il Corretto rispetta la Legge. La Correttezza è la lama della sua spada: fredda, tagliente, rigida. Essa non è discutibile, come invece l’onestà e la moralità. E l’uomo sociale ama discutere, ed emettere giudizi. Il Corretto non giudica mai: osserva non gli atti altrui né la loro causa, ma le loro conseguenze.

La persistenza del Guerriero della Luce, che viene chiamata “vita” dal mondo, è legata alla Presenza. Il filo che lo unisce alla Fonte ha termine nel suo cuore. Ogni assenza interrompe quel filo e lascia lo spazio per l’attacco dell’avversario. Il Guerriero della Luce sa che la sua persistenza è necessaria. Non teme di perderla, ma teme di farlo per la sua assenza colpevole.

Stare insieme con gli altri è per il Guerriero della Luce una necessità della sua funzione. Ciò comporta la partecipazione umana alle vicende altrui, la simpatia e un’umanità interamente vissuta. Per questo un Guerriero della Luce è sempre un uomo maturo. Egli ha passato la gioventù ad addestrarsi e non si è risparmiato. Ma, dopo che ha ricevuto le armi, non può più concedersi gli umani abbandoni: il sentimento costa troppo spesso il prezzo dell’assenza.

Chi ama il Guerriero della Luce avrà in cambio amore e sofferenza. Non capirà perché lo ama tanto e perché si senta così poco amato. È che l’amore del Guerriero della Luce è privo di sentimento.

Il compagno del Guerriero della Luce condivide i pericoli della sua funzione. Se è debole, perirà. Per questo il Guerriero della Luce spesso allontana dolorosamente coloro che ama: per salvarli.

Quando un compagno cade, il Guerriero della Luce sorride, e il compagno con lui. Non è successo niente, solo si dovrà lavorare di più. Alla fine, basta che ne arrivi uno solo.

Sulla strada del Guerriero della Luce il femminile è il contenitore delle sue energie. Una piccola parte, che non pesi troppo e non ne appesantisca i movimenti in battaglia, egli la porta sempre con sé. Sa che il resto è conservato nel mondo dalla Femmina come cosa sacra.

Come cavare acqua dal pozzo, è arte che il Guerriero della Luce ha dovuto imparare. Il complicato dipanarsi delle cavità nel ventre della terra, in cui quell'acqua scorre, è un intrigo che ha dovuto percorrere. Ora sa come trarre acqua restando sulla superficie della terra. Ma ricorda quanto sia buio, laggiù.

Quando i pensieri della gente sono troppi e il cielo si copre di grigio, il Guerriero della Luce sente qualche volta il desiderio di “andarsene”. La sua fantasia è quella di addormentarsi cullato dalle onde del mare e di lasciarsi trasportare lontano, senza svegliarsi più.

Il Guerriero della Luce non si crede particolarmente coraggioso e non aspira a mostrare il suo coraggio. Sa che ci sono atti di coraggio dettati dalla vigliaccheria, e che ci sono atti di vigliaccheria dettati da un grande coraggio.

Il Guerriero della Luce ha passato lunghi anni cercando di capire cosa si nascondesse dentro di sé, ritenendosi un contenitore; ma è rimasto deluso, poiché si è scoperto un contenuto. Si è allora domandato a lungo che cosa si nascondesse fuori di sé, cercando di diventare “quello che è”, e scoprendo con amarezza che si è sempre quello che non si sarebbe mai voluto essere. Poi ha cessato di cercare e di porsi domande.

Nessuna sconfitta è peggiore dell'impossibilità di combattere. Se l'avversario si dà alla fuga senza accettare il combattimento, la vittoria è sua. Questo sa il Guerriero della Luce. E che chi è tanto forte da non trovare avversari, non potrà mai dire di aver vinto.

L'ultimo straordinario atto di coraggio del Guerriero della Luce, è l'accettazione spietata della propria ordinarietà. Egli sa che l'unico progetto alla realizzazione del quale si è indispensabili, è quello di volersi rendere indispensabili, per orgogliosa piccineria.

Il Guerriero della Luce sa aspettare, ma non resta mai inattivo. Sa che la pazienza non è l'arte di attendere, ma, al contrario, quella di non attendersi nulla.

Quando la battaglia si avvicina, il Guerriero della Luce diventa inquieto. Il suo cuore è in tumulto, il sangue gli pulsa nelle tempie, le spalle ed il collo si irrigidiscono nell'attenzione. Ciò che lo tormenta è che, per quanto fiuti l'aria, non riesce a sapere da dove il pericolo arriverà, e quando. Chi gli sta accanto sente lo spirito della belva e, provandone sgomento, si allontana. Intorno a lui allora si fa il vuoto e nessuno si può avvicinare non visto.

Il Guerriero della Luce è una macchina vivente che trasforma energia; se ne richiede troppa per funzionare, potrà restituirne trasformata molto poca e quindi sarà antieconomica. Il Guerriero della Luce è un uomo funzionale: egli si adopera per vivere con il minimo necessario a godere di salute e di allegria.

La certezza che quanto si sta facendo oggi sia perfetto, nasce dalla consapevolezza che domani si farà di peggio. Per questo il Guerriero della Luce non è mai certo dell'esito delle sue battaglie. Tuttavia, anche nell'incertezza, non rinuncia mai al combattimento e si assume la responsabilità di prenderne la decisione: il compito perfettamente eseguito, è quello che non è stato mai assegnato.

