

Radici in cielo, rami in terra

Dott.ssa Valentina Vascellari

*A Domenico,
uomo coraggioso,*

che ha scelto di scegliere.

*A Rebecca, nostra figlia,
che ci ha scelto da una stella,
nonostante ci
fossero genitori "che le avrebbero fatto
guardare la TV fino a tardi".*

*A Giuditta che ha scelto
di andare, anima vitale e profonda, cugina*

*amatissima, grazie per avermi sostenuta
in questo processo di trasformazione.*

Ringraziamenti

I miei più sentiti ringraziamenti vanno a: Guido Montaldo che mi ha supportato coi suoi preziosi suggerimenti e competenze informatiche; Valeria Lecca che ha corretto il lavoro che segue; Lorenza Gazziero che ha sopportato tutte le ansie da prestazione; Francesca Pinna sempre presente con entusiasmo e condivisione per la nascita di ogni tavola; Rebecca, Massimo, Isabella e Michele, figlia e nipoti amatissimi, per tutte le volte che, nelle sere d'estate, hanno disegnato al mio fianco.

Sommario

Abstract	6
Introduzione	8
La teoria della mente	8
La teoria della mente	9
Conoscenza tacita, conoscenza esplicita	9
Il sé nel post-razionalismo	10

La funzione della mente	13
Approccio ericksoniano	13
La mente inconscia	14
L'ipnositerapia	14
I neuroni specchio	15
Ipnoterapeuta e sciamano.....	16
Riflessioni	16
L'albero della vita	18
Le sefiroth	20
Il caduceo	21
L'alfabeto e le vie	21
I 72 Nomi	23
Il progetto psico-grafico	24
Oltre la mente.....	28
Modo ulteriore	29
Transe in BTE- trance in ipnosi	30
Il sé in BTE	30
Orixà	30
Orixà e Kabbalah	31
L'incontro	34
72 nomi di Dio.....	36
Conclusioni	181
Bibliografia	183
Sitografia	187

Abstract: Il presente lavoro si propone di attraversare l'esplorazione del sé transpersonale attraverso un progetto psicografico che utilizza le meditazioni dei 72 nomi di Dio della Kabbalah in un processo che porterà la scrivente, attraverso le conoscenze incontrate nel proprio cammino di crescita personale e professionale, ad attraversare quelle porte che la vedranno di volta in volta morire per rinascere.

L'intento è di integrare tali esperienze che hanno attraversato i diversi modelli incontrati: il cognitivismo post razionalista, l'ipnosi ericksoniana, la meditazione e la Kabbalah, la biotransenergetica.

Introduzione

Con l'intento di facilitare la comprensione del lavoro grafico che seguirà ho scelto di raccontare ed estrapolare, dai vari percorsi di crescita effettuati, quelli che per me sono stati i punti salienti degli studi svolti in parallelo alla vita. Vivere e lavorare nella vita non hanno sempre portato continuità ed integrazione. In questa breve trattazione, anche croccante nel suo incedere, voglio mettere l'osservazione sui sassolini della strada di Pollicino che porta verso Casa, verso la Sorgente. Ogni sassolino può sembrare isolato nella sua posizione, ma solo in un secondo momento, successivamente all'apertura dello sguardo, si può scorgere la strada effettuata.

La teoria della mente

Quando sei nato

Non puoi più nasconderti.

(Maria Pace Ottieri)

Entravo in specializzazione con un grande carico di aspettative. Cercavo genio, creatività, passione per la ricerca ed emozioni da condividere. Avevo urgenza di dare anima al mio futuro lavorativo ed alla mia esistenza. Appassionata ed incuriosita fin dai tempi del liceo, immaginavo di portare il colore alla cura con l'ipnosi.

Il mio atteggiamento idealistico è stato immediatamente contenuto dal sistema e dai suoi ingranaggi.

Il modello familiare dal quale provengo dava una lettura del mondo di tipo razionale ad impronta cattolica. Scienza e religione. Pertanto ho sentito fin dal principio la necessità di seguire principalmente il modello scientifico per dare consistenza e salvezza al mio sentire 'magico' dell'esistenza. Così ho sospeso le urgenze dell'emisfero dx e con saltuari cali delle difese immunitarie ed episodi dissociativi qua e là, autolesionismo secondario a parassitismo, sono rimasta ancorata al positivismo classico.

Fin da allora intendevo la cura come un processo che portava l'intenzione di accogliere la persona nella sua interezza piuttosto che guardare la malattia come sola rottura di un ingranaggio della macchina uomo. Allora la malattia era per me un evento di vita con il suo senso ed i suoi significati inserito in una storia personale.

Anche io avevo la mia storia, ma non l'avevo ancora raccontata e, soprattutto, ero così immersa nella mia narrazione, che il mio sguardo puntava tutta l'esistenza dalla mia visione soggettiva.

Il mondo emotivo portava per me degli aspetti misteriosi e le nuove sollecitazioni che la clinica presentava mi orientarono sulla necessità di andare oltre la cura dei soli sintomi, così mi sono avvicinata agli studi di psicoterapia cognitiva post-razionalista. Da subito sono andata a cercare i miei significati personali per inquadrare la mia organizzazione e mi sono presto collocata con atteggiamento ottimistico al gruppo che presentava gli aspetti più funzionali. Ligia ai suggerimenti sul fare la psicoterapia consigliata agli *addetti ai lavori* ho iniziato il mio viaggio con la dott.ssa Daniela De Montis, che non smetterò mai di ringraziare.

La teoria della mente

Tra i principi della teoria della mente proposti da Vittorio Guidano vorrei subito mettere l'accento sulla teoria motorio-evolutiva della conoscenza umana¹.

La teoria motoria della mente sostiene che l'aspetto principale dell'attività mentale sia un attivo e incessante sistema di costruzione di modelli rappresentativi della realtà. Tale costruzione è il processo autoreferenziale con cui il nostro sistema nervoso determina la forma personale assunta dall'esperienza. L'ordine e la regolarità degli eventi che caratterizzano la nostra esperienza fenomenica, inclusa l'esperienza sensoriale, sono il prodotto attivo delle capacità autoreferenziali della mente umana. Secondo la prospettiva motoria della mente le funzioni sensoriali vengono costruite attraverso l'impiego delle medesime vie neuronali coinvolte nelle funzioni motorie. In altre parole la teoria della mente sostiene che la mente costruisce attivamente la sua realtà, attraverso l'interazione con l'ambiente circostante e l'interpretazione e la classificazione degli stimoli, organizzando degli schemi cognitivi di significato personale. Le organizzazioni: fobica, depressiva, ossessiva, da disturbi alimentari psicogeni (DAP).

¹ Guidano V. (1988), *La complessità del sé*, Bollati Boringhieri, pagg. 31-33

Conoscenza tacita, conoscenza esplicita

In questo sistema di costruzione in evoluzione è importante mettere l'osservazione sullo sviluppo della *conoscenza tacita ed esplicita* che avviene nel corso del ciclo di vita individuale e di come interviene nella strutturazione del significato personale.

Così accade² che durante il corso dell'evoluzione della mente umana il livello di conoscenza che appare per primo sia ovviamente l'elaborazione tacita. A causa del lento dispiegarsi delle capacità cognitive, gli anni dell'infanzia e dell'età prescolare sono caratterizzati principalmente da una percezione immediata e globale di sé e della realtà in cui la capacità di verbalizzazione, astrazione concettuale e consapevolezza riflessiva sono assolutamente trascurabili. Inoltre l'elaborazione progressiva di un livello articolato di conoscenza esplicita, conscia, è un processo lento e graduale che raggiunge un livello strutturale superiore solo alla fine delle fasi maturative dello sviluppo: durante l'adolescenza e la prima giovinezza. Infine, i livelli semantici superiori di elaborazione delle informazioni si accompagnano ad un progressivo distanziamento dei processi di pensiero dal qui e ora situazionale ad un graduale decentramento del soggetto dall'immediatezza della propria esperienza di sé stesso.

Così, da una parte, l'organizzazione dell'esperienza, che si articola nel corso dell'infanzia, dell'età scolare e della fanciullezza, permette la formazione di un sistema sempre più complesso di regole tacite di ordinamento; dall'altra, il lento dispiegamento delle abilità cognitive rende possibile diventare, almeno in parte, consapevoli della loro presenza solo in uno stadio successivo, di solito nella prima giovinezza. Solo in questo periodo la riorganizzazione tra conoscenza tacita ed esplicita può subire una riorganizzazione, grazie alla quale la percezione prelogica ed emotiva di sé fin qui elaborata può essere strutturata in un'immagine di sé stabile.

Grazie a questa complementarità le regole tacite, profonde, che forniscono all'individuo gli aspetti della sua percezione di sé e del mondo, possono subire un continuo processo di ristrutturazione cosciente come risultato dell'assimilazione continua dell'esperienza.

I livelli di conoscenza tacita ed esplicita sono due dimensioni indipendenti tra loro, sebbene legate da una costante interazione reciproca, ed esercitano un ruolo cruciale nell'organizzare l'ordine e la regolarità della nostra esperienza: ne consegue allora che le emozioni e l'affettività del soggetto hanno un ruolo primario nella conoscenza.

Mentre le abilità cognitive sono una delle ultime tappe di un lungo processo evolutivo, le sensazioni e le emozioni rappresentano senza dubbio il primo sistema conoscitivo autorganizzato in grado di ricavare un margine di prevedibilità nei confronti del mondo esterno e di favorire un adattamento efficace. È infatti nota la qualità primaria delle sensazioni nei neonati e la capacità di manifestarle con schemi motori precisi.

La differenziazione e l'organizzazione gerarchica degli schemi emozionali orientano le abilità cognitive verso la selezione di specifici ambiti di scambio con il mondo esterno. È quindi attraverso

² Guidano V. (1988), *La complessità del sé*, Bollati Boringhieri, pagg. 40-45

la strutturazione dei contenuti di conoscenza, coerenti con la percezione di sé, che il continuo assemblaggio di schemi emozionali fornisce allo sviluppo dell'esperienza cosciente.

Nei processi di percezione, attenzione, memoria, comprensione etc., la continua modulazione emotiva fornisce un'impalcatura tacita che delimita il tipo di esperienze che il soggetto è in grado di immaginare e perseguire nella sua interazione con il mondo. Infine, il senso di unicità ed individualità personale è anch'esso basato sull'unità organizzativa dell'ambito emotivo del soggetto.

Il sé nel post-razionalismo

Con il termine post-razionalismo³ non si vuole intendere un'antitesi con il pensiero razionale, ma si vuole intendere la conoscenza come un sistema che va al di là delle cognizioni. Soltanto una parte è logica, astratta, razionale, mentre un'altra è in gran parte emotiva con tratti sensoriali, percettivi, motori e comportamentali.

Il sé per Guidano emerge come risposta all'ambiente intersoggettivo nel quale si sviluppa l'individuo. Uno dei temi fondamentali per l'evoluzione verso il cognitivismo post-razionalista⁴ è lo studio dei processi di attaccamento (teoria dell'attaccamento di John Bowlby). La relazione tra i processi di attaccamento e la costruzione del senso di sé è stata alla base dello sviluppo umano. Si tratta di un processo autoreferenziale che permette di costruire un senso di sé consistente, stabile e continuo nel tempo. In altre parole il bambino, attraverso la diade di riferimento, elabora un'autoimmagine determinata che orienta e coordina processi emotivi e cognitivi fino a quando il bambino può percepire sé stesso in forma consistente attraverso l'autoimmagine che ha potuto estrarre dal contesto familiare.

L'attaccamento è un processo estremamente complesso ed è il sistema di autoreferenza che sta alla base dello sviluppo e del mantenimento dell'identità personale. Si tratta di un'identità intesa come processo conoscitivo progressivo che consolida gradualmente un senso di unicità e continuità storica in termini di coerenza interna.

Se da una parte abbiamo un sistema adattativo di organizzazione dei significati personali per garantirci una prevedibilità di funzionamento, dall'altra avremo delle rigidità legate alla stessa visione del mondo che a partire da una narrazione soggettiva mette in gioco sempre gli stessi stili adattativi. Allora la rigidità rispetto ad un cambiamento, anche adattativo, dopo aver consolidato il proprio sistema di significati interni, risulta vincolato al tentativo di garantire stabilità al proprio sistema narrativo.

È come parlare di croce e delizia, la mia strategia di adattamento diventa anche la mia condanna.

Nell'osservare il sé nella sua complessità e nel suo divenire ho capito soprattutto due cose: la prima era che il mio stile adattativo presentava interessanti margini di disadattamento e la seconda è stato sperimentare come il sé prende dignità e forza nell'ascolto umano profondo.

³ Guidano V.(2007), *Psicoterapia cognitiva post-razionalista*, Franco Angeli, pagg. 29-30

⁴ Guidano V.(2007), *Psicoterapia cognitiva post-razionalista*, Franco Angeli, pagg. 49

Il mio contratto terapeutico, inteso come progetto di cura condiviso con il terapeuta, si era focalizzato sul recupero della creatività. La notte, dopo il primo incontro di terapia, feci un sogno transpersonale: "Mi trovai con Andrea Paziienza, il mio *fumettaro* preferito in una stanza. Ero molto emozionata e volevo parlare con lui della sua *poetica traboccante*, ma lui pareva distante. Dopo gli chiesi se era solo un mio ricordo, ma mi pareva fosse morto. Lui manifestò rabbia e mi spinse dentro ad un bagno sporchissimo. Poi mi fece notare il gabinetto intasato e mi disse: - Guarda che hai combinato!- Provai ad aggiustare la situazione tirando l'acqua, ma il gabinetto iniziò ad eruttare liquame come fosse un vulcano. Mi sentivo angosciatissima ed in lontananza le sue parole: - Vai a prendere i tuoi colori...sono là sotto.-"

Avrei gradito un incontro più dantesco, ma questa è la mia storia.

Quello che avevo iniziato a capire è questo: se fossi un treno che deve raggiungere le sue stazioni/obiettivi dovrei stare in equilibrio su due rotaie. Se una la chiamo pensiero e l'altra la chiamo emozione allora io raggiungo il mio equilibrio quando penso quello che provo.

Ma il mio treno continuava a privilegiare il pensiero a scapito delle emozioni che nella loro manifestazione erano alquanto sgangherate. Se mi fossi definita in termini diagnostici allora avrei utilizzato qualche inquadramento come *personalità borderline a buon funzionamento con scissione tra organizzazione fobica e depressiva*.

La realtà era che con abile mimetismo avevo trovato da una parte compenso nel funzionamento adattativo, nell'autosufficienza compulsiva, nelle relazioni amicali, nello studio, nel lavoro; dall'altra uno scompenso franco in relazioni sentimentali simbiotiche, con incapacità di integrare nel mio quotidiano un mondo legato all'intuito, ai sogni, all'arte, alla vulnerabilità.

La confusione era tanta. Questo viaggio di ricerca era iniziato ufficialmente nel 2001. Il dare voce ai miei significati profondi e la loro condivisione mi ha permesso di trovare l'accesso alla mia verità emotiva e storica. I primi passi di cura della persona, ma soprattutto dell'anima, sono stati la disidentificazione dall'ombra ed il recupero della dignità personale con la rottura degli attaccamenti patologici.

Il lavoro personale è stato avviato, la creatività è tornata insieme a tanti importanti cambiamenti, ma ciò che per me è stato davvero importante è stato interiorizzare il senso di andare a guardare alla storia personale come si trattasse di un'avventura dentro ad un mondo che porta di volta in volta a vedere i confini per poi allargarli.

La funzione della mente

Non c'è niente di più delizioso

Che seminare dei fiori senza sapere

Che specie di fiore crescerà

(Milton Erickson)

Ero molto emozionata, i tempi erano maturi. Avevo dato. Medicina, psichiatria, psicoterapia cognitiva. Potevo ora riprendere con gioia la liceale che sapeva cosa voleva fare da grande. Ipnosi, magia, vitalità. Il caldo incoraggiamento di mia madre: *“Figlia mia, io all’ipnosi non ci credo, ma non ti preoccupare...non lo dirò a nessuno”*.

Ero stata folgorata dal libro di B.H. Brennan *Mani di luce*, così avevo fatto esperienza spontanea di quei fenomeni che sono inquadrati nella fisiologia dello stato di trance ipnotica. In realtà quel libro era la semina di qualcosa che sarebbe fiorito molto più in là.

Gli studi ericksoniani sull’ipnosi sono stati ispirati dalle conversazioni con l’amico e collega Luca Carcassi. Avevo concluso un ciclo ed ero pronta ad immergermi in un nuovo viaggio. Come *Alice nel paese delle meraviglie* mi sono regalata la possibilità di diventare grande e piccola e di soffiare castelli di carte per costruire muri di mattoni. Potevo dire basta al mondo delle formiche e danzare al canto delle cicale.

Approccio ericksoniano

L'approccio ericksoniano ha l'intento di attivare in ciascun soggetto la capacità di riassociare e riorganizzare la propria complessità psicologica e di utilizzare le proprie capacità personali attraverso la trance (intesa come variazione dell'orientamento dello stato di coscienza dalla realtà esterna a quella interna). *"Potremo definire l'ipnosi come uno stato di coscienza molto focalizzato, nel quale l'attenzione è rivolta solo a ciò che è immediatamente rilevante. In questo stato di coscienza è possibile rendersi conto dei propri potenziali a livello fisico, emozionale, intellettuale e comportamentale. Così si può utilizzare l'ipnosi per risvegliare e far venire fuori dal soggetto le risorse che prima erano profondamente addormentate in lui."*⁵

La mente inconscia

L'ipnosi, per Erickson, è una funzione della mente intesa come un infinito contenitore di risorse. È naturalistica nel senso che rispetta le capacità preesistenti dell'individuo. Erickson ci parla di mente inconscia e lascio alle sue parole il suo diretto significato:

*"..in ipnosi utilizzo la mente inconscia, cioè il fondo della mente, il serbatoio dell'apprendimento. L'inconscio è un magazzino."*⁶

L'ipnoterapia orienta il soggetto, attraverso l'induzione, verso il rilassamento e la fascinazione. Attraverso suggestioni (modalità del linguaggio che predispone l'interruzione delle capacità critiche) dirette e indirette vengono favoriti stati di trance via via più profondi. La profondità della trance è data dal rapporto tra realtà ipnotica (interna) e realtà esterna.

L'ipnositerapia

L'intervento terapeutico ha il fine di attivare un processo che, utilizzando il linguaggio ipnotico e gli stati profondi di trance, favorisca la possibilità di riassociare e riorganizzare in ciascun soggetto la propria complessità psicologica interiore per utilizzare le proprie capacità personali. Il terapeuta attraverso le minimal cues (segnali minimi) o indicatori come piccoli gesti espressi nello stato di trance, si sintonizza sul soggetto per cogliere e ratificare l'evoluzione verso l'osservazione dell'esperienza interiore ed orientare così l'intervento terapeutico. Tale intervento si avvale dell'osservazione verso il soggetto in modo da cogliere i segni obiettivi della trance, le peculiarità psicologiche e comportamentali del soggetto in trance, le caratteristiche della comunicazione verbale (dominanza dei predicati ad utilizzo visivo, cinestesico, uditivo; espressioni; orientamento del tempo, comunicazione diretta o indiretta; velocità, ritmo, pause) e non verbale (aspetto esteriore, espressione, gesti, postura, uso dello spazio, uso degli oggetti).

⁵ Del Castello E., La Manna M.R., Loriedo C. (1987), *Seminari di ipnosi di Jeffrey K. Zeig*, casa editrice l'Antologia Napoli, pag.10

⁶ Erickson M. (1980), *Le opere vol III, L'indagine ipnotica dei processi psicodinamici*, Astrolabio, pag. 8

È importante riconoscere lo stile ipnotico individuale. Possiamo attingere dall'osservazione ad una vasta costellazione ipnotica⁷:

- Economia nei movimenti, nelle risposte, nelle espressioni
- Letteralismo
- Ritardo temporale nelle risposte
- Cambiamenti nel riflesso di deglutizione e nella reazione di sorpresa
- Rallentamento del respiro e del battito cardiaco, diminuzione della pressione arteriosa
- Rilassamento muscolare
- Cambiamenti del comportamento degli occhi (modificazione della pupilla, congestione congiuntivale, ammiccamento, fissità dello sguardo, lacrimazione, roll eyes)
- Diminuzione dei movimenti di orientamento
- Perseverazione dei movimenti
- Asimmetria dx/sx
- Cambiamenti nella circolazione periferica
- Fascicolazione
- Aumento dell'attività ideomotoria (es., mentre si visualizza l'immagine del mangiare è possibile che inizi un'attività masticatoria) e ideosensoria (es., si associa al precedente esempio la salivazione)
- Presenza di fenomeni ipnotici spontanei che si manifestano negli stati di ipnosi profonda

Una particolare attenzione merita l'analisi della semeiologia della trance profonda e delle sue peculiarità:

- Modificazioni psicosomatiche (somatiche ed emozionali)
- Modificazioni della motricità (catalessia, levitazione, fenomeni ideomotori, scrittura automatica)
- Dissociazione (cognitivo - affettiva, mente - corpo, rapport - mondo esterno, conscio - inconscio)

⁷ Del Castello E., La Manna M.R., Loredio C. (1987), *Seminari di ipnosi di Jeffrey K. Zeig*, casa editrice l'Antologia Napoli, pagg. 28-31

- Modificazioni della memoria (ipo e iper mnesia, amnesia)
- Modificazione dei processi (anestesia e analgesia, iperestesia, allucinazioni positive e negative)
- Modificazioni dell'orientamento temporale (dilatazione, condensazione, regressione d'età, rivivificazione, pseudorientamento nel futuro)

I neuroni specchio

Il funzionamento dell'intervento ipnotico e psicoterapeutico in generale è stato supportato dagli studi delle neuroscienze sui neuroni specchio che stanno alla base dei meccanismi neurofisiologici dell'intersoggettività. Secondo Gallese V.⁸ molto di ciò che accade nei nostri rapporti interpersonali sarebbe il risultato della capacità di creare uno spazio *noi centrico* condiviso con gli altri. La condivisione di questo spazio sarebbe il risultato di una *simulazione incarnata* definita a sua volta dall'attività di neuroni specchio che permettono di mappare azioni eseguite ed osservate, sensazioni ed emozioni esperite personalmente e osservate negli altri.

Ogni volta che osserviamo qualcuno eseguire un'azione, oltre all'attivazione delle aree visive si ha un'attivazione concomitante di circuiti corticali motori che sono normalmente attivi durante l'esecuzione di quelle stesse azioni. In pratica l'osservazione di un'azione implica la simulazione della stessa. L'azione non è l'unico modo che abbiamo per empatizzare con l'altro. Ogni relazione interpersonale significativa implica la condivisione di una molteplicità di stati legati alle emozioni ed alle sensazioni: *il sistema multiplo di condivisione dell'intersoggettività*. Tale sistema si avvale dei neuroni mirror (specchio) per la creazione ed il mantenimento delle relazioni empatiche tra i diversi individui.

Ipnoterapeuta e sciamano

Milton Erickson è stato tra i primi a cambiare le strategie psicoterapeutiche che fino ad allora avevano un approccio con il paziente di tipo passivo senza interazione direttiva bensì mantenendo un atteggiamento di ascolto o di interpretazione.

Erickson, infatti, mise a punto numerose strategie e tecniche di intervento per la risoluzione delle principali problematiche in tempi brevi. Affermava che la psicoterapia non si poneva l'obiettivo di fare luce sul passato, che è immutabile, bensì doveva mirare al raggiungimento di cambiamenti esistenziali per il paziente. Nel raggiungimento di questo intento, adattava la cura al paziente e non il paziente alla cura, guidandolo verso un cambiamento attraverso il proprio personale bagaglio di creatività ed elasticità mentale e, come uno sciamano, utilizzava metafore, favole aneddoti in stati di trance ipnotica. Questo tipo di atteggiamento terapeutico era già usato dai guaritori tradizionali. In questo campo altri precursori in Europa, come R. Assaggioli, hanno riscoperto l'importanza delle

⁸ Gallese V. (2003), *La molteplice natura delle relazioni interpersonali* la ricerca di un comune meccanismo neurofisiologico, pagg. 24-47, <http://www.swif.uniba.it/lei/ai/networks/>

immagini e dei simboli e li hanno utilizzati in modo attivo per aggirare i blocchi emotivi e verbali agendo potentemente sul cambiamento.