Il Guerriero della Luce non pensa mai niente che non sia stato già pensato, né fa niente che non sia stato già fatto: egli non è niente che non sia già stato. E ricordarsi di essere sempre stati, vuol dire dimenticarsi di essere.

Due Guerrieri della Luce viaggiavano insieme. Poi uno disse: "Voglio restare solo. Vai pure avanti." L'altro rispose: "Voglio restare solo. Rimani pure indietro".

La libertà totale consiste nel fare tutto quello che si vuole: il Guerriero della Luce è un uomo libero perché ha accettato l'unica condizione posta: che la sua volontà corrisponda esattamente a ciò che deve essere fatto.

Il Guerriero della Luce preferisce la battaglia in campo aperto, ma non disdegna la guerriglia, se è la tattica migliore da adottare. Così sa rendersi mimetico ed ha imparato a fingere di essere quello che è. Egli non si nasconde mai: si mostra nascosto.

Il Guerriero della Luce rispetta le regole, perché sa che, per il mondo, porre una norma serve a conservare una realtà esistente. Per lui invece, a individuare ciò che ne è al di fuori, e che essendone dunque il solo potenziale fattore di crescita, è degno di essere difeso con la propria vita.

Il Guerriero della Luce non è un uomo di potere, ma un uomo di responsabilità. L'uomo di potere è colui che sa porre i problemi. Chi li sa risolvere non ha alcun bisogno del potere.

L'arma prediletta del Guerriero della Luce è l'immaginazione. Egli ha scoperto che se è possibile, con la forza dell'immaginazione, evocare come reali immagini non reali, è possibile, con la stessa forza, rendere irreali le cose reali.

Ognuno dei compagni del Guerriero della Luce possiede qualche cosa perdere la quale significa, per lui, morire. Il Guerriero sorride, perché questa cosa, stranamente, non è mai la Vita.

Il Guerriero della Luce ha studiato le tecniche per occupare progressivamente il campo di battaglia, sottraendolo all'avversario, così come fa il torero che contende l'arena alla furia del toro. Ma se egli e l'avversario non sono soli, e nel campo si accalca una gran folla di combattenti, evita accuratamente di occupare una posizione centrale. Essere al centro vuol dire essere circondati.

Spesso, quando il Guerriero della Luce ascolta qualcuno, dà l'impressione che stia guardando alle sue spalle. Sta cercando la vera intenzione di quelle parole, perché la parola è lo strumento dato agli uomini per nascondere il proprio pensiero.

Il Guerriero della Luce si occupa dei suoi compagni, sforzandosi di aiutarli a liberarsi del bisogno, perché possano coltivare il desiderio. L'uomo ha bisogno del desiderio.

Molti maestri invitano gli allievi troppo fantasiosi a stare con i piedi per terra. Ma il Guerriero della Luce si domanda: “Stare con i piedi per terra, non significa forse stare con la testa per aria?”.

Non si è Guerriero della Luce senza essere animati da un insopprimibile desiderio di ricerca. Il vero ricercatore, però, è raro, perché pochi sono coloro che riescono a scoprire da sé e per sé quello che tutti sanno; e meno quelli che, quando imparano una cosa nuova, sanno ammettere che la conoscevano già.

Chi si trovasse, viaggiando, all'improvviso nel deserto, si sentirebbe perduto e disorientato. Per il Guerriero della Luce, il deserto è una strada obbligata, ma così larga che non se ne vedono i margini.

Il Guerriero della Luce è un viaggiatore. Egli si occupa delle popolazioni che vivono nelle isole di un arcipelago, senza conoscersi tra di loro. Quando lascia un'isola per raggiungerne un'altra, il Guerriero della Luce scompare alla vista e la gente si dimentica di lui finché non lo vede ricomparire. Il momento più amato è quello in cui egli è solo in mezzo al mare, in viaggio. Al Guerriero della Luce è proibito riunire tutte le isole delle sua esistenza in un'esistenza sola.

La verità è nascosta dalla realtà. Il Guerriero della Luce opera nella realtà e si adopera per renderla quanto più aderente possibile alla verità. È in questo modo che la verità potrà apparire senza mascheramenti. Eppure essa resterà ugualmente invisibile, perché ciò che ci impedisce di vederla è il fatto che abbiamo gli occhi; tutto quello che si vede, si vede grazie alla luce, ma, come un film, per vederlo bene, bisogna stare al buio.

Non sempre la battaglia che il Guerriero della Luce conduce, termina in modo incruento. Qualche volta essa produce le sue vittime. L'avversario, qualche volta, soccombe definitivamente. Al primo grido di vittoria, segue allora il dolore: non quello della perdita dell'avversario - che è compito di guerra sconfiggere - ma quello causato dalla rabbia, dall'astio odioso, di cui egli si è a lungo nutrito e che è esploso nel suo ultimo rantolo. Quell'odio non può essere sepolto.

Il Guerriero della Luce è uno specchio: chi lo ama, sta amando se stesso, chi lo odia, sta odiando se stesso. E all'inverso, chi si ama lo sta amando, chi si odia, lo sta odiando. Questa è l'unica difesa del Guerriero della Luce.

Egli depose la spada ai piedi del Vecchio dei Vecchi, con questo inchinandosi. Poi prese posto sullo scranno che era rimasto vuoto, durante la sua assenza. Tutti insieme i Vecchi sollevarono il loro bastone e percossero la terra in un sol colpo. E fu quello che doveva essere e che comunque sarebbe stato.