Lo sciamano⁹ ha un ulteriore intento dichiarato nella cura: liberare l'anima prigioniera. Lo sciamano cura contemporaneamente anima, corpo e spirito, individualmente o collettivamente, con tecniche psico-spirituali che le nuove scuole di psicoterapia hanno iniziato ad utilizzare solo in tempi recenti: tecniche ipnotiche, di rilassamento, visualizzazioni, sogni svegli, metafore, musicoterapie, danzoterapie, drammatizzazioni, riti, cerimonie terapeutiche, mindfulness... Il trattamento delle patologie, per lo sciamano, è identico, sia che si tratti di forme organiche che psichiche. L'obiettivo è sempre quello di far emergere conflitti e resistenze rimaste fino ad allora inconscie. I conflitti e le resistenze si dissolvono quando l'ammalato ne prende consapevolezza. Questo processo è attivato da un'esperienza interiore specifica, nel corso della quale, questi conflitti si delineano in un ordine tale da essere risolti.

Riflessioni

L'aspetto interessante degli stati di trance e del loro utilizzo è stato quello di orientare il mondo scientifico verso un importante strumento di cura in numerose applicazioni cliniche scevro di effetti collaterali, come si nota nell'ampia inclusione nella prima trattazione olistica nel campo della medicina, la psico neuro endocrino immunologia (PNEI).

Così l'ipnositerapia ha orientato il proprio intervento in campo psicologico e clinico escludendo dal proprio campo d'interesse il mondo della spiritualità ed ha mantenuto il dictat cartesiano tra la res cogitans e la res extensa.

La spiritualità è dell'umano, le esperienze mistiche sono di solito poco rilevate per la paura dei soggetti di essere inclusi in categorie psicopatologiche, ma molto diffuse e rilevanti nell'esperienza soggettiva dell'individuo, come per esempio vissuti sempre più documentati di esperienze di premorte (near dead experience NDE) o uscite dal corpo (out body experience OBE)¹⁰.

Il mondo scientifico si sta gradualmente avvicinando a dare il nome a questa importante separazione materialistica che ha dimenticato di aggiungere il soffio vitale allo studio del bios. Sempre più numerosi sono gli studi finanziati dall'OMS in cui si dimostra la validità delle tecniche di guarigione psico-fisica degli sciamani. Attualmente nel manuale di raccolta dei criteri diagnostici in psichiatria, il DSM – 5, compare in 'Altre condizioni che possono essere oggetto di attenzione clinica', nella voce 'Problemi correlati ad altre circostanze psicosociali, personali e ambientali' il codice V62.89 (z65.8): Problema religioso o spirituale. Importante passo verso una maggiore osservazione dell'umano.

E' evidente che le diverse branche scientifiche, psicologiche, filosofiche e spirituali stiano iniziando un lungo percorso di integrazione che deve fare ancora la sua strada, ma quello che si inizia a respirare è l'intento di tornare alla sorgente. Ognuna di queste vie ha provato a descrivere il tutto

⁹ Zambotti L. (2017), *Sulle ali dello sciamano*, Tecniche nuove, pagg. 180-188

¹⁰ Facco E. (2010), *Esperienze di premorte – scienza e coscienza al confine tra fisica e metafisica*, Edizioni Altravista

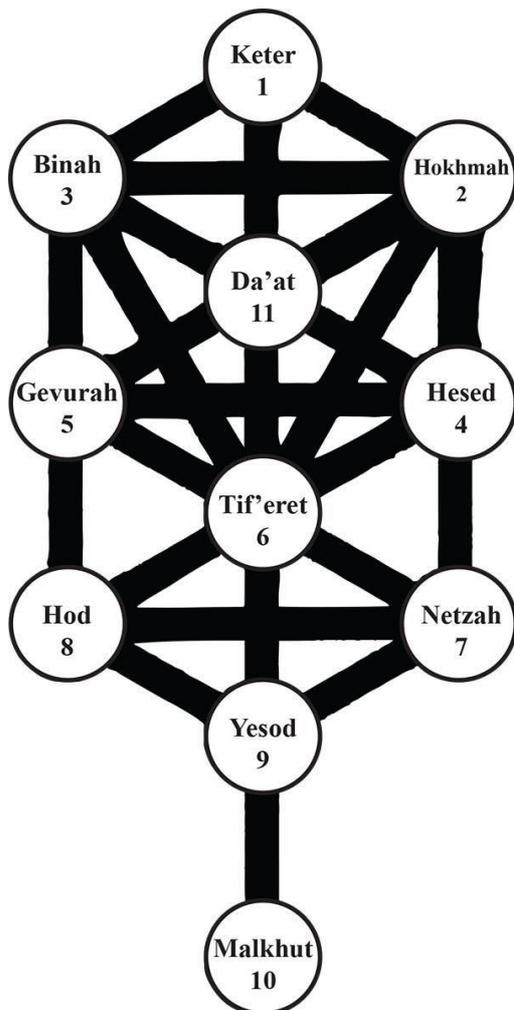
dal proprio punto di vista e l'arrivo è stato univoco: il *limite*. Verosimilmente con l'integrazione delle parti ci si potrà unire verso l'*oltre*.

Nel mio percorso fino a qui ho accolto gli insegnamenti ericksoniani che mi hanno dato ulteriore possibilità di trasformazione per superare antiche convinzioni negative. Ho iniziato a cogliere il bello del *piccolo gesto* o del segnale minimo come mattone importante per le nuove fondamenta della mia vita: così ho aperto la porta alla famiglia, e, visto che c'ero, ho anche utilizzato l'ipnosi per smettere di fumare!!!

L'albero della vita

Dio non gioca a dadi

Con l'Universo. (A.Einstein)



La ricerca era appena iniziata. Il pressing della mia anima era chiaro. Avevo studiato la struttura dei chakra e dell'aura. Dovevo trovare la via per la comprensione dell'anello mancante tra corpo e spirito, un ponte tra la medicina come l'avevo conosciuta e la nostra realtà psicologica.

Rebecca, la mia bambina, era piccola ed i fantasmi della culla avevano iniziato a muoversi la notte nei pochi frammenti di sonno che la *mia bestiolina* mi concedeva. Mi svegliavo e li annotavo. È dall'età di 11 anni che scrivo i sogni. Avevo ideato il mio personale metodo scientifico convinta di poterci costruire delle mappe. La condivisione del mio speciale metodo mi ha restituito favolosi appellativi: *Cazzandra, Giuseppe l'ebreo, Bruja* ('strega' in lingua sarda). Ma anche favolose fughe di amici e familiari quando mi accingevo a raccontarli. Poco sensibile al giudizio ho persistito nel mio intento accompagnata da una frase che lessi in

Castelli di rabbia di A. Baricco: "...nella vita accadono cose che paiono domande. Passano ore, giorni o anni e poi la vita risponde".

Juan Carlos Parreira quando lo conobbi, mentre cercavo una nuova direzione, mi disse "Quando l'allievo è pronto, arriva il maestro (Buddha)". Con lui iniziai un percorso di meditazioni che coinvolgevano diverse vie spirituali. Nell'incontro in cui ha spiegato come fosse costruito l'albero della vita, le vie, le sefirot, le lettere, le gerarchie angeliche, i 72 Nomi, ho sentito un senso profondo di appartenenza come se potessi vedere le geometrie muoversi nel mio interno. La geometria sacra ha ispirato la via creativa che segue la trattazione di questa tesi.

L'albero della vita è uno schema simbolico che riassume tutta la scienza iniziatica.¹¹

Nell'Eden c'erano due alberi: l'Albero della Vita e l'albero della Conoscenza del Bene e del Male. Adamo ed Eva dovevano nutrirsi solo del primo. Il mito è noto: incoraggiati dal serpente hanno assaggiato i frutti dell'altro albero. L'Albero della vita di cui si nutrivano era impregnato di forze così armoniose e benefiche che le sue foglie guarivano le malattie ed i suoi frutti davano la vita eterna. L'altro albero, la dominanza del nostro modo di leggere il mondo, l'albero della conoscenza del bene e del male, rappresenta la continua alternanza di gioia e dolore, bene e male, salute e malattia, ricchezza e miseria, in pratica l'espressione della mente duale.

L'Albero della vita è l'Universo che Dio abita, è una rappresentazione della vita divina che circola attraverso tutta la Creazione. Anche l'uomo è espressione in miniatura dell'Albero della Vita, ma

¹¹ Aivanhov O.M., *I frutti dell'albero della vita*, (2006) Edizioni Prosveta

distaccandosene ha perso l'immortalità ed è andato nel mondo più denso della materia, Malkhut, la decima sefirah.

I Kabbalisti dividono l'universo in 10 mondi o sefiroth, che corrispondono ai 10 numeri primi. Questi numeri sono inizialmente realtà astratte che, scendendo verso mondi più densi, si sono rivestiti di materia. Ecco perché ognuna delle dieci sefiroth possiede non soltanto uno spirito (il numero), ma anche un'anima, un intelletto, un cuore e un corpo fisico che la ricopre. Ognuna ha cinque aspetti da studiare.

Il primo aspetto è rappresentato dal nome di Dio (da Kether a Malkhut): Ehieh, Iah, Jehova, El, Elohim Gibor, Elohim ve Daath, Jeova Tsebaot, Elohim Tsebaot, Chadai-El-Hai e Adonai Melek.

Il secondo aspetto di una sefirah è il suo nome: Kether (la corona), Hokmah (la saggezza), Binah (l'intelligenza), Hessed (la clemenza), Geburah (rigore), Tiferet (la bellezza), Netzach (la vittoria), Hod (la gloria), Iesod (il fondamento) e Malkhut (il regno).

Il terzo aspetto corrisponde all'intelletto ed è rappresentato dal capo di ognuno dei dieci ordini angelici: Metatron, Raziel, Tsafkiel, Tzadkiel, Kamael, Michele, Haniel, Raffaele, Gabriele, Uriel (o Sandalfon).

Il quarto corrisponde al cuore ed è rappresentato dall'ordine angelico che dimora sopra ogni sefirah: Hayot Ha-Kodesh (animali sacri) o Serafini per la religione cristiana, Ofanim (ruote) o Cherubini, Aralim (leoni) o Troni, Hachmalim (scintillanti) o Dominazioni, Serafim (fiammeggianti) o Potenze, Malahim (re) o Virtù, Elohim (divinità) o Principati, Bnei-Elohim (figli degli dei) o Arcangeli, Kerubim (fortezza) o Angeli, Ischim (uomini) o Anime gloriose.

Il quinto aspetto corrisponde al corpo fisico ed è rappresentato da un pianeta: Nettuno, Urano, Saturno, Giove, Marte, Sole, Venere, Mercurio, Luna e Terra.

La Kabbalah insegna che al di sopra di Kether esiste un altro mondo sconosciuto, misterioso, incommensurabile. Là risiede il Dio assoluto da cui emana Dio Padre. Nel numero 10 sono racchiusi Spirito e Materia. Da Hylè, Kaos, zero 0, nasce la vita, l'1. I due formano il dieci. L'uno principio maschile, lo zero femminile. I due riuniti rappresentano la materia animata dalla vita. Dallo zero, grazie all'azione dell'uno, Dio ha fatto sorgere la vita che è dieci. Lo zero rappresenta per lo Spirito tutte le possibilità di realizzare i progetti nella materia.

Dieci è il numero di Malkuth, la decima sefirah, che riassume tutto ciò che è in alto e tutto ciò che è in basso (l'1 e lo 0, lo spirito e la materia) e che indica ciò che deve essere compiuto; elevarsi mediante il pensiero fino alla vetta, poi scendere per animare, vivificare, purificare il corpo fisico allo scopo di impregnarlo delle qualità e delle virtù delle nove sefiroth. È così che si forma il corpo di luce. Colui che, dentro di sé, riesce ad unire Malkhut a tutte le altre sefiroth realizza il dieci e raggiunge la pienezza dell'esistenza.

La vera conoscenza passa dall'Albero della vita attraverso delle correnti, delle vibrazioni, che uniscono le sefiroth, le 22 vie che corrispondono alle lettere dell'alfabeto. La decima sefirah si è allontanata dalla prima, Kether. Il lavoro evolutivo è quello di ristabilire il legame tra terra e cielo.

Le sefiroth

Malkhut è l'uomo che si è perso e per riconoscere la strada deve accorgersi dello sbarramento, che nella scienza iniziatica è rappresentato dal Guardiano della Soglia. Egli è nella nona sefirah, Iesod, il mondo della luna, delle mistificazioni, delle illusioni e dello smarrimento. Per colui che lo accetta e si prepara per attraversarlo e accettarne la verità si aprirà la via della purificazione della lucidità e della chiarezza. Rappresenta l'inconscio, il grande archivio del mondo simbolico ed archetipico. La sua comunicazione non è razionale, ma simbolica.

Quando l'uomo in evoluzione acquisisce conoscenza e fermezza il Guardiano della soglia sparisce e lascia libero il cammino. La corrente allora spinge verso la terza sefirah, Hod, il mondo di Mercurio, del sapere, qui tutte le scienze sono presenti. La corrente successivamente spinge verso Netzach, il mondo di Venere, della bellezza, della grazia e della creatività. Vi si trova tutto ciò che può ispirare gli artisti. Questa è l'area della costruzione dell'universo e dell'uomo. La successiva direzione è la sesta sefirah, Tiferet, il mondo del sole, dello Spirito. È l'emanazione di Dio che dà tutto quello che possiede: luce, calore, vita, purezza. Il sole è abitato da un'intelligenza sublime da cui dipende il sistema dei pianeti intorno a Lui. Tiferet è il centro dell'albero sefirotico.

La sfera successiva spinge l'iniziato a diventare un guerriero coraggioso, un soldato di Cristo, un cavaliere al servizio dell'umanità attraverso la giustizia, la capacità d'azione, la volontà. Con l'acquisizione di tale energia gli si aprono le porte della sefirah successiva, Geburah, dove attraversa il dominio della forza, della potenza, della compassione.

Sviluppate in sé la generosità, la larghezza di idee, la nobiltà d'animo e l'amore per l'umanità, l'iniziato può entrare nel mondo di Hessed, la misericordia. Dimate le tendenze egocentriche che tendono alla supremazia sull'altro ci si accorge del vero potere interiore, il potere di governare, di regnare nell'ordine, nell'armonia, nella ricchezza e nello splendore.

La terza sefirah è Binah, l'intelligenza, il rigore, l'ordine. L'area dei Signori del Karma che hanno la conoscenza assoluta di tutti i destini. Questa è l'area dove si può acquisire la libertà assoluta. Binah è la porta stretta, nell'oltrepassarla si entra nella saggezza universale, Hokmah.

Hokmah è il mondo del Cristo, del Verbo, dell'amore incondizionato. Qui si trovano i numeri e le lettere dell'alfabeto sacro che, una volta comprese nel loro spirito diventano la forza cosmica con cui agire nel mondo.

In Kether tutte le forme si annullano. La luce del creatore è una dimensione divina. Per entrare nel mondo di Kether bisogna essere assolutamente puri e irradianti e possedere una tale padronanza della materia da avere il potere di passare intenzionalmente dallo stato di corpo denso a quello di corpo sottile.

Infine esiste un'ulteriore undicesima sefirah, Daath, misteriosa, di cui persino la kabbalah non fa quasi cenno. Daath è l'abisso cosmico in cui è ammassato tutto il passato, tutti gli archivi del cosmo fin dall'eternità. L'abisso simboleggia la distanza tra la realtà fenomenica e la vera dimensione spirituale.

Un aspetto importante da sottolineare è che tutti questi mondi sono dentro di noi e noi viviamo con essi e lavoriamo contemporaneamente con ognuno di essi.

Il caduceo

Fra le figure simboliche utilizzate per illuminare la struttura dell'uomo vi è il caduceo. I serpenti che si avvolgono intorno rappresentano le due correnti della vita cosmica: l'attrazione (amore) e la repulsione (odio) avviluppati attorno all'asse del mondo.

L'uomo stesso è un caduceo vivente: sul piano fisico l'asta è la colonna vertebrale, i serpenti le correnti che circolano lungo l'asse della colonna.

La prima parte dall'emisfero dx del cervello passa al polmone sx e dal cuore, si dirige verso il fegato, passa dal rene sx e dalla ghiandola genitale dx alla gamba dx.

La seconda corrente parte dall'emisfero sx, va al polmone dx, poi alla milza, quindi al rene dx, alla ghiandola genitale sx e alla gamba sx.

Sul simbolo del caduceo si possono inserire le sefiroth che corrispondono ai chakra.

Salendo e scendendo, le due correnti, l'energia Kundalini, animano e azionano i chakra creando delle proiezioni di energia e di luce.

L'alfabeto e le vie

Le sefiroth sono delle dimensioni di esplorazione del sé. Vi sono 22 sentieri che le collegano le une alle altre, questo significa che tra l'una e l'altra ci sono dei percorsi che indicano un'ulteriore graduale evoluzione.

Questi 22 sentieri hanno corrispondenza ciascuno con una lettera dell'alfabeto sacro. Si rimanda ad ulteriori approfondimenti la correlazione coi 22 arcani maggiori dei tarocchi.

Le Vie

Via scintillante (di fronte al creatore)

Unisce Kether a Hockmah (1-2)

Via trasparente (contempla le visioni)

Unisce Kether a Binah (1-3)

Via unitiva (realizzare la verità spirituale)

Unisce Kether a Tiferet (1-6)

Via illuminante (santità fondamentale)

Unisce Hockmah a Binah (2-3)

Via costitutiva (sostanza della creazione)

Unisce Hockmah a Tiferet (2-6)

Via eterna (beatitudine del paradiso)

Unisce Hockmah a Hesed (2-4)

Via preparatoria (fondamento della fede)

Unisce Binah a Tiferet (3-6)

Arcano maggiore: Amanti

Via influente (comprendere la causalità)

Unisce Binah a Geburah (3-5)

Via attivante (esperienza delle benedizioni)

Unisce Hesed a Geburah (4-5)

Via intelligente (conoscenza dell'esistenza)

Unisce Hesed a Tiferet (4-6)

Via conciliatoria (trasmissione dell'influenza divina)

Unisce Hesed a Netzach (4-7)

Via fedele (accrescere la virtù spirituale)

Unisce Geburah a Tiphereth (5-6)

Via stabile (accrescere la solidità)

Unisce Geburah a Hod (5-8)

Via immaginativa (rinnovamento e cambiamento)

Unisce Tiferet a Netzach (6-7)

Via sperimentale (i processi alchemici)

Unisce Tiferet a Yesod (6-9)

Via innovativa (forza vitale in azione)

Unisce Tiphreth a Hod (6-8)

Via eccitante (la natura dell'esistenza)

Unisce Netzach a Hod (7-8)

Via ammiraglia (comprendere la profondità)

Unisce Netzach a Yesod (7-9)

Via corporea (la formazione del corpo)

Unisce Netzach a Malkuth (7-10)

Via che raccoglie (astrologia e arti celesti)

Unisce Hod a Yesod (8-9)

Via perpetua (regolare la creazione)

Unisce Hod a Malkuth (8-10)

Via amministrativa (dirigere le energie vitali)

Unisce Yesod a Malkuth (9-10)¹²

L'inizio di questa scienza è da ricercarsi nell'antico Egitto. La kabbalah è una tradizione spirituale che risale a circa 3400 anni fa.

L'alfabeto sacro¹³, verosimilmente, ai tempi di Mosè, era utilizzato nelle lingue segrete sacerdotali e, solo successivamente, divenne alfabeto ebraico. Ogni lettera è il geroglifico di una ben precisa serie di idee e le lettere che costituiscono la parola descrivono con una certa esattezza ciò che tale parola indica, mostrando una sequenza di idee o simboli che costituiscono il significato della parola stessa. La forza di questo alfabeto è che lo si può applicare anche nel traslitterare parole di altre lingue.

¹² <http://www.visionealchemica.com/lalbero-della-vita/#Wxfgggle0yZSYyKEx.99>

¹³ Sibaldi I., libro degli angeli, (2007) Frassinelli

I 72 Nomi

La forza mistica della Kabbalah è stata nascosta per circa 3400 anni in tre versetti biblici di 72 lettere ciascuno (Esodo: capitolo 14, versetti : 19, 20, 21). Questi versetti ci parlano della separazione delle acque del mar Rosso per permettere la fuga degli Israeliti dalla schiavitù del faraone d'Egitto¹³⁻¹⁴.

Qui troviamo il vero invito alla responsabilità della simbolica salvezza dell'uomo: se la separazione delle acque è la vera via d'uscita, quale la contrattazione con Dio per la loro apertura? Nei versetti precedenti Dio indica come unica possibilità la fiducia. Davanti alla paura degli Israeliti Mosè li tranquillizza sulla forza del Signore: *“ il Signore combatterà per voi e voi starete tranquilli.”* (Esodo 14, versetto 14). Ma il Signore non li invita a rilassarsi e mettersi comodi: *“Perché gridi verso di me? Ordina agli Israeliti di riprendere il cammino. Tu intanto alza il bastone, stendi la mano sul mare e dividilo.”* (Esodo 14, versetti 15-16)

Dio non risponde alle preghiere, sono gli individui che devono imparare a connettersi per servirsi dell'energia del Creatore attraverso la forza divina racchiusa nella propria anima. Il modo è nei nomi che devono essere invocati, l'intento verso la salvezza deve essere nell'individuo: ogni passo d'evoluzione sottende una resa. E solo dopo che l'ultimo degli Israeliti fece il passo dell'accettazione, le acque si aprirono. Mosè invocò i 72 nomi. Ogni nome per una specifica corrente dei gradi dello zodiaco.

E' nella combinazione di questi versi che sarebbero nascosti i 72 nomi di Dio, composti ciascuno da tre lettere.

Così dopo secoli di occultamento i due Kabbalisti : il Rav Yehuda Ashlag ed il Rav Yehuda Tzvi Brandwein hanno correlato la prima lettera del versetto 19, con l'ultima del versetto 20 e con la prima del terzo, a partire dalla destra del primo, si formulano i 72 nomi composti da tre lettere ciascuno. (vedi tabella 1)

72 è un numero importantissimo nella tradizione ebraica in quanto indica la possibilità della mente umana di misurare tutto il proprio orizzonte:

$$72 = 360^\circ / 5$$

360 sono i gradi dello Zodiaco (l'orizzonte conosciuto), 5 è il 5° giorno della creazione in cui venne messo in essere l'uomo (Genesi). La manifestazione di una potenza ogni 5 giorni.

Queste 72 vie divengono l'enumerazione di tutte le potenze che insieme aprono il mare. Ognuna di esse è una via. Ognuno di noi ha una specifica via dalla nascita alla morte, ogni via ha una sua forza, un suo destino. In ogni via, oltre la nostra, c'è una possibilità di scorgere qualcosa di sé.

¹⁴ Berg Y., La kabbalah e i 72 nomi di Dio, (2006) Tea

Il progetto psico-grafico

Nel processo grafico che segue ho messo modo e intento. Consapevole dell'urgenza di salvezza della mia anima dai fantasmi che mi seguivano, ho individuato nella forza dei 72 nomi il modo per aprire le acque profonde in cui navigavo. Senza credere in nulla ho scelto la sperimentazione in seguito ad un'intuizione: se 72 sono i punti di vista di osservazione dell'orizzonte, posso ampliare la mia vista mettendomi nelle varie angolazioni e cogliere le mie aree cieche. Questo processo di apertura, secondo l'intuizione, mi avrebbe permesso di individuare le vie che mi potevano portare verso la salvezza dalla schiavitù dei condizionamenti. Ho accettato di dover fare la mia parte: il mio intento era di entrare nella via della liberazione e vedere le verità importanti per me. Il modo per farlo era stare nell'esperienza dei 72 nomi di Dio, guardare e stare in ogni via proposta attraverso la meditazione mentre mettevo al vaglio il momento di vita che stavo attraversando.

Il metodo con cui mi sono aperta a questo lavoro ha avuto diversi approcci combinati tra loro. Per ogni nome ho utilizzato i significati delle lettere, le vie corrispondenti sull'albero, le forze della sefiroth coinvolte, inoltre le meditazioni proposte da Yehuda Berg nel suo libro *La kabbalah e i 72 nomi*. Il modo di procedere non è stato sempre lo stesso. Non ho seguito i nomi in modo sequenziale. Di solito raccoglievo tematiche del vissuto personale che emergevano in uno specifico periodo e aprivo a caso il libro accogliendo il nome che arrivava, oppure focalizzavo prima il nome e mi facevo accompagnare nei giorni in attesa di vedere la manifestazione grafica che seguiva.

Quello che segue è un esempio del modo con cui mi sono approcciata ai nomi. Ho scelto il nome che corrisponde al grado dello zodiaco alla mia nascita:

י ל י (yod lamed yod), è considerato una corrente di pertinenza dell'emisfero sx, legata a volontà ed intelletto. Porta in sé la scintilla divina, la capacità di fare chiarezza e di usare l'intuizione.

Nella meditazione inserisco i diversi significati di questo nome:

י : yod è il geroglifico dell'attenzione estroversa, della visibilità, della manifestazione concreta. La via si muove dalla sefira 4 (Hesod) alla sefira 6 (Tipheret) : è la via intelligente, amplifica la spinta alla conoscenza. (vedi nel paragrafo le *sefiroth* i corrispondenti significati delle sfere)

ל : lamed è il serpente che orna il copricapo dei faraoni, ci parla dell'estendersi intorno e verso l'alto. Rappresenta il divenire, il guardare oltre ed il trasmetterlo agli altri. La via va dalla sefira 5 (Geburah) alla 6 (Tipheret) : La via della fede, orienta nel cammino spirituale.

Questo metodo mi ha accompagnato negli ultimi anni ed ha dato forma all'espansione della coscienza in un percorso narrativo grafico. In parallelo le diverse forme di studi hanno contribuito a consolidare le esperienze interiori.

① ויסע מבלאך האלחים ההלך לפני מונזה ישראל ויכר מאוריהם
 ויסע עמוד הענן מפניהם ויעמד מאוריהם:

19

② ויבא בין מונזה מצרים ובין מונזה ישראל ויהיה הענן והושך ויאר
 את הלילה ולא קרב זה אל זה כל הלילה:

20

③ ויט משה את ידיו על הים ויכר יהוה את הים ברוח קדים עזה כל
 הלילה וישם את הים לזרבה ויבקעו הפנים:

21

1°

והו	יולי	סיט	עלם	מהשו	ללה	אכא	כהת
הזי	אלד	לאו	ההע	יזל	מבה	הרי	הקם
לאו	כלי	ליו	פהל	זלך	ימי	מלה	וזהו
גתה	האא	ירת	שאה	ריי	אום	לכב	ושר
יוו	להוז	כוק	מנד	אני	וזעם	רהע	יז
התה	מיכ	וול	ילה	סאל	ערי	עשל	מיה
והו	דני	הוזש	עמם	גנא	גית	מבה	פוי
גמם	ייל	הרוז	מצר	ומב	יתה	ענו	מוזי
דמב	מזק	איע	וזבו	ראה	יבמ	הימי	בום

Tabella 1.

Oltre la mente

*Quando ci si affidò
A intelligenza e conoscenza,
proliferò l'ipocrisia. (Lao Tze')*

Ho incontrato la biotransenergetica (BTE) in un successivo momento in cui l'urgenza di integrare il mio modo di curare con la forza delle vie spirituali, che stavo studiando e sperimentando, è diventata pressante.

Le parole magiche ed i momenti che hanno diretto la spinta intuitiva verso questo nuovo viaggio sono stati:

- La BTE è un atto poetico, suo intento è insegnare a riconoscere la sacralità dello slancio creativo del vivente in ogni sua manifestazione e conformarsi alle sue leggi
- La BTE nasce da un incontro d'amore
- La frase di Ermete Trimegistro che accompagna la prefazione al testo di Pierluigi Lattuada *Biotransenergetica*: "Tendete l'orecchio in voi stessi e mirate nell'infinito dello spazio e del tempo. Ivi echeggiano il canto degli Astri, la voce dei Numeri e l'armonia delle Sfere."

Così ho iniziato a stalkerizzare Youtube in cerca di video e conferenze per trovare tutto ciò che poteva permettermi di comprendere di più. Sentivo che avevo il bisogno di esagerare...di trascendere i miei confini. Cercavo una via che alimentasse l'urgente bisogno di esistenza. Volevo passare dal piccolo gesto al Grande Gesto. Accedere all'intuizione di un modo del sentire più ampio.

La BTE ¹⁵ è una disciplina psico - spirituale che raccoglie le esperienze delle antiche tradizioni (sciamaniche, taoistiche, sufiste, yogiche) cui è accomunata dall'utilizzo degli stati estatici e di transe. La BTE utilizza questi stati per accedere agli insight intesi come momenti di apertura della coscienza e vissuti come lampi di consapevolezza che permettono la comprensione della Verità del senso sentito. L'accesso ai diversi insight attiva un processo di trasformazione circolare, a differenza di altre vie che procedono secondo un andamento lineare.

Le psicoterapie transpersonali e la BTE, in esse inclusa, ci invitano a non fermarci alla lotta per la sopravvivenza, ma ad andare oltre i desideri ed i bisogni personali. La nostra storia personale diventa lo strumento che ci permette di accedere al significato profondo della nostra esperienza per includerlo e trascenderlo.

Figli del nostro tempo e, quindi, del pensiero scientifico positivista, separato dalla sua componente spirituale, la res extensa, abbiamo accompagnato lo sviluppo di una coscienza, così imbibita, verso la conoscenza. La visione transpersonale auspica il trascendimento della mente duale per l'affermazione della coscienza olistica che, attraverso lo sviluppo dell'osservatore, può consentire il salto verso il mondo della consapevolezza.

La resa al nuovo paradigma olistico ci mette davanti al passaggio che ci porta dalla vecchia coscienza, intesa come conoscenza nozionistica di un sapere immutabile, ad una nuova coscienza che ci conduce alla curiosità viva. L'intento non è far saltare il pregresso, ma includerlo e

¹⁵ Lattuada P.L., *Biotransenergetica*, (2012) ITI edizioni

trascenderlo per andare verso una coscienza che comprenda la trascendenza. Il quadrato inscritto nel cerchio.

Modo ulteriore

La BTE ed altre discipline psico-spirituali ridefiniscono la mappa degli stati di coscienza verso un *Modo Ulteriore*, inteso come modo di operare della mente unitiva, circolare, olistica, integrale. Il modo ulteriore è fare del due l'uno. L'intento fondante è riportare la centralità del cuore in ogni ambito del vivente.

Realizzare il Modo Ulteriore significa entrare nel flusso dell'esistenza, restare in contatto e dirigere la consapevolezza nella direzione complementare del flusso.

Se vogliamo comprendere e padroneggiare l'esperienza di una realtà dinamica ed interconnessa dobbiamo inserire il concetto di transe ¹⁶: "Ogni condizione umana (transe) è il risultato di diversi modelli (costellazioni) su diversi livelli, quanto più i modelli sono in risonanza ed operano in sinergia tanto più un organismo è in salute (transe equilibrato)." Possiamo dire che ogni transe esprime una quota di coscienza.

La dissoluzione di un problema avviene quando facciamo del due l'uno: il concetto di transe elementare ci permette concretamente di uscire dalla visione duale di un mondo statico fatto di conflitti stagnanti per entrare nella visione unitiva di un mondo dinamico e interconnesso dove il problema contiene in sé la soluzione: il conflitto il suo superamento, il sintomo il messaggio, la malattia la cura. Così il concetto di transe ci permette di esprimere quell'*unità ternaria* che trascende i dualismi in un vortice di incessante trasformazione, offrendoci una chiave di lettura *dinamica* che ci orienta in un mondo dove ogni organismo, dalle cellule, alle piante ai pianeti è in transe ed è *interconnesso* con ogni parte di sé e con gli altri organismi. Quindi è in *relazione ternaria (il due che si fa uno), dinamica ed interconnessa*.

La persistenza del contatto e la padronanza del transe ci offrono un sistema operativo in grado di affrontare la vita con gli occhi della fiducia nel fluire dell'esistenza. Si tratta di quel percorso di integrazione che passa dall'io al sé verso il sé transpersonale, che a sua volta coincide con il percorso di trasformazione della coscienza che si snoda attraverso i mondi della *conoscenza*, della *consapevolezza* e dell'*essenza*. *La persistenza del contatto* vuole condurci al mondo della consapevolezza e consentirci di accedere alle qualità del nostro sé passando da una prima attenzione ad una seconda attenzione che potrà utilizzare *la padronanza del transe* per realizzare il modo ulteriore, cioè fare del due l'uno.

Per avviare i processi di consapevolezza il corpus BTE si avvale di un'ampia metodologia costituita: dalle chiavi di consapevolezza, dalle quattro fasi dialogiche, dalle cinque categorie maieutiche, dagli otto pilastri di trasformazione e dalle pratiche.

¹⁶ Lattuada P.L., *L'arte medica della guarigione interiore*, pag 82, (2008) Franco Angeli

Transe in BTE- trance in ipnosi

Per meglio comprenderci nei termini vorrei dedicare un momento di attenzione al loro utilizzo ed al loro significato. In Bte, come appena descritto, il transe è lo stato della coscienza del vivente in quel momento, per esempio, lo stato di transe di un essere umano è descritto dalla dinamicità e dall'interconnessione nella propria costellazione organismica dei vari livelli: fisico, energetico, emotivo, mentale, spirituale. Il transe, attraverso la persistenza del contatto, ci permette di fare del due l'uno, cioè favorisce il passaggio dalla prima attenzione (mente duale che divide) alla seconda attenzione (mente che coglie l'unità). La trance ipnotica, si ricorda, descrive lo spostamento e la focalizzazione dell'attenzione da una realtà esterna ad una realtà interna, intima. La profondità dello stato di transe è descritta dal delta ipnotico, cioè il rapporto tra i due stati di attenzione. In BTE ciò che trova maggiore corrispondenza con la trance ipnotica è il passaggio dalla prima alla seconda attenzione.

Il sé in BTE

Quando si arriva al mondo dell'essenza significa che si è riusciti a fare del due l'uno, il modo ulteriore, o mondo degli insight, in cui l'osservatore si osserva osservare e diventa pura osservazione. L'osservatore si fonde con la cosa osservata: ciò che è.

Orixà

Fedele alla sua matrice afro-brasiliana la BTE utilizza la forza archetipica degli Orixà, spiriti intesi come le qualità che esprimono l'essenza. Non si identifica con lo sciamanesimo, né con le sue pratiche, ma dalla tradizione originaria attinge, attraverso un dialogo partecipativo, all'esperienza del viaggio, alla conoscenza degli strumenti e alla consapevolezza del limite. D'altronde, nelle varie tradizioni, lo sciamano è colui che padroneggia i propri stati di coscienza ed entra in stati non ordinari della coscienza stessa grazie ai quali prende contatto col mondo spirituale. Padroneggiare implica, oltre alla possibilità di andare ad attingere informazioni grazie alle visioni, la capacità di tornare indietro e muoversi più consapevolmente negli stati di coscienza così detti ordinari. La BTE ha portato avanti una strada autonoma fondata sulla consapevolezza che ogni forza della natura muove in noi, determinando le nostre caratteristiche personali.

Il nostro posto nel mondo è interconnesso alle forze della natura e, attraverso le sue intrinseche metafore e caratteristiche, attiva la possibilità di entrare in un percorso che ci permette di osservare la nostra natura profonda nelle varie possibilità espresse dalle forze. Attiva così le nostre caratteristiche personali ad entrare in un processo di cambiamento attraverso i vari spostamenti di prospettiva, così da allargare il nostro mondo racchiuso nella storia personale alle esperienze interiori che portano oltre il limite conosciuto. Il modo in cui l'uomo potrà conoscere non solo i suoi sentimenti psicologici, ma anche la sua interiorità spirituale utilizza il simbolo. Il linguaggio simbolico permetterà di superare i confini di ciò che è definito dalla mente duale della ragione per immettere nella nostra conoscenza il trascendente e l'infinito.

In BTE le forze della natura e le loro specifiche vibrazioni sono individuate negli Orixà o forze archetipiche transpersonali. Gli Orixà hanno una forte componente psicologica che descrive

specifiche qualità e specifici tratti psicologici. In terapia la metodologia clinica favorirà la trasformazione della coscienza attraverso la capacità di restare in contatto con il flusso delle *forze elementali* della natura, archetipi della nostra coscienza, riconoscerne le qualità ed armonizzarsi con esse. In BTE le diverse forze esprimono qualità spirituali che possono venire risvegliate nell'individuo quando questi impara ad entrare in transe ed incorporare tali emanazioni. Per incorporazione si intende quel processo che ci permette di entrare con tutto il nostro sé nel transe di un Orixà, attraverso l'esperienza unitaria del corpo mente. Affinché questo si realizzi si deve produrre una modificazione globale del sistema, cioè si deve realizzare un processo di *contatto* e di *transe* tale da avviare il processo di trasformazione della nostra coscienza.

Oltre gli Orixà altre forze, non direttamente archetipi della natura, si sono evidenziate nel corso dell'evoluzione. Si tratta degli Eguns: vibrazioni connesse esclusivamente a caratteristiche umane. Si tratta di principi unificanti come la saggezza (preto velho) o il principio del nobile e giusto (caboclos) o delle vibrazioni di purezza e genuinità dei bambini (criancàs).

Incorporare l'archetipo significa quindi riunificare la nostra essenza spirituale con le sue manifestazioni in un'esperienza di contatto che ci riconnette al flusso delle forze elementali con le loro qualità e le risorse personali mantenute latenti in ognuno di noi.

Attraversando l'archetipo e padroneggiandone il transe avremo modo di cogliere il senso della nostra esistenza, la vera natura di ogni parte che ci abita, e, abbandonandoci a questa, avremo la possibilità di riconnetterci al nostro sé e alla sua essenza transpersonale.

Orixà e Kabbalah

La tradizione che individua le manifestazioni di Dio nell'Universo, sia in Spirito che in Materia, è costituita, come già introdotto, dagli Orixàs. Si tratta della tradizione sciamanica Afro-Brasiliana che trae le sue origini dalle popolazioni Yoruba dell'Africa sub sahariana occidentale, che ai giorni nostri comprenderebbe la Nigeria, il Togo e il Dahomey e altre tribù di lingua Bantu dell'Africa centrale. In seguito alla tratta atlantica degli schiavi (XIV-XIX secolo) gli Orixà si sono contaminati con le tradizioni della foresta Amazzonica per l'alta affinità archetipica che li accomunava e, successivamente, si sono sincretizzati con il cattolicesimo per sopravvivere alla persecuzione dell'uomo bianco.

Sono raccolti in una teogonia con storie e miti che spesso hanno confuso la vera identità della forza spirituale degli Orixàs. Prima di procedere con i parallelismi legati all'intento del titolo, vorrei andare ancora indietro nel tempo e rimandare al precedente capitolo in cui sottolineo la genesi della Kabbalah nella culla egizia: di conseguenza non è difficile pensare come ci possa essere stato un antecedente scambio transculturale tra i popoli africani considerata la loro vicinanza geografica.

Gli Orixà si basano sugli archetipi universali che governano tutti i principi psicologici umani che trovano corrispondenza con l'albero sefirotico.

Da questo momento metterò in corrispondenza il mito che raccoglie la tradizione Umbanda ed i percorsi sefirotici già trattati.

Dapprima era Olodumarè, Zambì, Dio Assoluto Onnipotente, tutto ciò che esiste, fuori dalla portata dei cinque sensi, esattamente come Kether, la prima sefira, in cui tutte le forze si annullano. La prima proiezione di Olodumarè è Oxalà, Il signore delle teste, del pensiero, del cielo e della luce, e si collega con la terra attraverso l'Albero Sacro di IroKo o Albero della Vita nell'altra tradizione.

Oxalà incarna Oxalufà il vecchio e con lui la saggezza dell'Onnipotente, l'amore incondizionato, l'accoglienza del padre e la spinta verso il profondo sé, scintilla divina in ognuno di noi, ma anche Oxaguian il giovane : il guerriero valoroso, soldato di Cristo che combatte per il trionfo della Giustizia, della Verità e della Luce.

Oxalà, il Sole, che corrisponde alla sesta sefira, Tiferet, si unisce con Yemanja, la Luna e dà origine agli altri Orixà. Yemanja è la grande madre delle acque salate, grande oceano della coscienza, limpida, amorevole, feconda, ma anche tempestosa, destabilizzante con gli scuotimenti delle sue onde, insondabile nel profondo abisso, memoria dell'inconscio.

Quindi seguendo il pilastro centrale dell'albero sefirotico vediamo che Kether, Olodumarè, proietta in Tiferet, Oxalà, che proietta a sua volta in Iesod, Yemanja, che partorisce, nella sequenza dell'Albero, la decima sefira, Malkut, la proiezione umana dell'unione tra cielo e terra, Oxumarè: Kether e Malkut rappresentano i due poli, quello che nelle diverse tradizioni è stato chiamato il riflesso del cielo. Ermete Trimegisto: *Ciò che è in Basso è come ciò che è in alto*; Gesù: *Sia fatta la tua volontà, come in cielo così in terra*; Lao Tze: *Niente vale in assoluto: ciò che è a destra nello stesso momento anche a sinistra e ciò che si trova in alto si trova anche in basso*.

Oxumarè è il principio di trasformazione, il serpente, Signore del movimento e coordinatore del ritmo dell'universo. Così, come Malkhut è l'uomo che deve riconoscere la via per trovare lo sbarramento rappresentato dal Guardiano della soglia, Oxumarè si dirige verso l'agguato per chiarire il dubbio e avviare la trasformazione. Nel mito è considerato l'androgino, sei mesi maschio, sei mesi femmina, sei mesi nel cielo, sei mesi sulla terra, è identificato con l'arcobaleno, il serpente del cielo, serpente che si morde la coda, l'uroboro, l'eterno ciclo di morte e rinascita, profondo conoscitore delle scienze esoteriche, della ricerca e della conoscenza. È generato da Olodumarè attraverso la proiezione su Iroko, l'asse portante del mondo, e nasce dal parto mistico di Yemanja, a conferma del legame sopra riportato tra la prima e la decima sefira.

Ed ora le proiezioni di Oxalà. Alla dx a partire dalla terra nell'ottava sefira, Hod, si trova l'aerea di Mercurio, delle scienze, del sapere, della medicina, del pensiero astratto. Exù tra gli Orixà è il corrispondente, Signore dell'ombra, principio di riparazione tra causa ed effetto, principio della comunicazione, apre e traccia i percorsi di crescita individuali, in quanto principio di espansione ed evoluzione.

Quando il guerriero di luce trova la via di Geburah, Marte, trova la combattività, la volontà ferrea, la dignità del guerriero, la forza, la potenza e la compassione. Ogun è la divinità maschile corrispondente all'archetipo del guerriero che brandisce la spada e di conseguenza divinità legata ai metalli, impetuoso ed impulsivo, pratico e manuale apre tutte le strade sia materiali che spirituali.

In Binah aumenta la vibrazione nel principio della Giustizia e dell' intelligenza, trova la sua corrispondenza in Xangò, il principe, racchiude in sè le caratteristiche di Giove, deciso, forte e valoroso, è il simbolo delle Istituzioni, della Statalità, dei Governi per la sua iniziativa, la decisionalità e la volontà.

Per completare le sfere di sinistra, sempre a partire dal basso troviamo : Nezach, mondo di Venere, principio di bellezza, grazia e creatività. Oxum, signora delle acque dolci, è la Signora della fertilità, della gestazione e del parto. Madre giovane e bella, mantiene le caratteristiche della giovane donna con le passioni, la sensualità, la vanità, la bellezza, la seduzione.

In Hessed troviamo le vibrazioni dell'indulgenza, della clemenza e del perdono. Oxossi è l'Orixà dell'equilibrio della foresta e dei suoi abitanti. Libero nella foresta protegge l'indipendenza, la libertà sia intellettuale che fisica, la legge del dare e del ricevere. Nella foresta i sentieri non sono tracciati e Oxossi è colui che trova le giuste vie nell'ambito delle leggi della Natura.

Hokmah è la sede della sapienza e della saggezza. Si trovano i numeri e le lettere con cui materializzare i pensieri nelle parole, nelle frasi, nei poemi, nonché la possibilità di praticare la magia divina. Yansà è la signora del vento, del cambiamento, delle bufere e dei temporali. Lancia fiamme dalla bocca e questo fa di lei la patrona di chi usa le parole per difendere il prossimo o attaccarlo. Combatte ogni genere di ipocrisia facendo trionfare la verità a ogni costo. Yansà rimanda al caos primordiale, alla furia degli elementi durante la Creazione.

Infine l'undicesima sfera, Daath, ci proietta nella profondità dell'ombra là dove sono ammassati tutti gli archivi del cosmo fin dall'eternità. È la sfera della conoscenza dove si trovano i più grandi misteri della Creazione. In questo spazio emana Nanà, associata ai miti della Terra. È il lato femminile della Creazione, della fertilità e della fiducia, Signora del fango primordiale, con cui tutti gli esseri furono creati, delle terre umide e fertili, delle paludi . Dà vita alle creature e contemporaneamente le raccoglie nel suo elemento per poi rinascere sulla terra, formando il ciclo vita/morte.¹⁷

L'incontro

L'incontro con il Dott. Pier Luigi Lattuada e la Dott.ssa Marlene Silveira ha completamente trasformato il mio modo di esistere. Ricordo la mia impazienza davanti all'invito di tollerare l'incertezza, l'atteggiamento interno di frustrazione quando non capivo, i diversi momenti in cui ho pensato di essere in processi di destrutturazione, l'accoglienza davanti agli infiniti dubbi che ponevo. Durante i lavori proposti è accaduto qualcosa di profondo e profondamente trasformante che è difficile delegare ad una narrazione lineare ma, oggi, posso dire che la progressiva raccolta degli insight, diventa come il raccogliere nella scatola della nostra esistenza, numerose tessere di un puzzle, che, quando meno ce l'aspettiamo, iniziano a delineare la visione d'insieme. Il primo passo mi ha messo davanti l'invito alla fiducia. Quale grande ombra mi impediva la resa. Affido alle tavole,

¹⁷ <http://www.umbandaitalia.com/orixas.html>,

http://wiki.deldebbio.com.br/index.php?title=Os_Orix%C3%A1seaKabbalah%E2%80%933parte_2

che hanno accompagnato il percorso, la condivisione della trasformazione profonda della mia anima, con infinita gratitudine per essere stata accompagnata fino a qua.

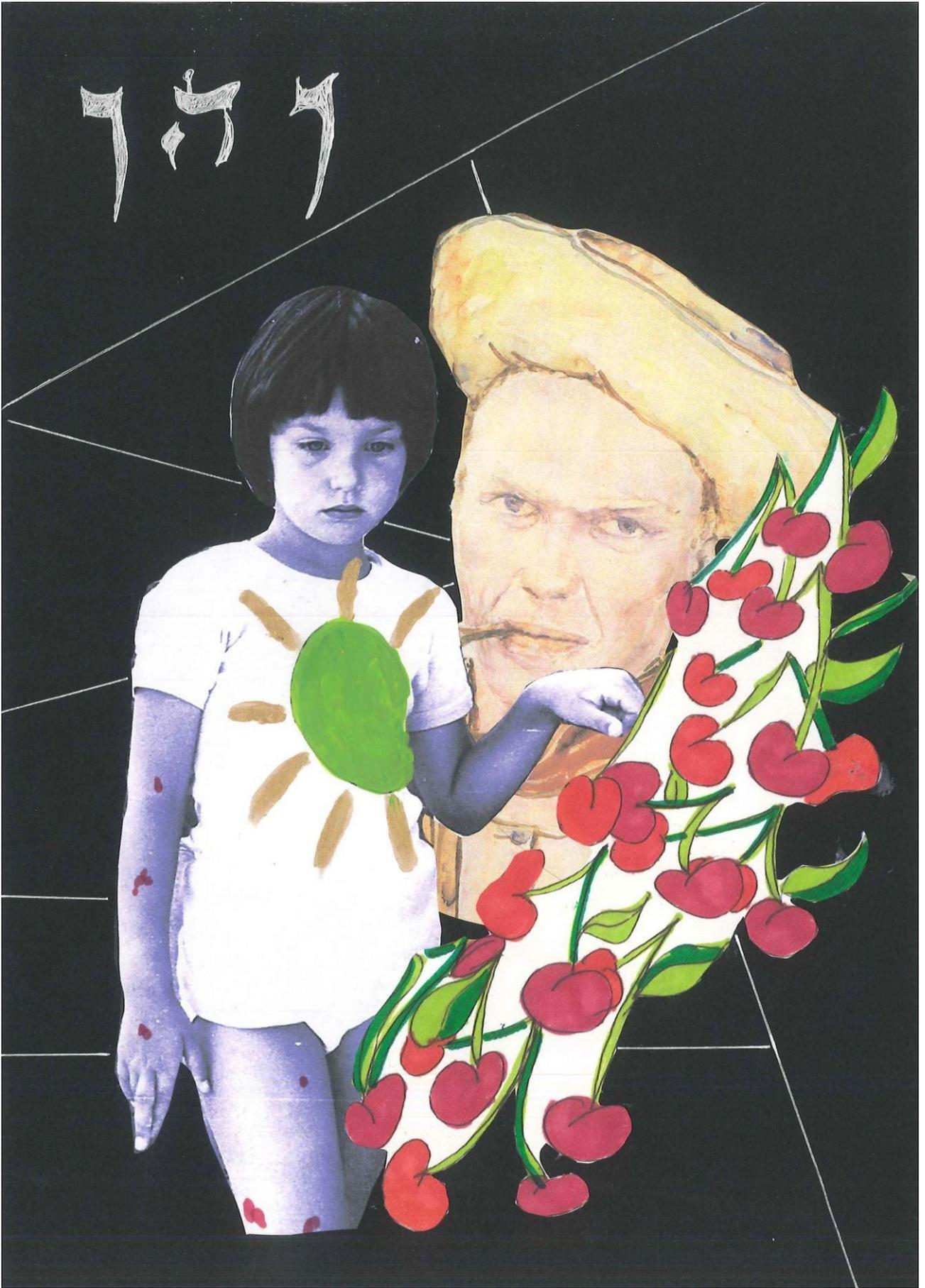
72 nomi di Dio

Waw he waw

I ה I nome .01

Tav. 1

Amavo nonno. Nel silenzio chiedevo risposte. In numerosi sogni compariva il signore con il cappello giallo. Ancora non sapevo si trattasse di lui. Grattavo la mia giovane pelle per tirar fuori gli antichi parassiti che si agitavano dentro me

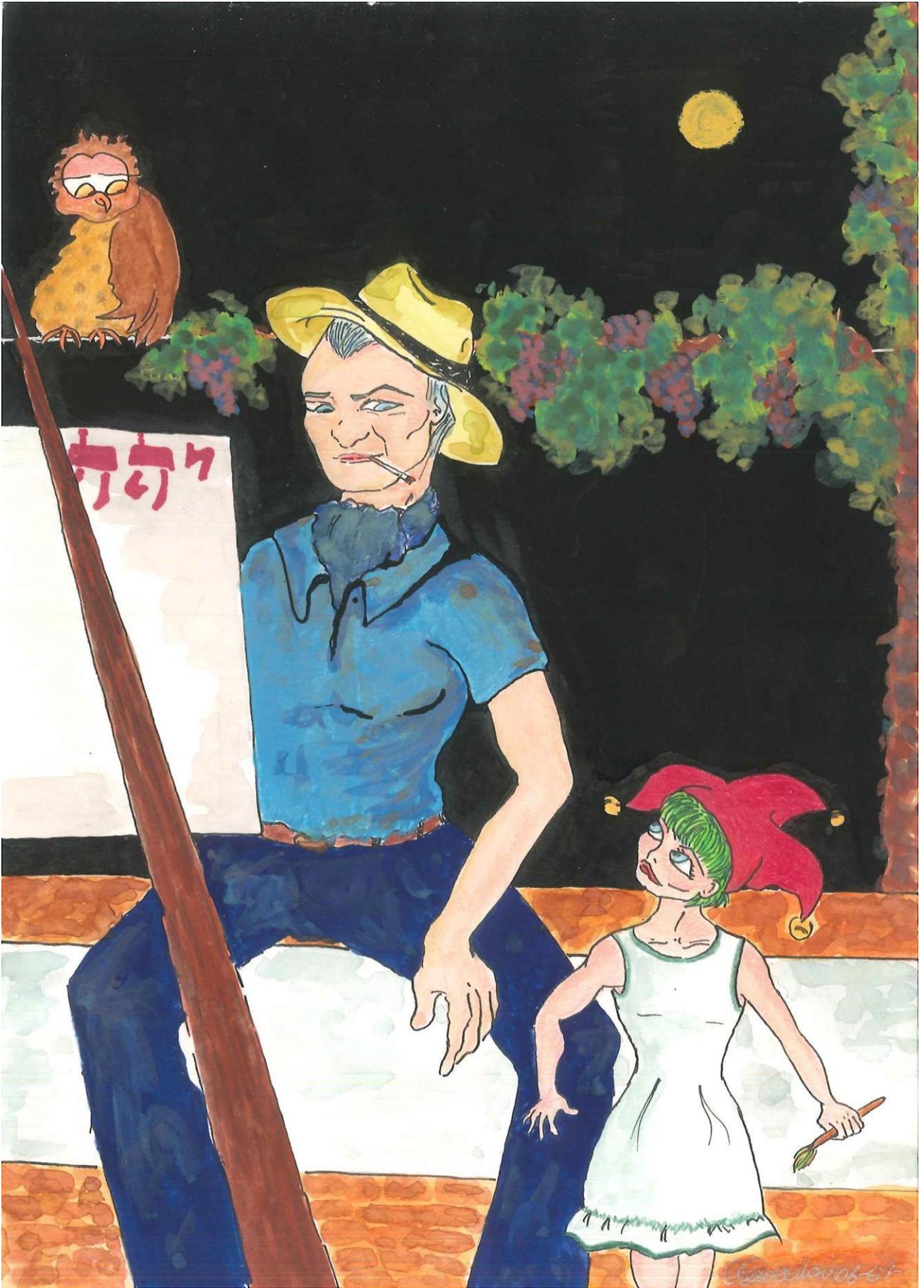


Yod he he ה ה

' nome .62

Tav. 2

Caro nonno, nel mio amore profondo, non avevo riconosciuto in te il Guardiano della soglia dei miei sogni.

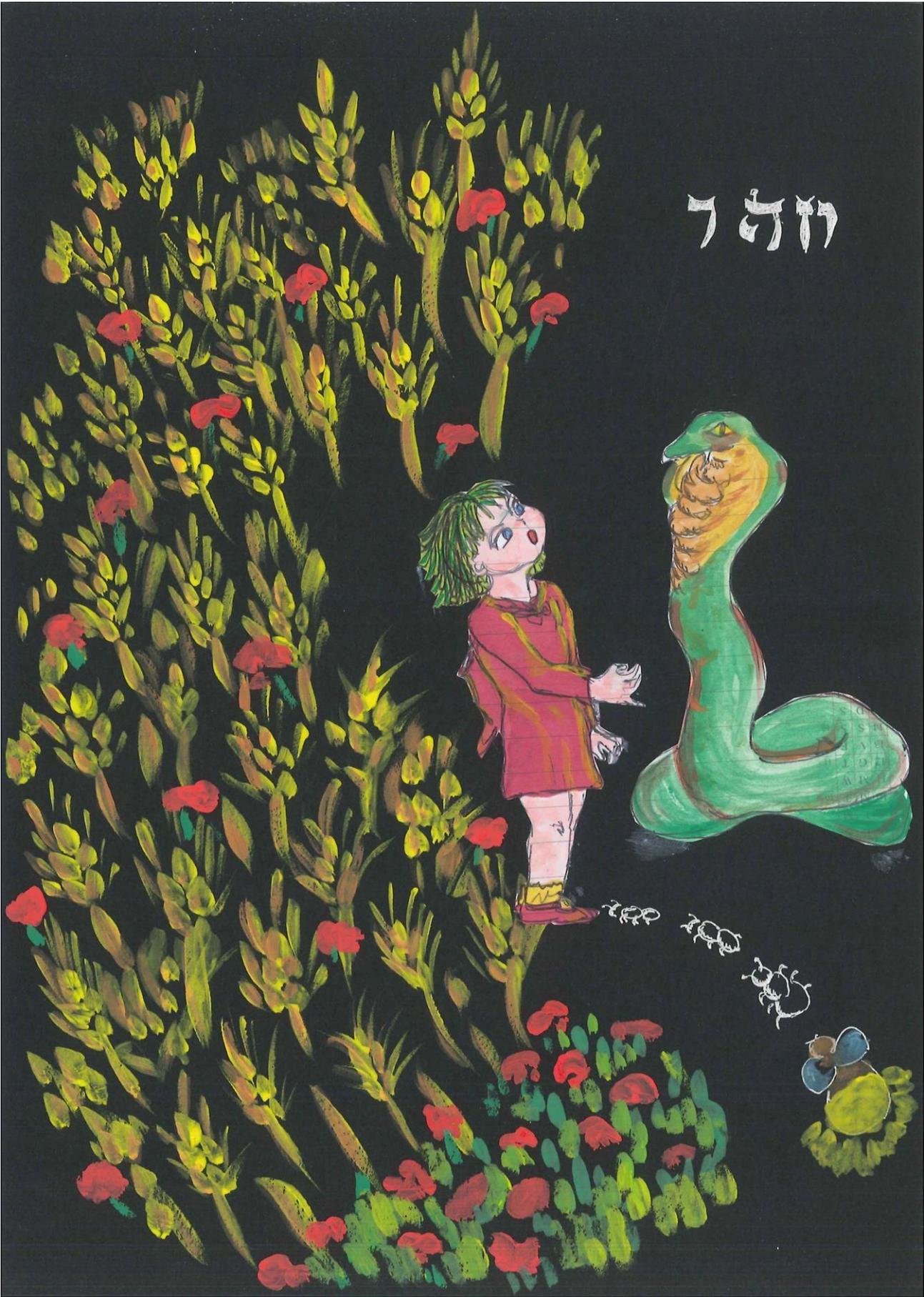


Keth he waw

I n il nome .03

Tav. 3

Ombre e ancora ombre. Ero così avvelenata che ho creduto di essere veleno. Io sono te tu sei me. Incastrata in uno specchio che aveva lontane origini. La luce della verità era così lontana che sono caduta nella sua malia. E poi di nuovo una seconda volta. Senza alcuna protezione. La protezione non era del mio mondo. Il controllo sì. La protezione no.



Nun yod taf ך

ך ' nome .54

Tav. 4

Svuotata dalla malia mi appoggio all'antico senso e striscio alla ricerca del nome dimenticato. Nel fondo del cuore sento qualcosa di incredibilmente buffo nella resistenza al vivere felice.



Lamed lamed he

ה ל ל nome .06

Tav. 5

Al Caron dimonio pago il compenso per essere traghettata sull'altra sponda. Gli ultimi frammenti di un'anima rassegnata per accogliere il seme della rinascita.

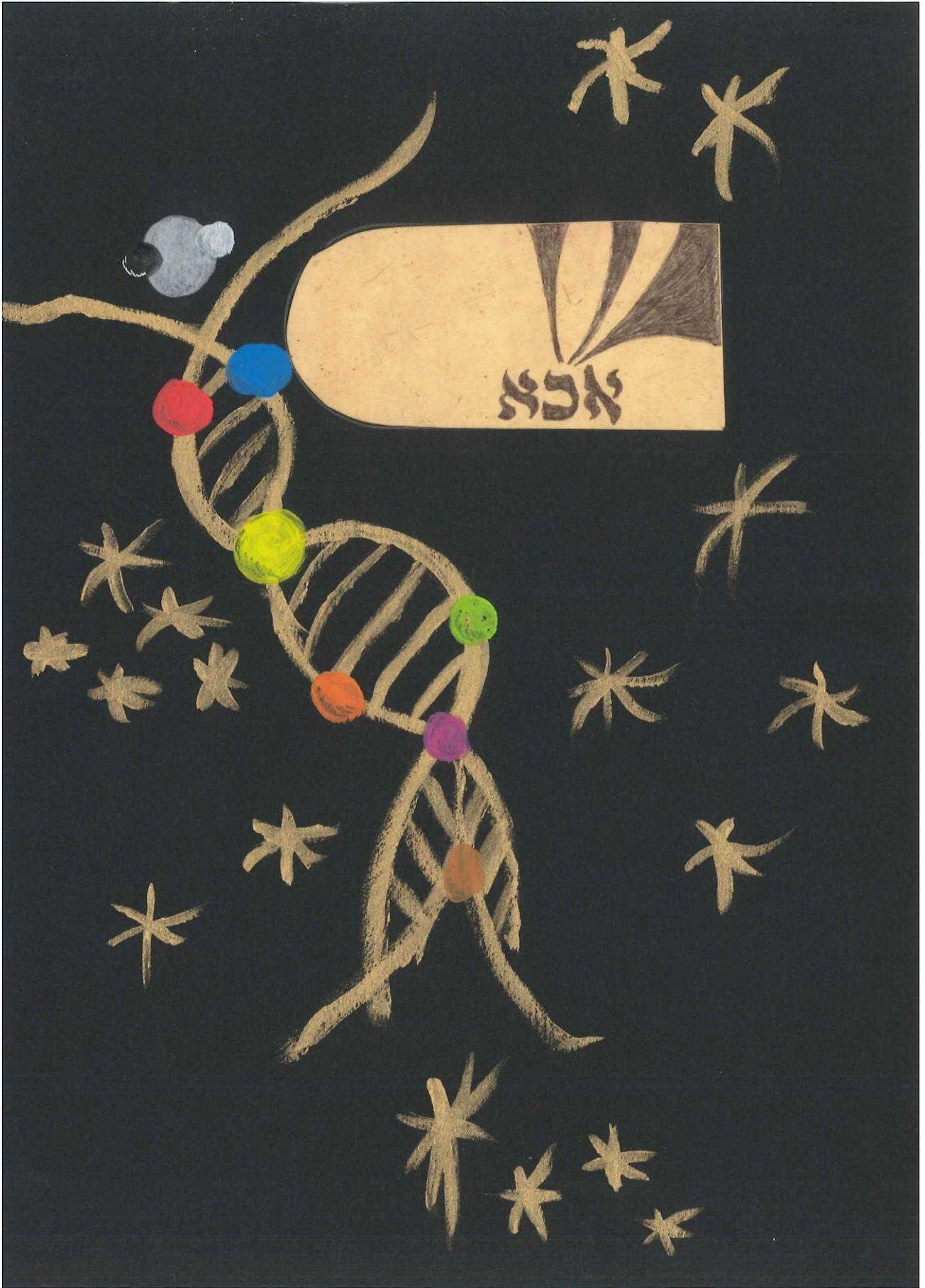


Aleph kaf aleph

κ ∩ κ nome .07

Tav. 6

Ho imparato come funziona la respirazione dai mitocondri e poi ho aspirato moccio ogni volta che ho pianto. C'era una rottura nelle mie eliche e quando le sfere hanno iniziato a roteare ho cercato il mio essere entropico nel sistema.



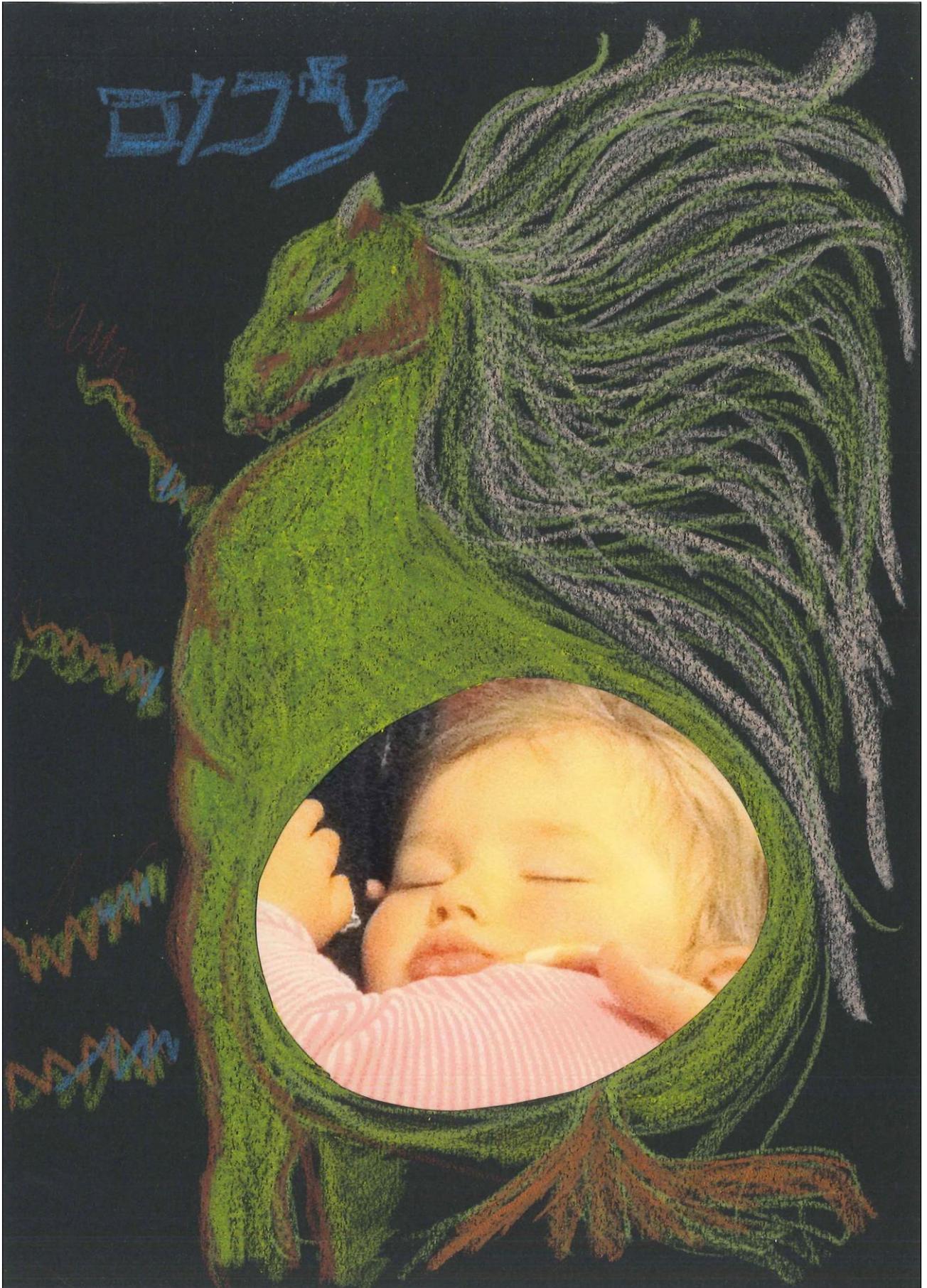
Ayin mem

mem □ ♫ ♪

nome .52

Tav. 7

Ero destinata ad essere Korai e tutto sarebbe stato silenzio. Li chiamano fantasmi della culla, figlia mia. Hai iniziato a muoverti dentro me e tutto si è smosso. C'era una maledizione che incombeva sulle ripetizioni familiari ed io volevo portare per te, con tutto il mio amore, benedizioni e verità. Così mentre dolcemente ti sei affidata alla vita e dormivi, io mettevo la mia armatura scintillante e tra le stelle ho sfidato gli incubi.



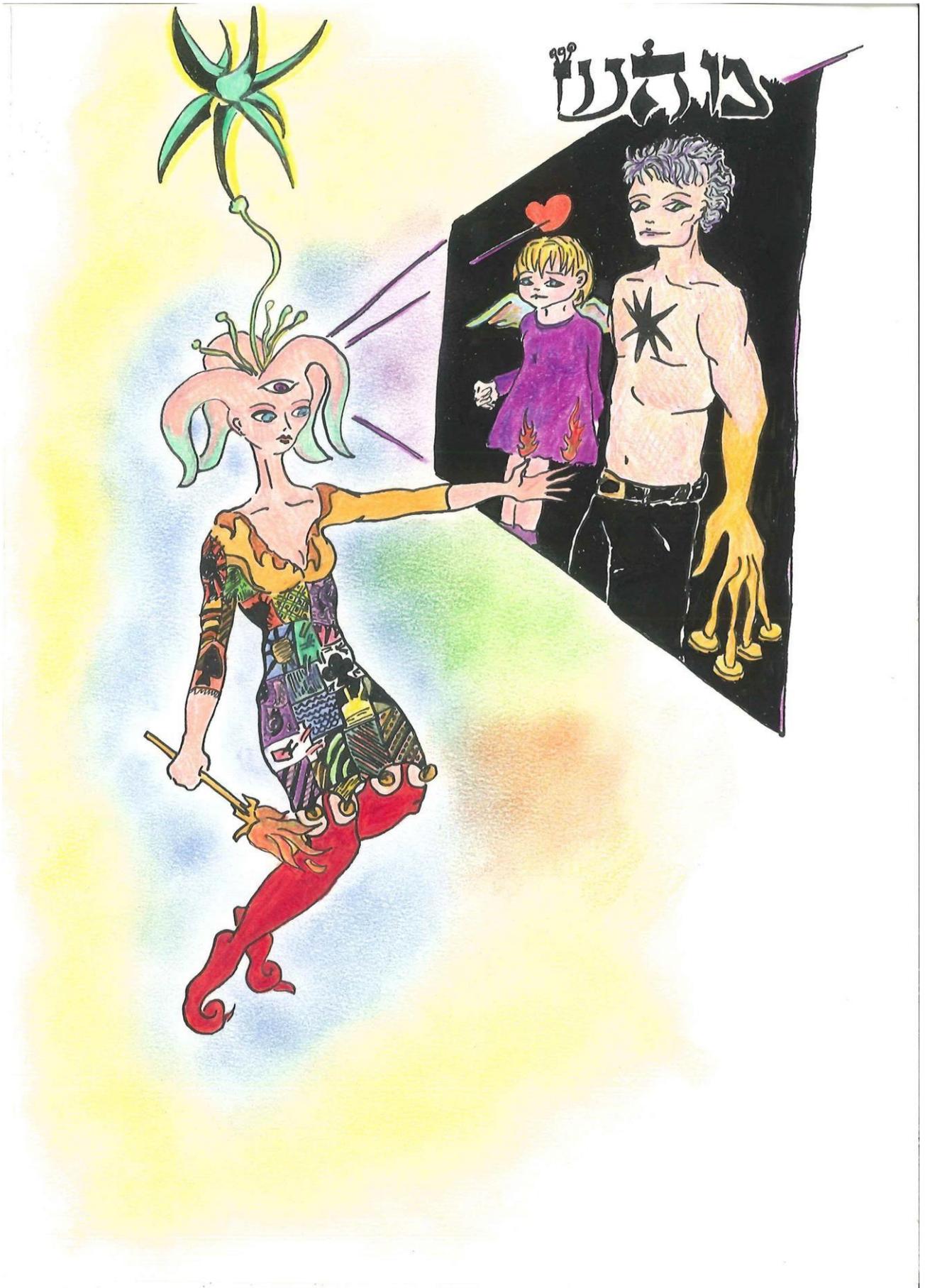
Mem he shin

שמח – nome

.05

Tav. 8

C'era un baule e dentro i miei veri vestiti. Da goffo giullare mi sono trasformata in maga. Il mio desiderio più grande era di portare guarigione. La sommità del mio capo è diventata corolla e, un petalo dopo l'altro, mi sto schiudendo al mondo. Ogni petalo per una goccia di sangue versato, ogni goccia per una fata pronta a danzare il suo pezzo di coscienza.



Waw shin resh

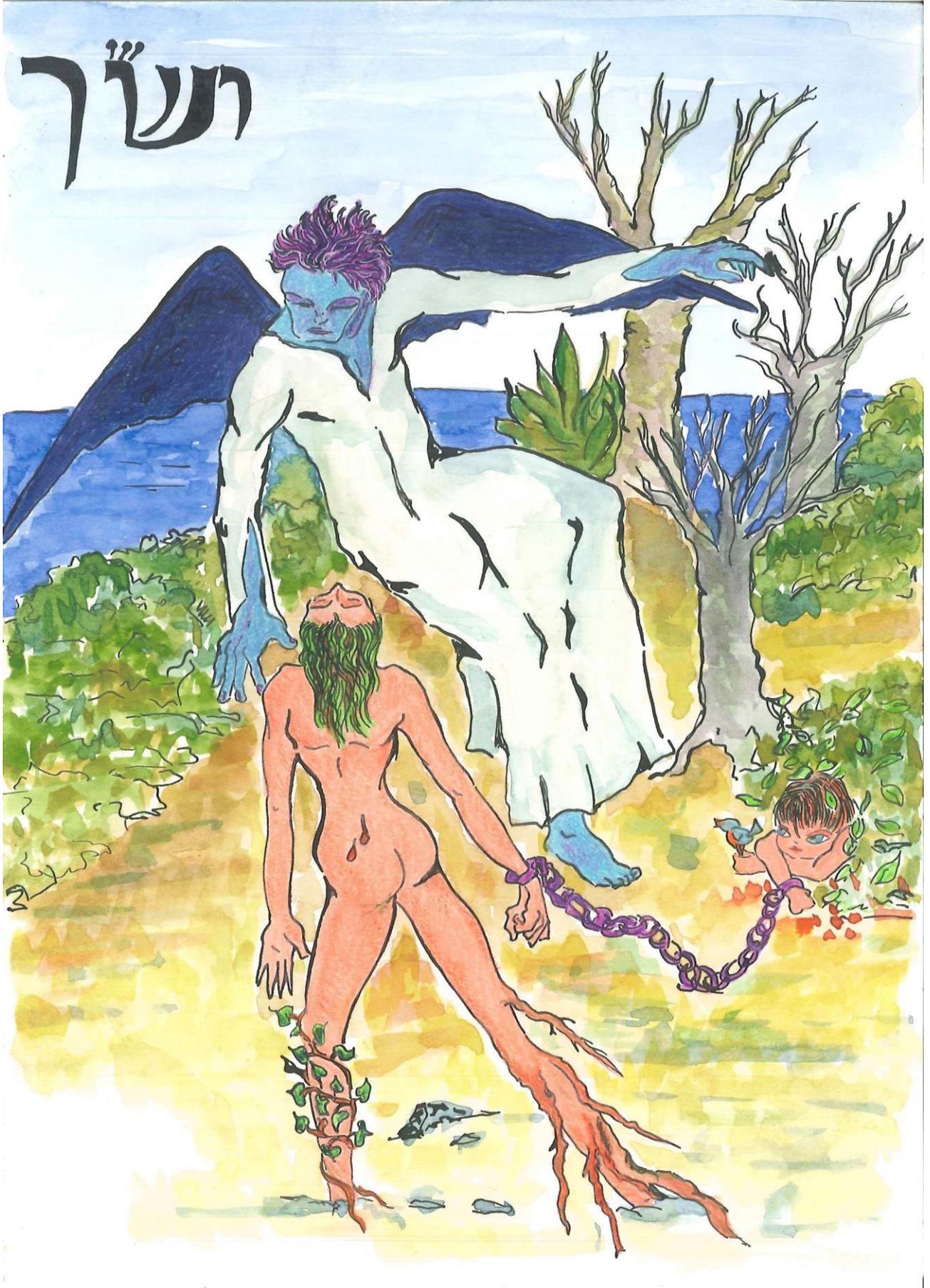
ו ש ר – nome

.32

Tav. 9

Ho tenuto la mia anima nel fondo della terra, così in fondo che quando l'ho guardata non sembrava più la mia.

תש"ך



Aleph nun yod

' ט װ – nome

.37

Tav. 10

Sono stata presa al sacro ed al profano e la mia anima è stata seppellita sotto la cenere. Quella della comprensione è ora una lunga strada per me. Intanto riinizio a volare.



鳳
凰

Daleth mem beth

ב מ ט nome .65

Tav. 11

Gramigna, tenera bimba che avvelena le mistificazioni alle radici.

*Non andartene, avvicinati. Non
essere senza fede, abbi fede,
scopri l'antidoto nel veleno:
vieni alla radice di te stesso.*

(Rumi)





Mem vav mem

□ I n nome .72

Tav. 13

Il vuoto inizia a farsi pieno. Spostando il punto aumenta la vista.



Keth beth vav

I ב II nome .68

Tav. 14

Continuo a sognarti. Una vita di presenza e di molto silenzio.

Sono tranquilla, nonno, cosa mi vuoi dire?

Non dire niente, nonno. Riposa in pace. La mia anima trova e troverà la sua libertà.



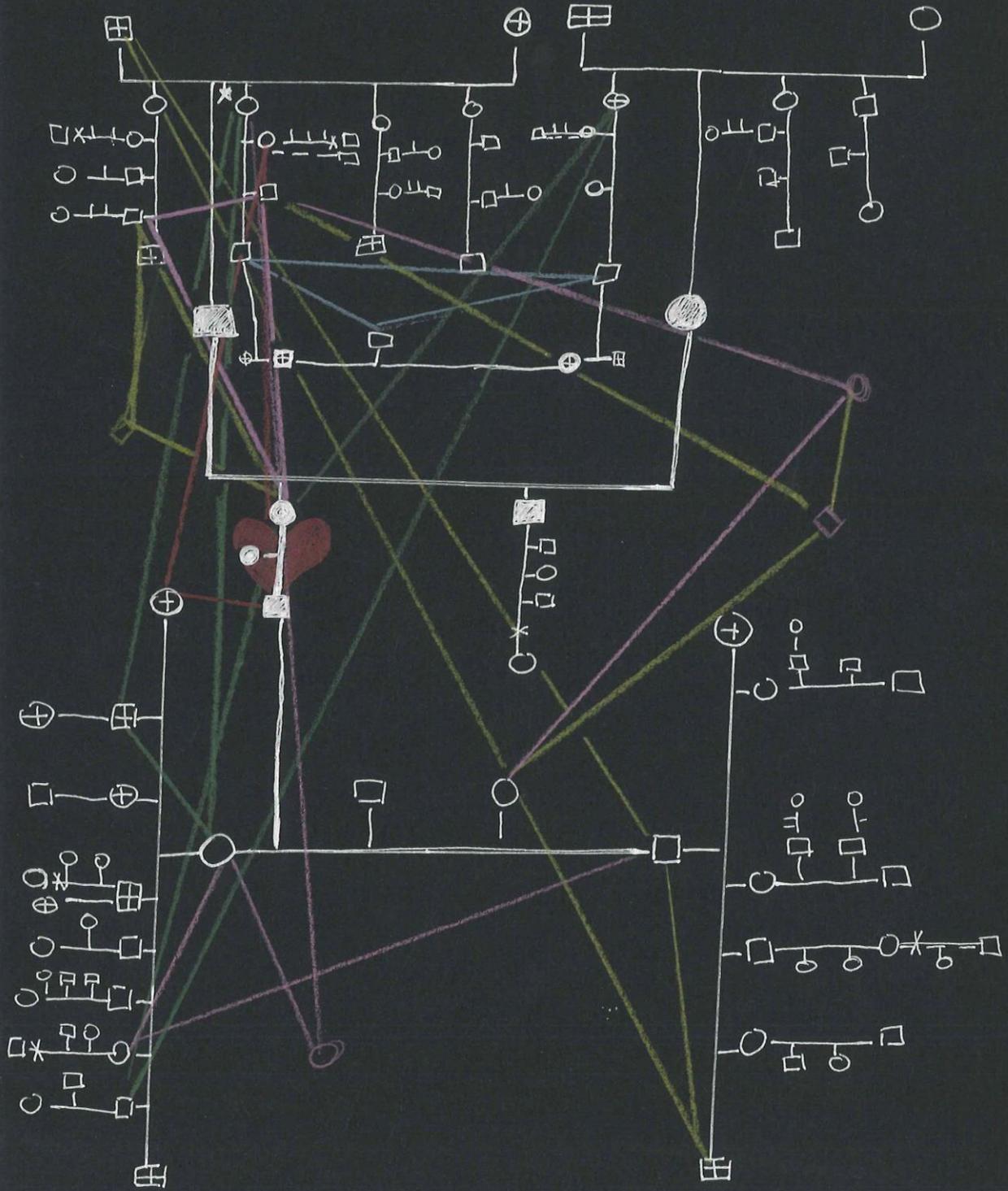
Yod beth mem

מ ב ם ' nome .70

Tav. 15

Si dice che nulla accada per caso, che ci sia una sorta di internet divino che ci collega gli uni agli altri...
Ed, in effetti, nel guardare la mia storia d'amore dall'alto mi pare di vedere una centralina elettrica
che alimenta le tensioni nel favorire l'incontro.

לחמ



Yod yod yod

''' nome .22

Tav. 16

Un nuovo canto per accogliere la prossima primavera.



Lamed aleph vav

ל א ו - nome .17

Tav. 17

Salvo il fratello dalla casa della babajaga.



Aleph lamed daled

ט ל ך nome. 10

Tav. 18

Nel mondo del profondo accadono cose che continuano a vibrare nella superficie del presente.



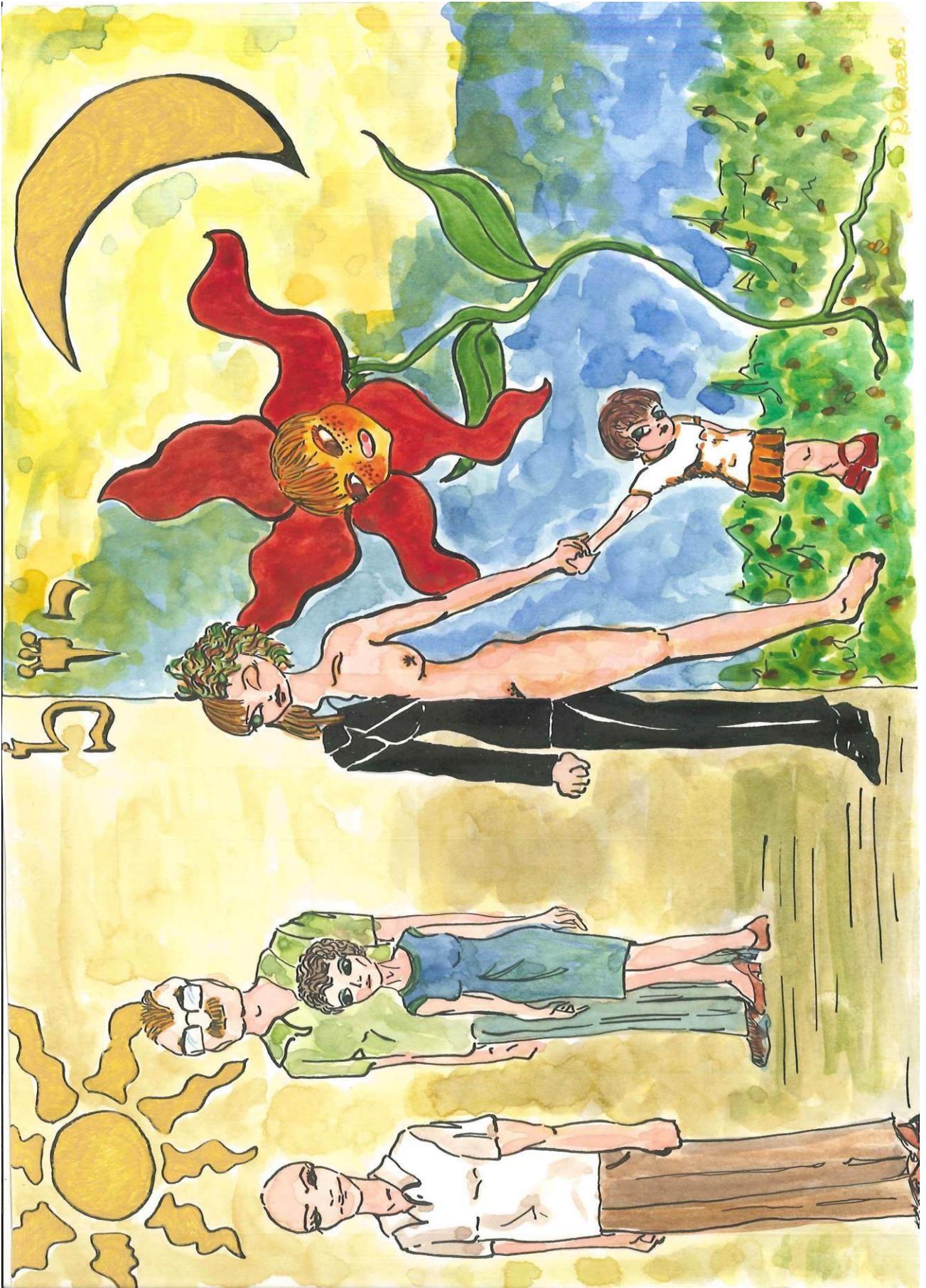
Yod zayen

lamed ל ך ׳

nome .13

Tav. 19

Ho fatto qualsiasi cosa per farvi conoscere il mio mondo. Ho pensato di essere sbagliata perché pensavo di aver bisogno della vostra autorizzazione per respirare l'aria che mi nutre. Grazie a voi ho capito che avevo paura. Mi prendo la responsabilità di seguire la mia strada e vi ringrazio profondamente di avermi accompagnato fino a qui.

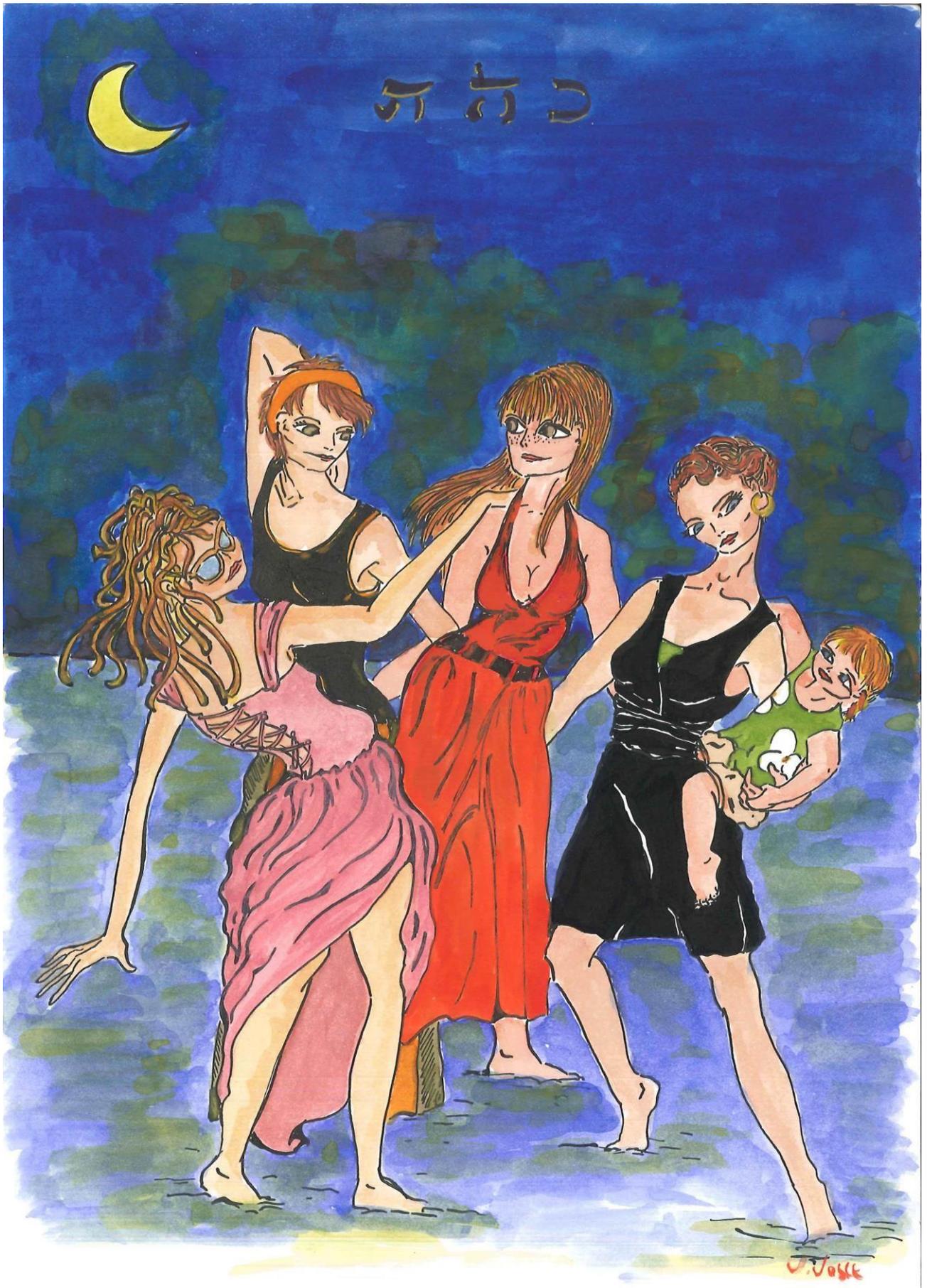


Kaf he taf

ת ה כ nome .8

Tav. 20

Come janas alla luce della luna balliamo l'attimo con l'allegria della nostra forza vitale.



Ayin shin lamed

ל ש ע nome .47

Tav. 21

Mentre nulla appare muoversi, qualcosa, piano e col suo tempo, si trasforma.

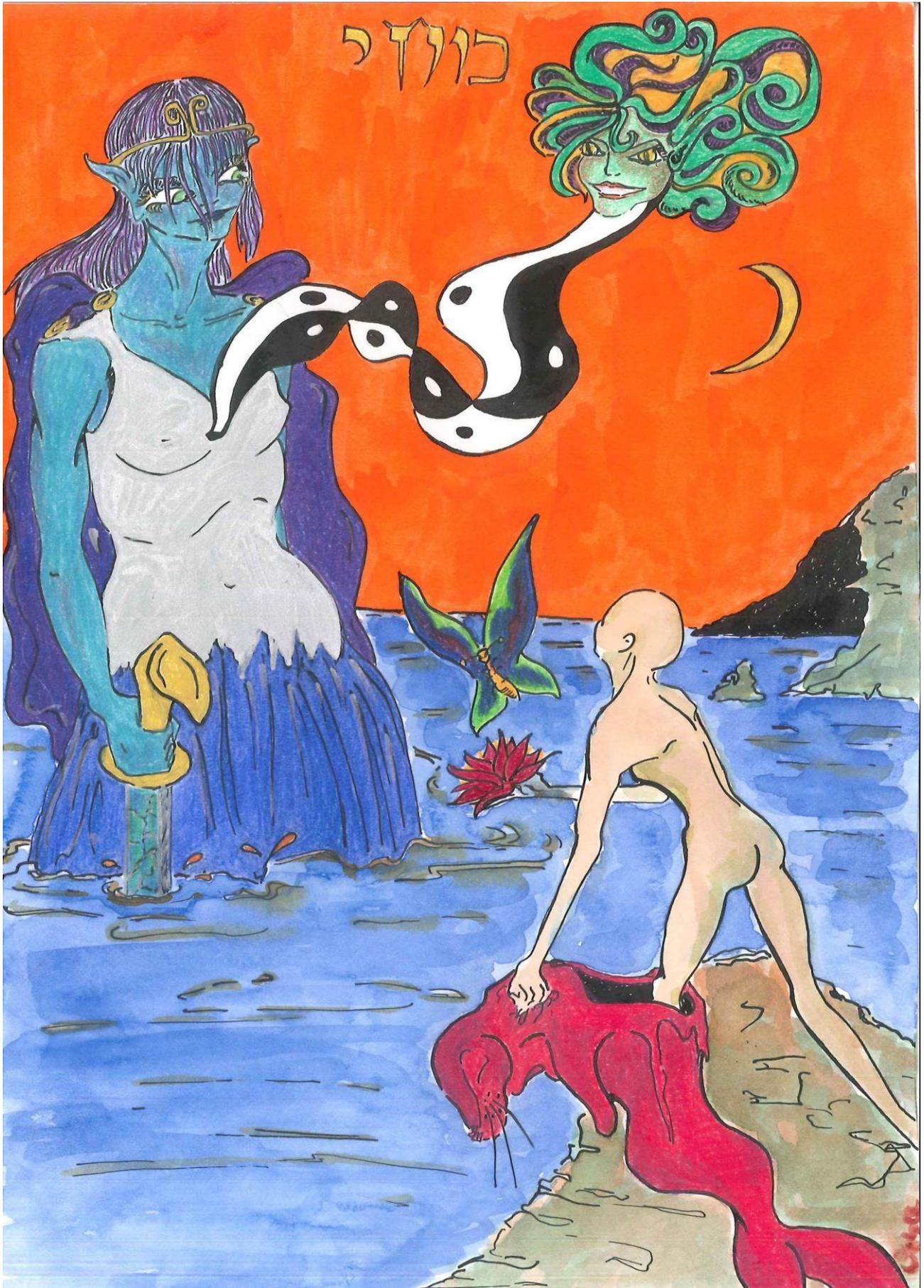


Mem keth yod

' II n nome .64

Tav. 22

Tolgo la pelle di foca al chiaro di luna, tenendola stretta con la mano per non perdermi più alla luce del sole e potermi immergere ancora nell'abisso.



Vav mem beth

ב נ ו I nome .61

Tav. 23

Nel cercare l'armonia tra le sfere mi perdo nel profondo blu come una ballerina che fa sempre la stessa danza ogni volta che si apre il carillon. Ma ad un certo punto, come un derviscio, esco dal circolo del tempo ed entro nel circolo dell'Amore (Rumi).



He keth shin ה

ש II nome .51

Tav. 24

Non voglio più la colpa. L'unica via per entrare è mangiare il frutto.

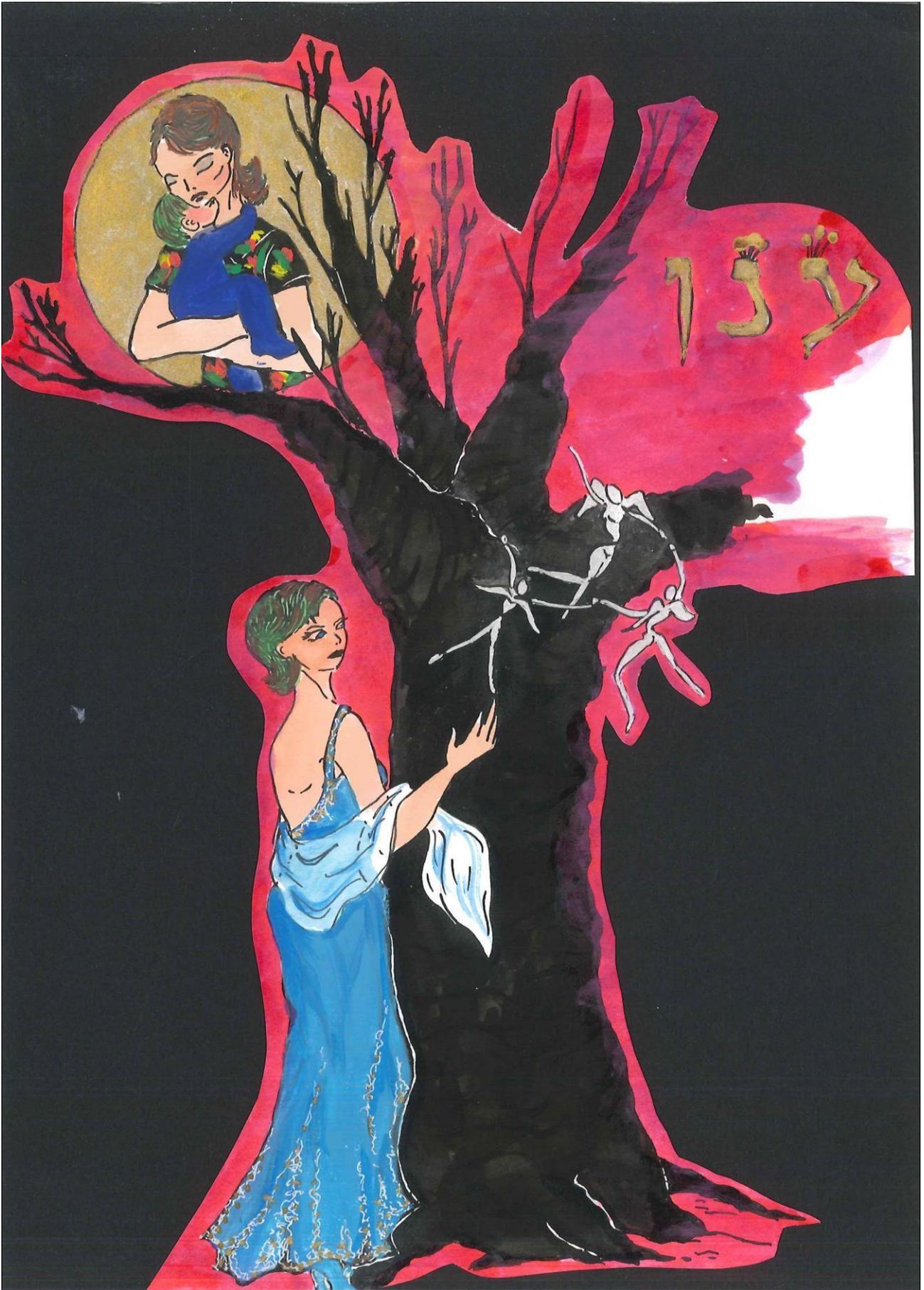


Ayin nun vav

י ו ץ nome .63

Tav. 25

Le janas del mare mi portarono al vecchio ulivo sulla collina. Il profumo di lentischio mi attraversa pur nella distanza. E allora cantavo alla luna la mia evoluzione e dalla luna tu, mamma.. quel lontano abbraccio. Mamma.



Nun mem mem

□ n 1 nome .57

Tav. 26

Dal letame nascono i fiori... e con fiducia guardo la prospettiva da arrumbula merda.

סמך



He he ayin ה ה

י nome .12

Tav. 27

Mentre medito cerco il contatto col Sacro Cuore di Gesù e gli sussurro la mia preghiera.

הַהַלֵּל



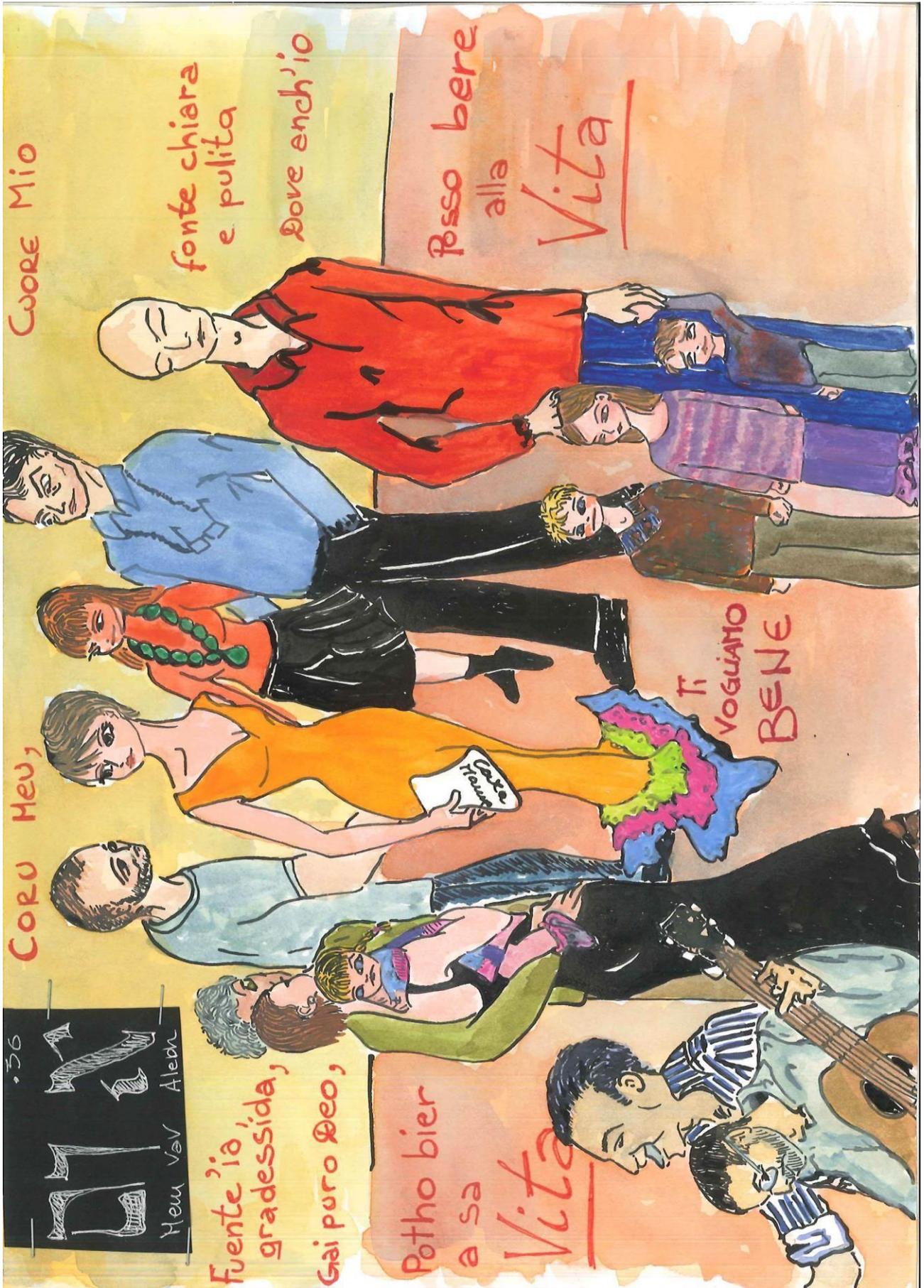
Alef vav mem

□ I X nome .30

Tav. 28

L'abbiamo appena saputo. Ci chiedi il cerchio e la tua canzone. Questo è un cerchio che ti cura e ci cura. Grazie. *Coru meu, fuente 'ia gradessida, gai puru deo, potho bier sa vida.*

(Tazenda, Spunta la luna dal monte)

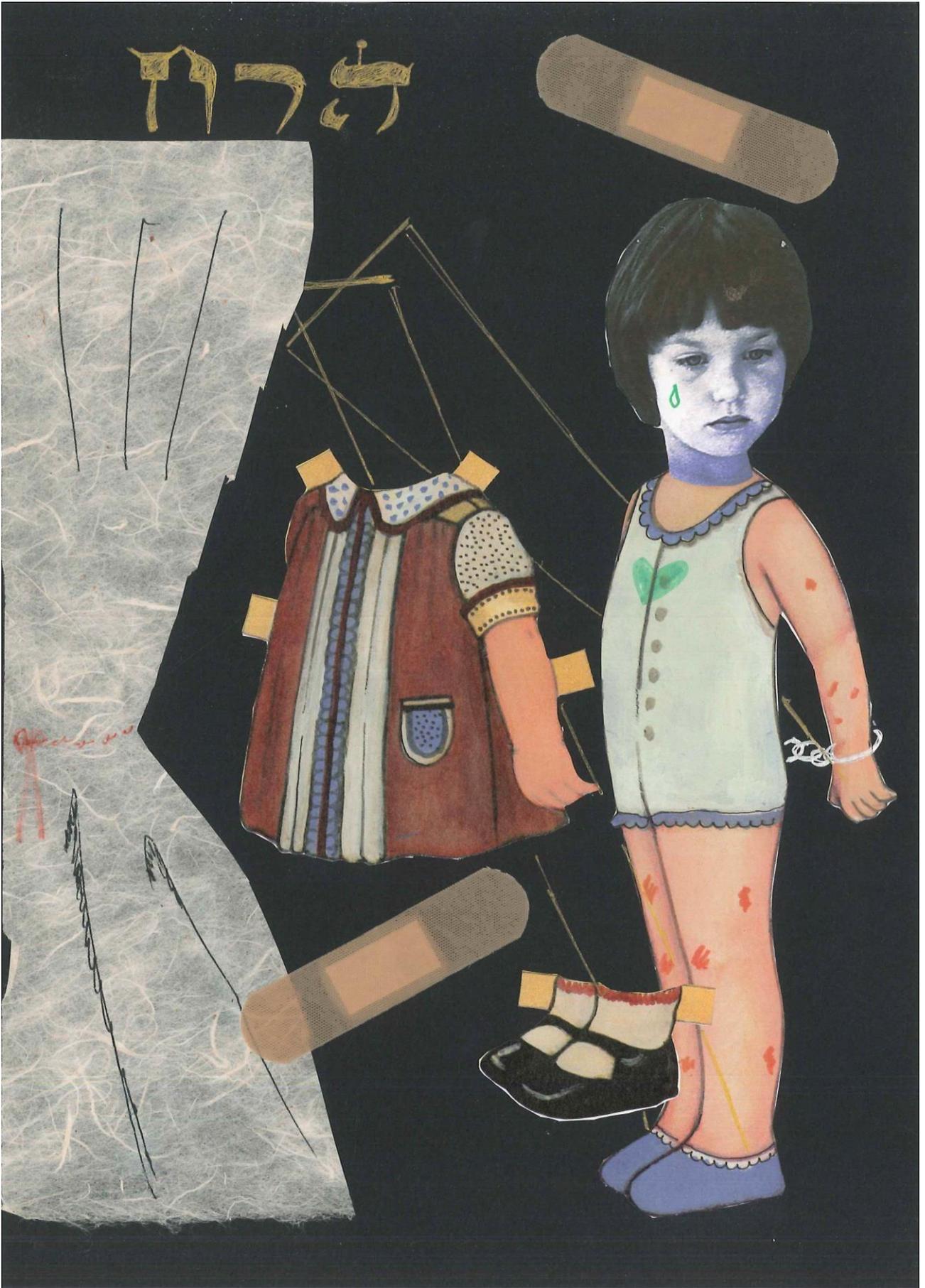


He resh keth

59. nome הרור

Tav. 29

A tratti mi sembra tutto faticoso e oscuro. Indosso i soliti abiti per entrare in scena. Prendo il copione della storia personale. Conosco le prossime battute ed i pensieri automatici. So che esiste una corrente dove tutto fluisce, ma sono vincolata alla maschera della vittima, della bambina vulnerabile che non ce la fa. Ho voglia di sprofondare e diventare oblio. Ho voglia di avvolgermi nella malinconia e cedere al crogiolarmi nelle voci melliflue che mi cullano. Ma è già tutto visto e non me la posso più raccontare.



**Mem nun
daled**

Τ τ η – nome .36

Tav. 30

Per ogni braccio un talento, per ogni braccio uno sgomento. Cerco armonia ed equilibrio tra le sfere che vibrano ognuna la sua intima canzone e nessuna con le altre. Le vibrazioni diventano rumore, ma per qualche breve istante paiono un coro angelico che dà la spinta per riuscire a danzare sul filo teso dalle parche.



Mem nun kaf

פ נ מ nome .66

Tav. 31

Con la mia alleata dissotterriamo le radici del teatro delle maschere.



Aleph yod ayin

י' װ ן 67

Tav. 32

E dopo ogni inverno arriva la primavera.



אֵרֶב

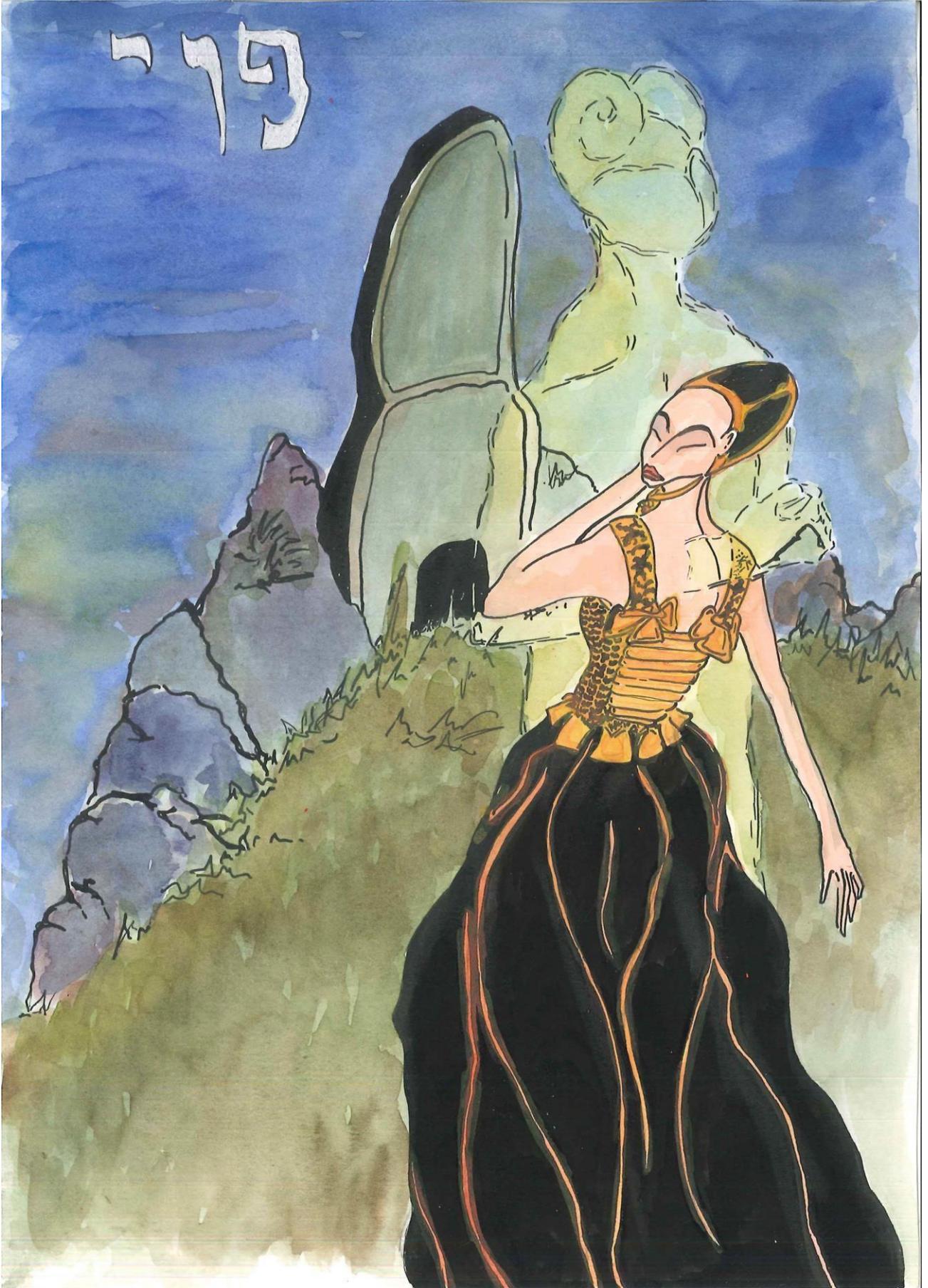
Pey vav yod

' I 9 nome

.56

Tav. 33

Stretta nel corsetto dalla stretta morsa del petto. Vorrei danzare coi miei demoni all'antica tomba dell'anima e cantare con loro il canto della libertà e della verità.



He yod yod

י' י' ה' nome .71

Tav. 34

Tutto ciò che è in alto è anche in basso.

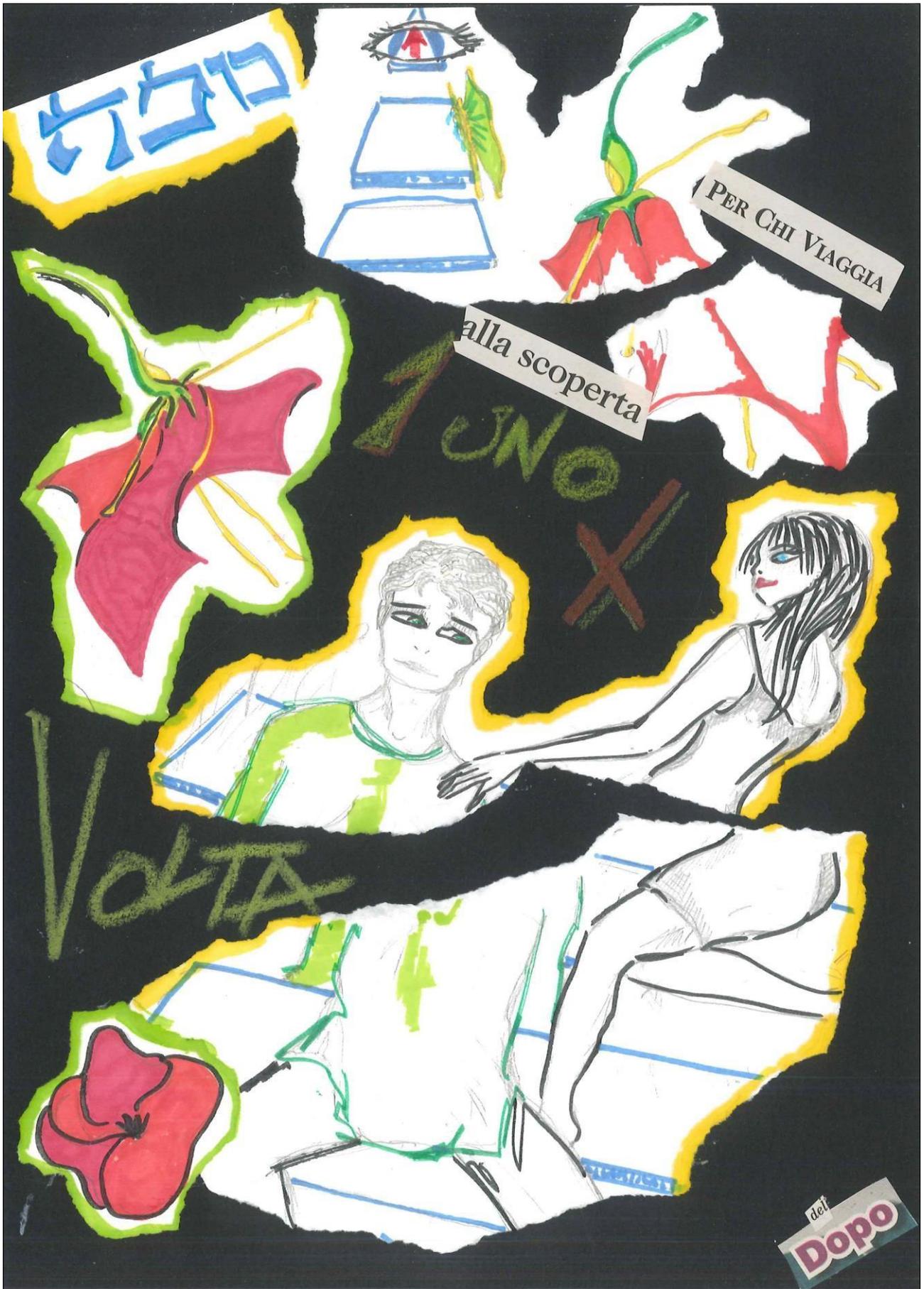


Mem beth he ם

ה ב – nome .14

Tav 35

Amore mio, c'è una storia che racconta che per ognuno di noi esiste una scala ascensionale per il cammino dell'anima. Dice che i gradini compaiono di volta in volta quando abbiamo accompagnato qualcuno a raggiungere quello dove siamo arrivati noi.

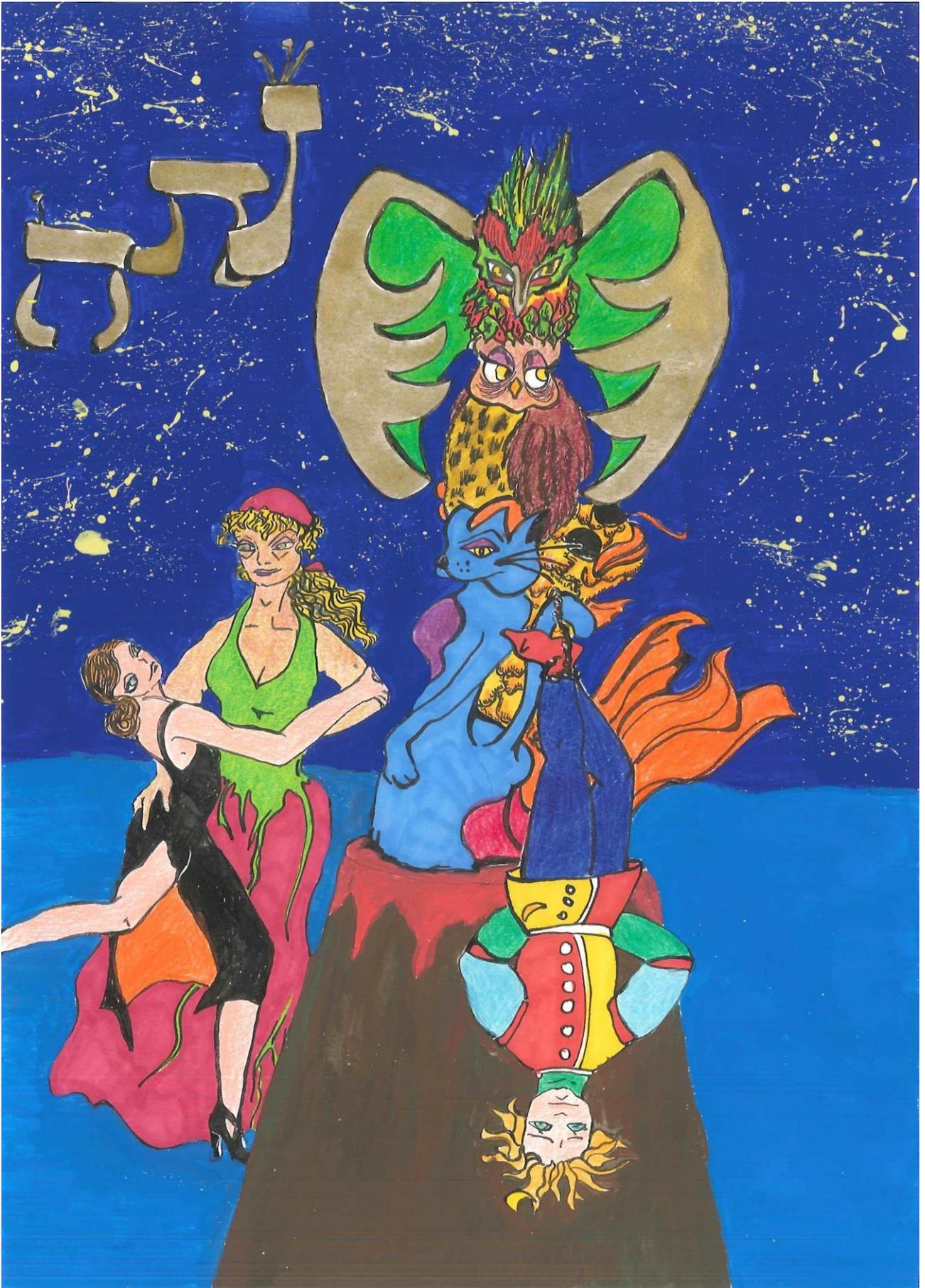


Nun tav he נ

ה ת ה .25

Tav. 36

Mentre tutto si muove tutto appare fermo.



He zayen yod

' 7 n nome .09

Tav. 37

Un solo attimo per dire grazie agli incontri che mi hanno indicato il cammino.



Lamed aleph vav

Il nome .11

Tav. 38

Grazie a te figlia ritrovo continuo slancio nel guardare di nuovo la bellezza del Creato.



Mem yod he

ה' מ' nome .48

Tav. 39

Le continue sollecitazioni che arrivano dalla vita che chiama la vita mi portano in un continuo processo che cerca di attimo in attimo un nuovo equilibrio alla ricerca dell'armonia.

כ"ה

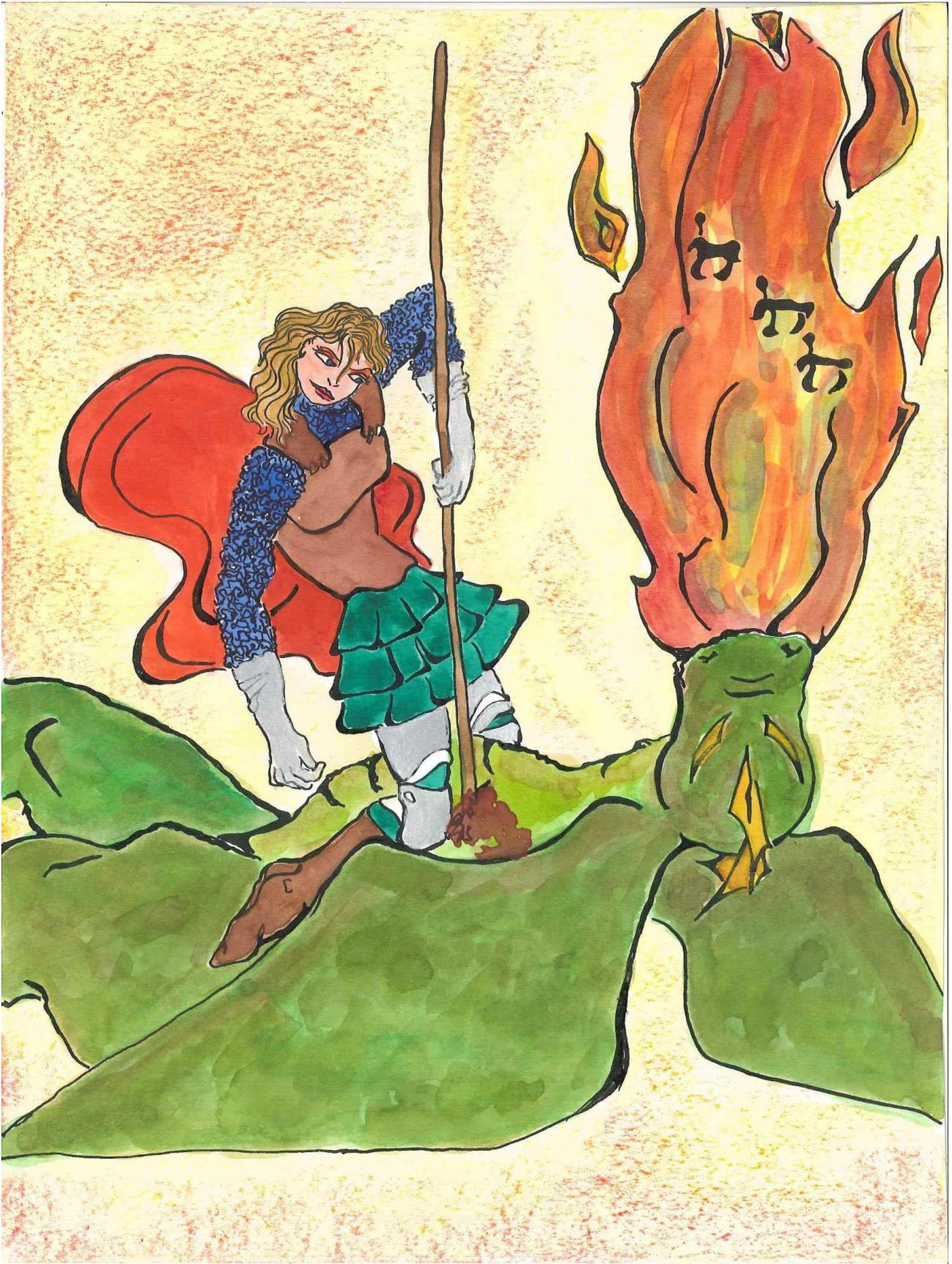


He he he ה

ה ה – nome .41

Tav. 40

Santo contro i draghi della santa inquisizione. Mi oppongo al potere tiranno che mi ha messo al rogo. Uomini senza più streghe. Avete perso la capacità di permettere ai vostri occhi di guardare ed al vostro udito di ascoltare. Maledetto fuoco, non avrai la strega che ancora arde in me. La mia pelle fumante rivendica la santa armatura. Voglio far uscire dal suo petto le mie paure.



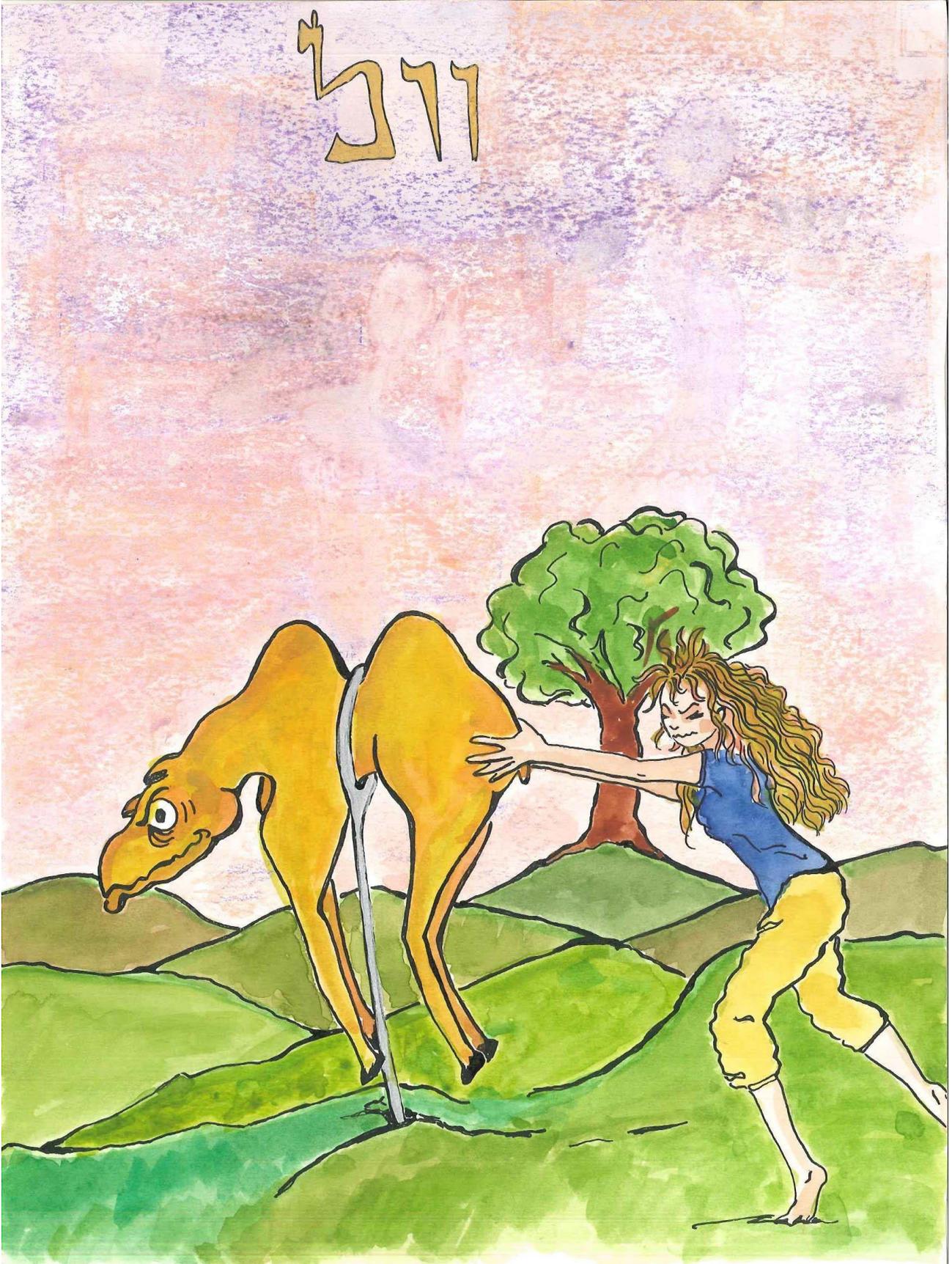
Vav vav lamed

Il nome .43

Tav. 41

E' più facile che un cammello passi per la cruna di un ago....(Mt 19, 24)

ליל



Mem beth he ם

ה ב – nome .55

Tav. 42

Onoro la luce nell'ombra. Prendo la spada della verità ed il bastone della cura.



Kaf lamed yod

י ל א .18 nome כ ל י

Tav. 43

Rebecca, Isabella, Massimo e Michele... guardo con gli occhi del cuore la vostra danza in questo mondo. Con curiosità seguo i vostri passi e ogni tanto vi faccio vedere i miei.



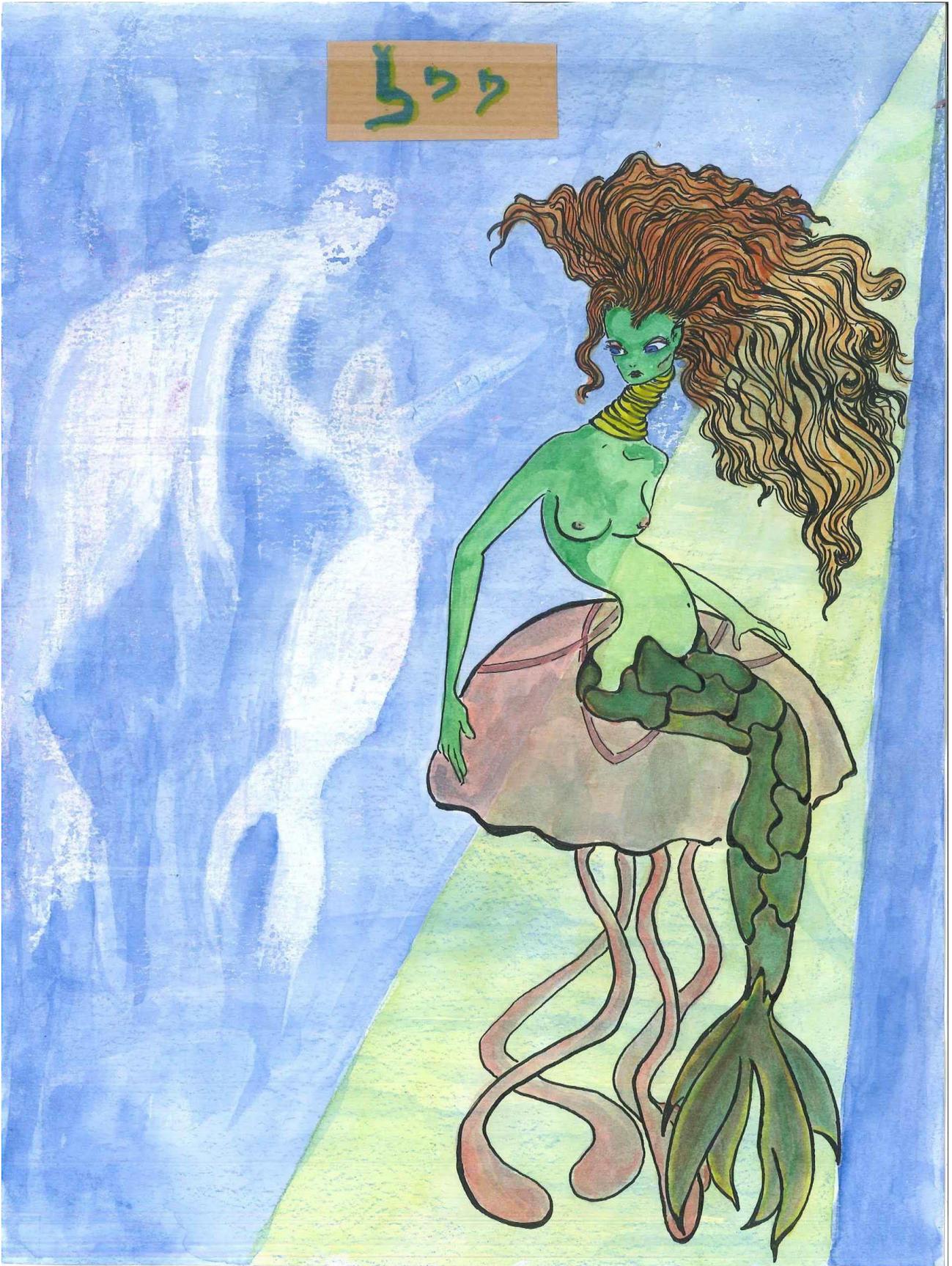
Yod yod lamed

ל י י nome .58

Tav. 44

Quale il guardiano della soglia per avere accesso all'abisso? Sono pronta. Lascio andare difese e resistenze. Madre degli abissi, sostieni la mia anima insicura.

Lascia tutto e seguimi (Marco 10, 17-30)



Yod lamed yod

י' ל' .02 nome

Tav. 45

All'albero della cura offro la vulnerabilità del mio ego. Invoco la forza del nome che vibrava alla mia nascita per chiedere quale sia la strada che mi possa connettere alla forza del mio Daimon : *sforzo nella comprensione dei Misteri dell'Opera Divina utilizzando la via del cuore.*



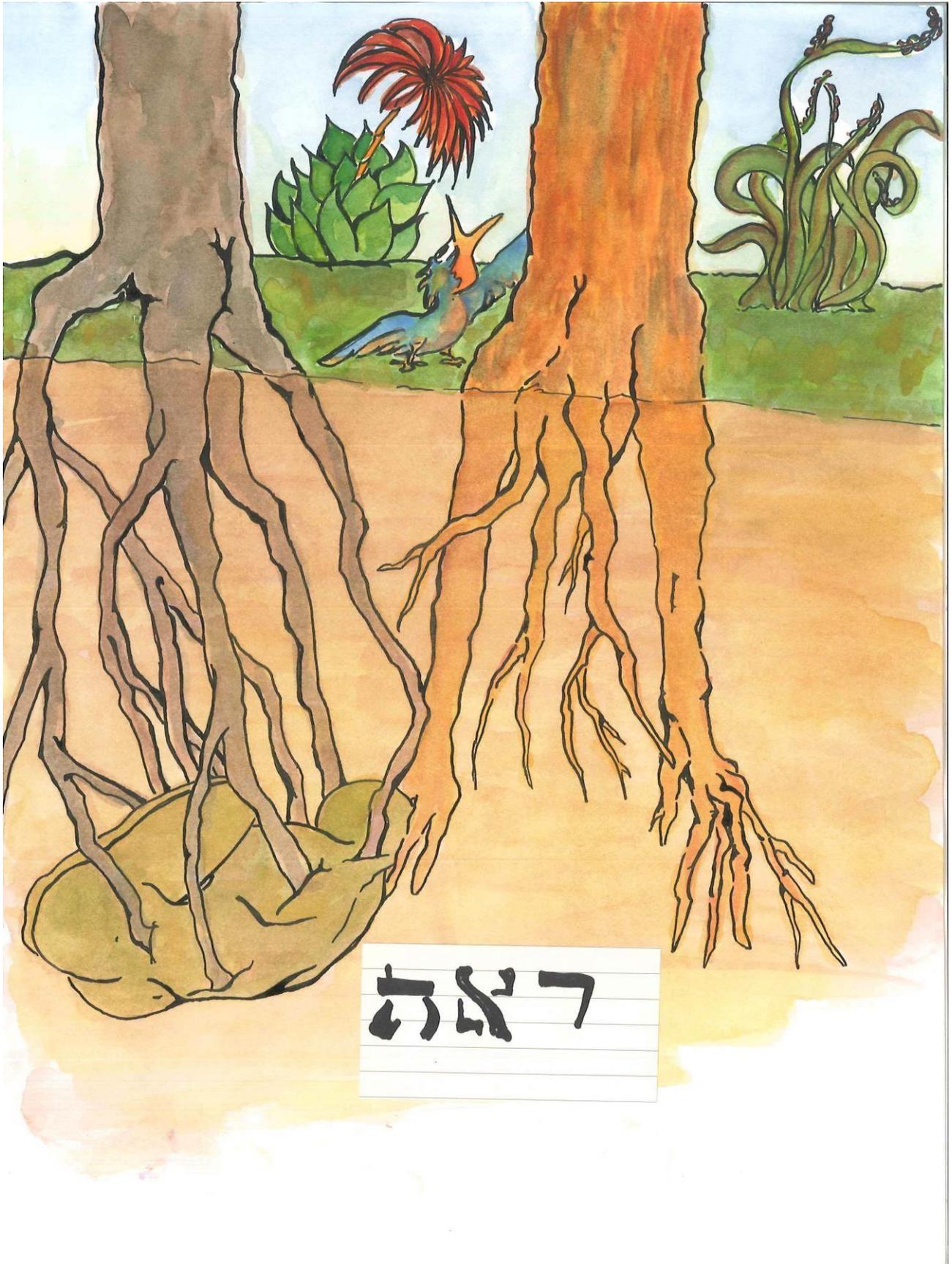
Resh aleph he

ר א ה nome .69

Tav. 46

Tra le profondità dell'inconscio e le altezze del super-conscio perdo e trovo continuamente la strada che cerco. Ma stare richiede fiducia...incertezza...stare...

Mi affido al nome per trovare la direzione.



Lamed vav vav

ל נ ו – nome .19

Tav. 47

Sono solo incubi?

Padre perché mi hai abbandonato?

Giù nelle viscere della Madre terra ho ricordato casa. Luce e amore. Ho ingoiato la memoria per ritrovare la scintilla.



Peh he lamed

ל .20 nome פה ל

Tav. 48

Le ragioni del cuore hanno i loro segreti che sperano solo di essere svelati.

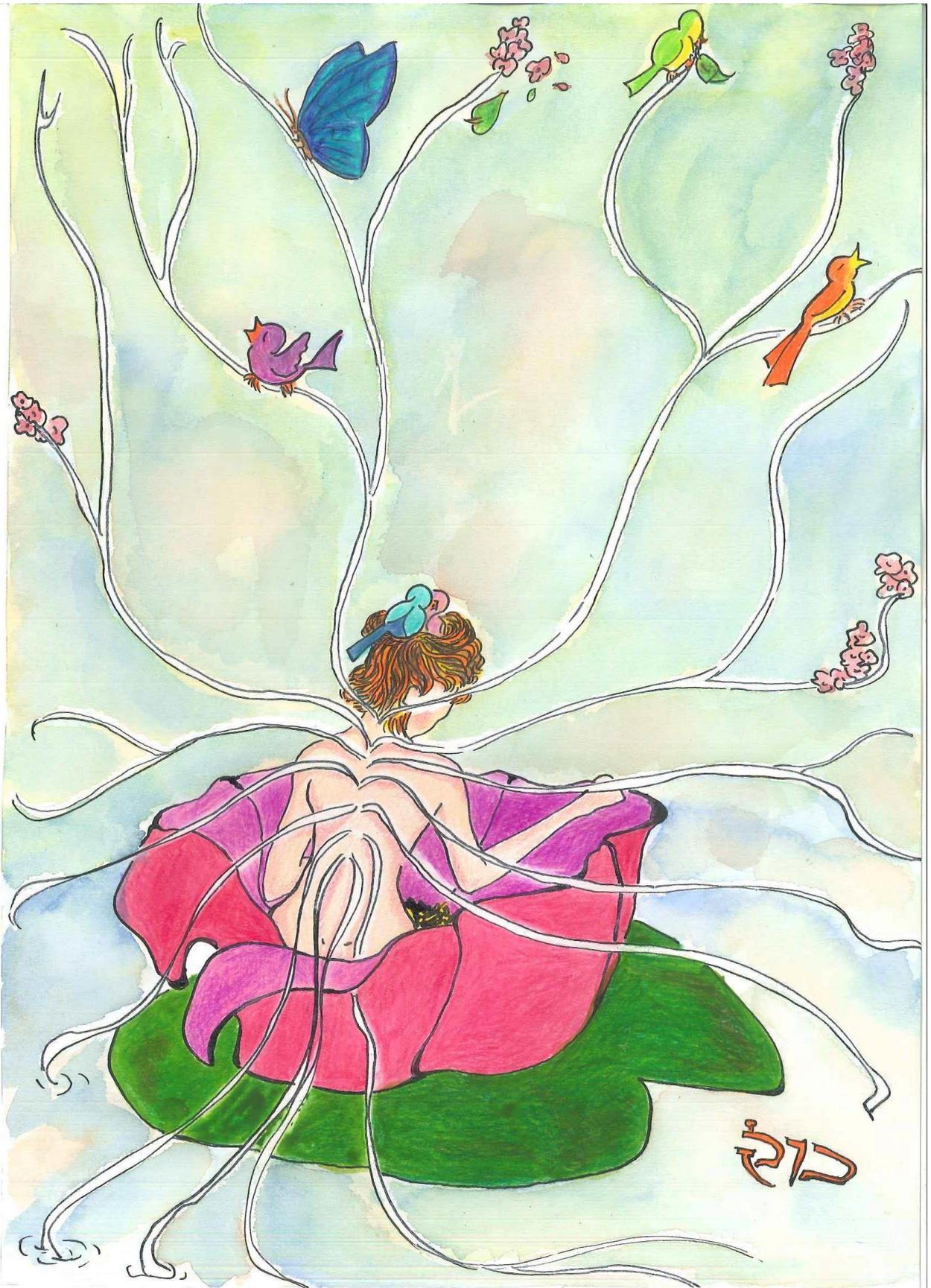


Caf Vav Kuf כ

ק | nome .35

Tav. 49

Un'energia di tenerezza e desiderio, morbida e resistente come un filo di seta che si annoda e si snoda al chiarore della luna.



Mem tzadik

resh מ צ ר nome

.60

Tav. 50

Care ave, quante voci, quante strettoie, quanto

femminile.

C'erano i silenzi, c'erano le bugie, c'erano i giudizi, c'erano le rassegnazioni.

C'erano le passioni, le cure, le risate.

C'erano le ricette e le barzellette in cucina, qualche pettegolezzo e importantissimi frammenti di libertà.

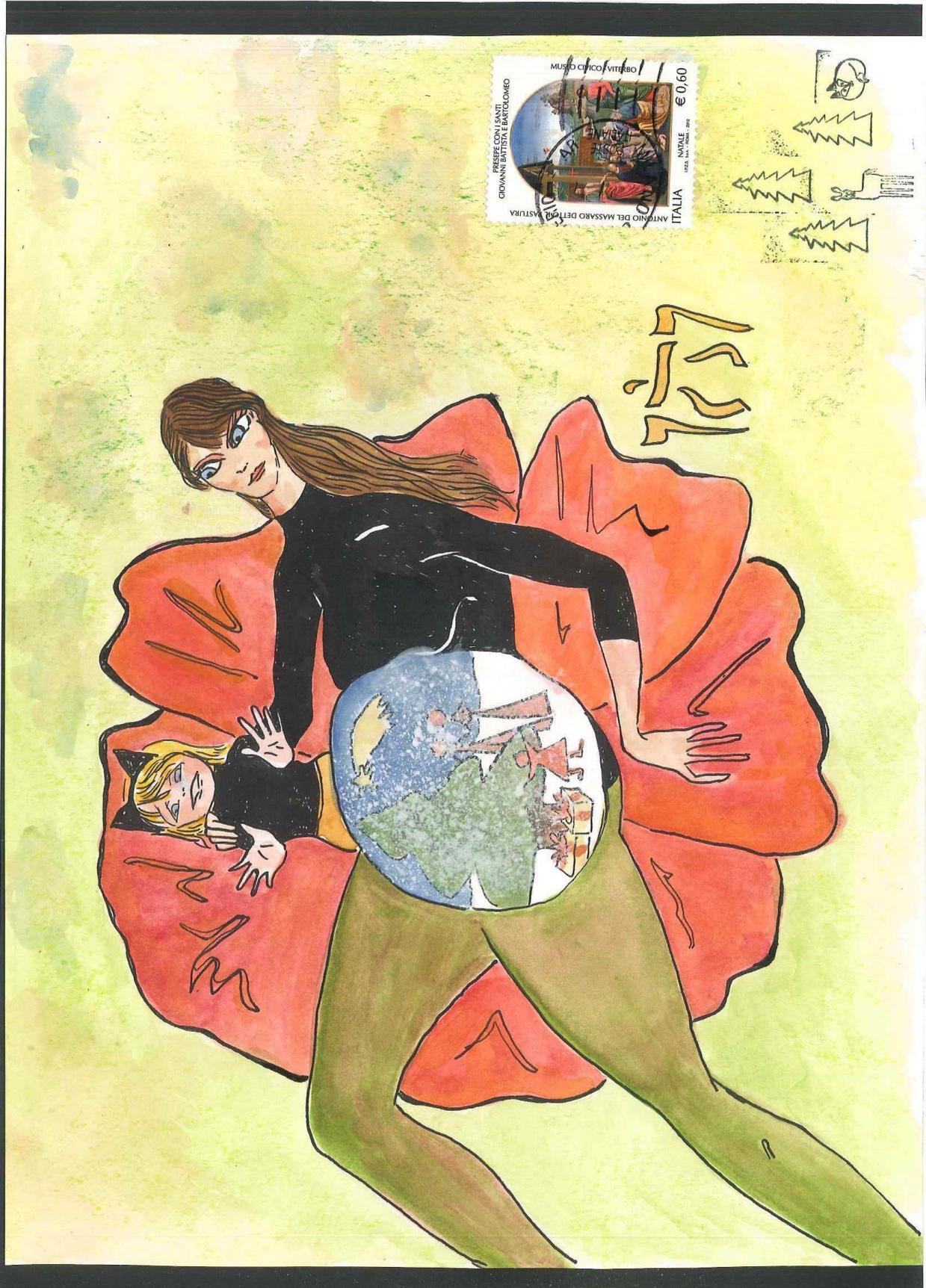


Vav he vav |

י ה nome .49

Tav. 51

Tregua... cose semplici...leggerezza... Non so bene come si fa, ma Rebecca sì. Allora guardo il suo guardare il mondo e mi riconnetto con tutto l'amore di cui sono capace.



Ayin lamed

mem ם ל ף

nome .04

Tav. 52

La mela era indigesta...

S

T

R

I

K

E

עובד



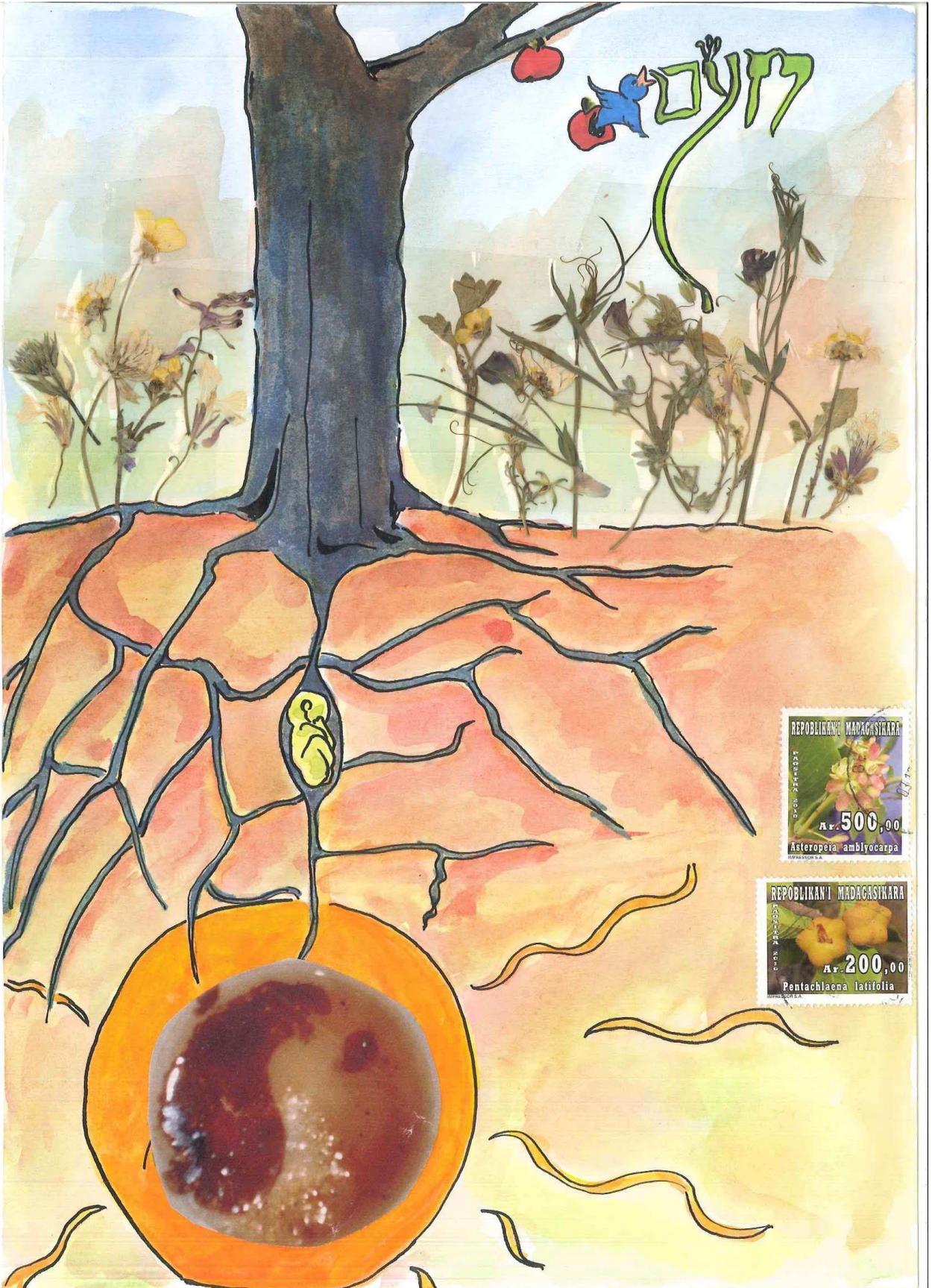
Keth ayin mem

□ ∪ II nome .38

Tav. 53

Come una bruja* ho guardato il fondo del caffè e con mio grande stupore un motivo per rinascere.

(* bruja : strega in lingua sarda)

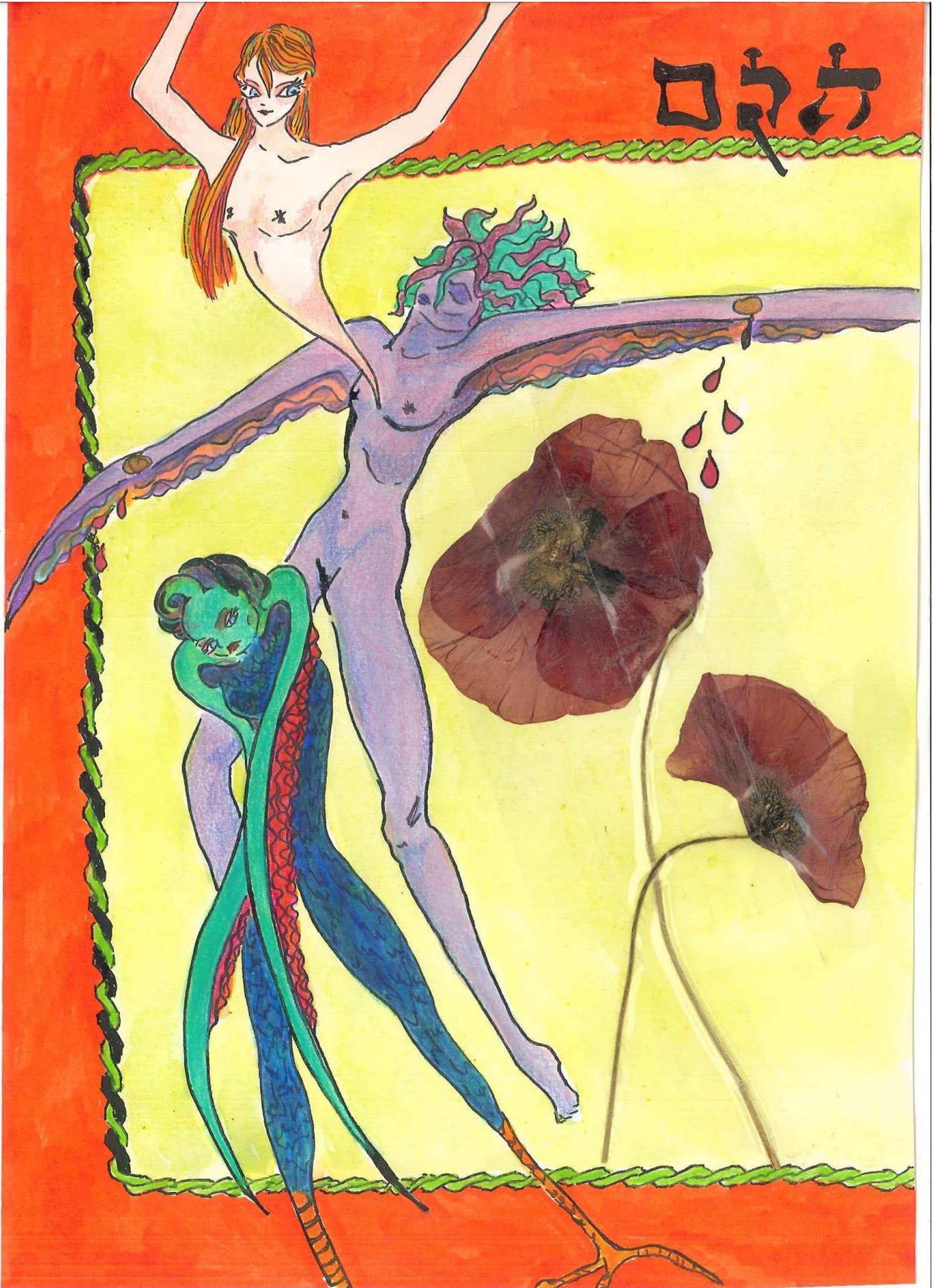


He kuf mem

ד ק ה nome .16

Tav. 54

La trasformazione ha iniziato a far vibrare le cellule.

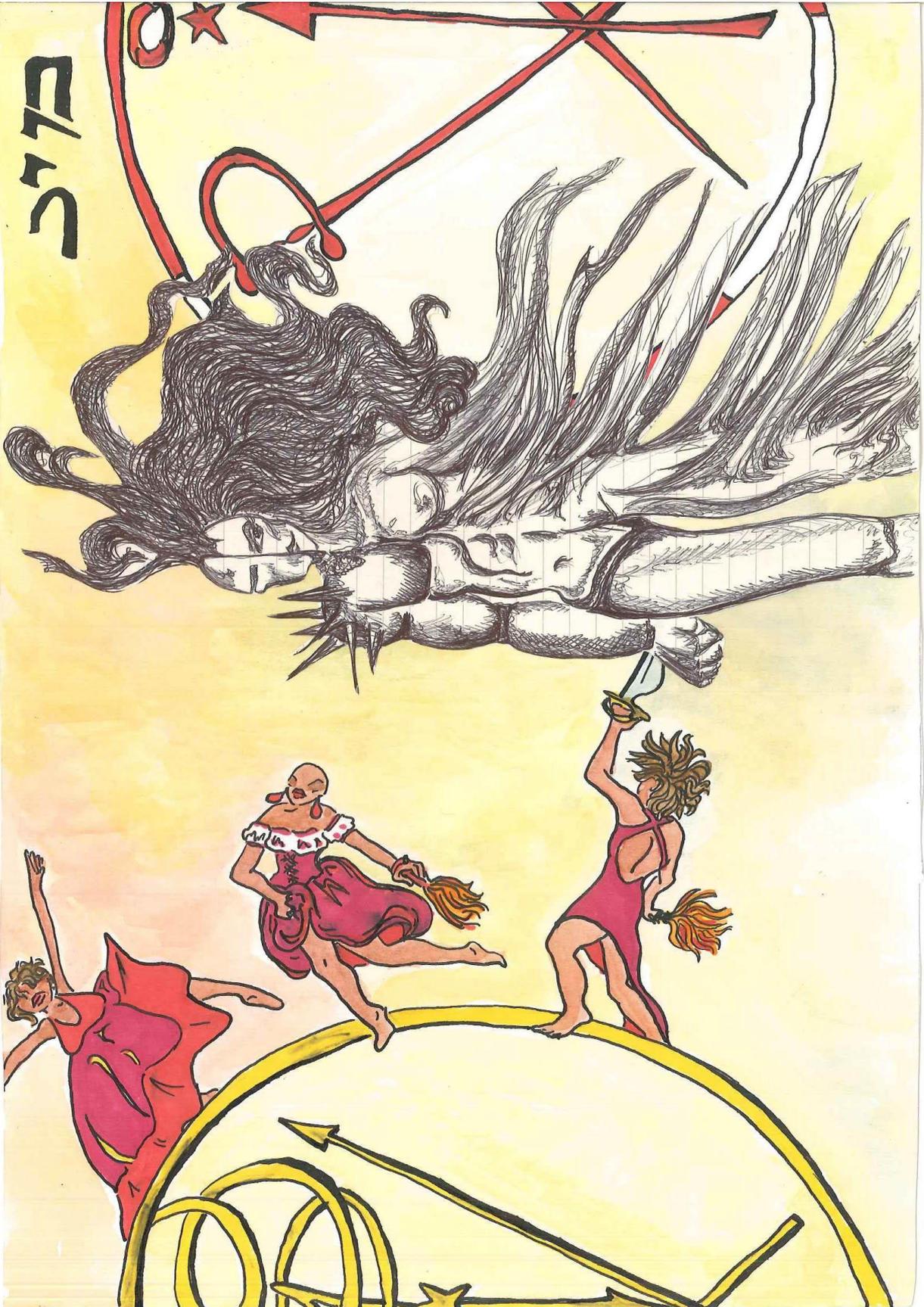


Mem yod caf

כ' מ nome .42

Tav. 55

Tenere o lasciare andare?



Shin aleph he

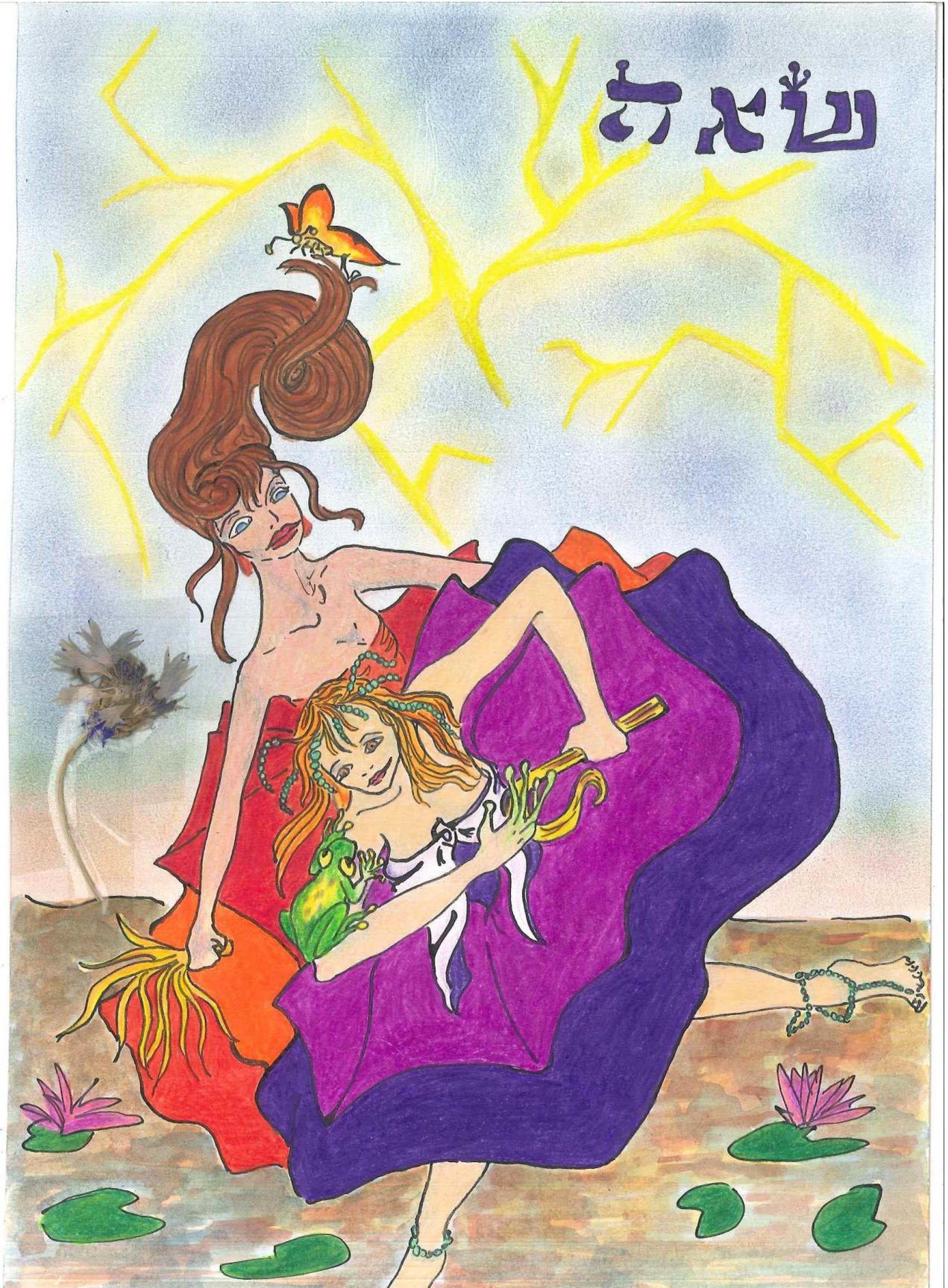
ה ש א - n o m e . 2 8

Tav. 56

Non mi resta che allontanare le mosche, mentre impavida danzi la tua danza nel fango. Usi gli ultimi respiri per comprendere ciò che sta tra la vita e la morte.

Il tuo sguardo è quello di una bambina che può plasmare una cena con la terra.

Sono le nostre ultime cene. Tu lo sai ed io non lo voglio vedere. Mi chiedi se sono pronta per questa danza. La mia risposta è no, ma seguo comunque i passi del tuo ballo.



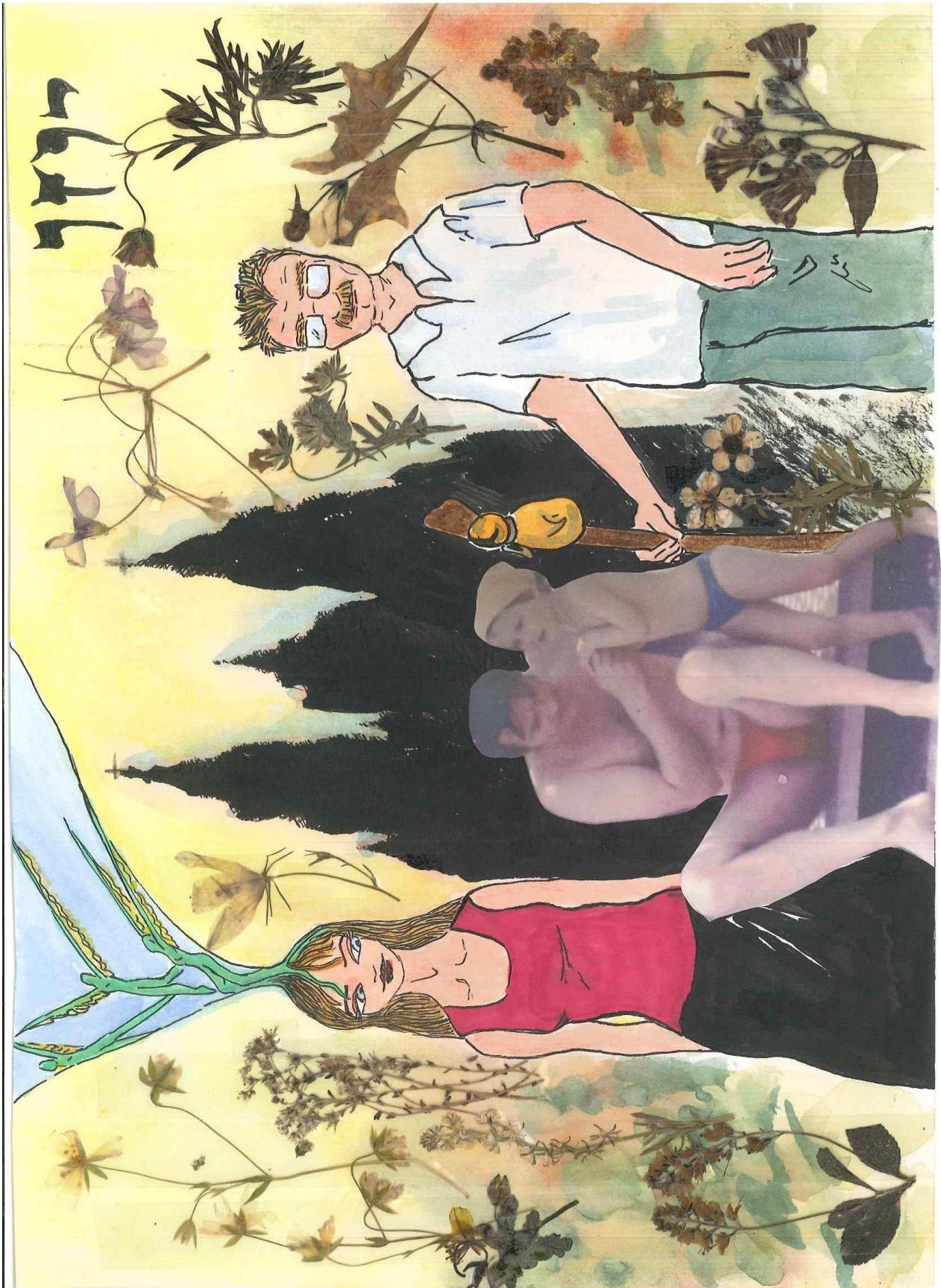
Yod keth waw

I II ' nome .33

Tav. 57

Ti ho seguito nel silenzio in ogni tappa. Hai portato il tuo peso e cercato il tuo senso. Mentre camminavi ho ripercorso la mia strada al tuo fianco ed ho finalmente compreso che mi hai dato davvero tutto : quello che avevi capito e anche tutto quello che non avevi capito.

Nel tuo cammino ho trovato la mia pace. Sono pronta a prendere il tuo testimone.



He aleph aleph

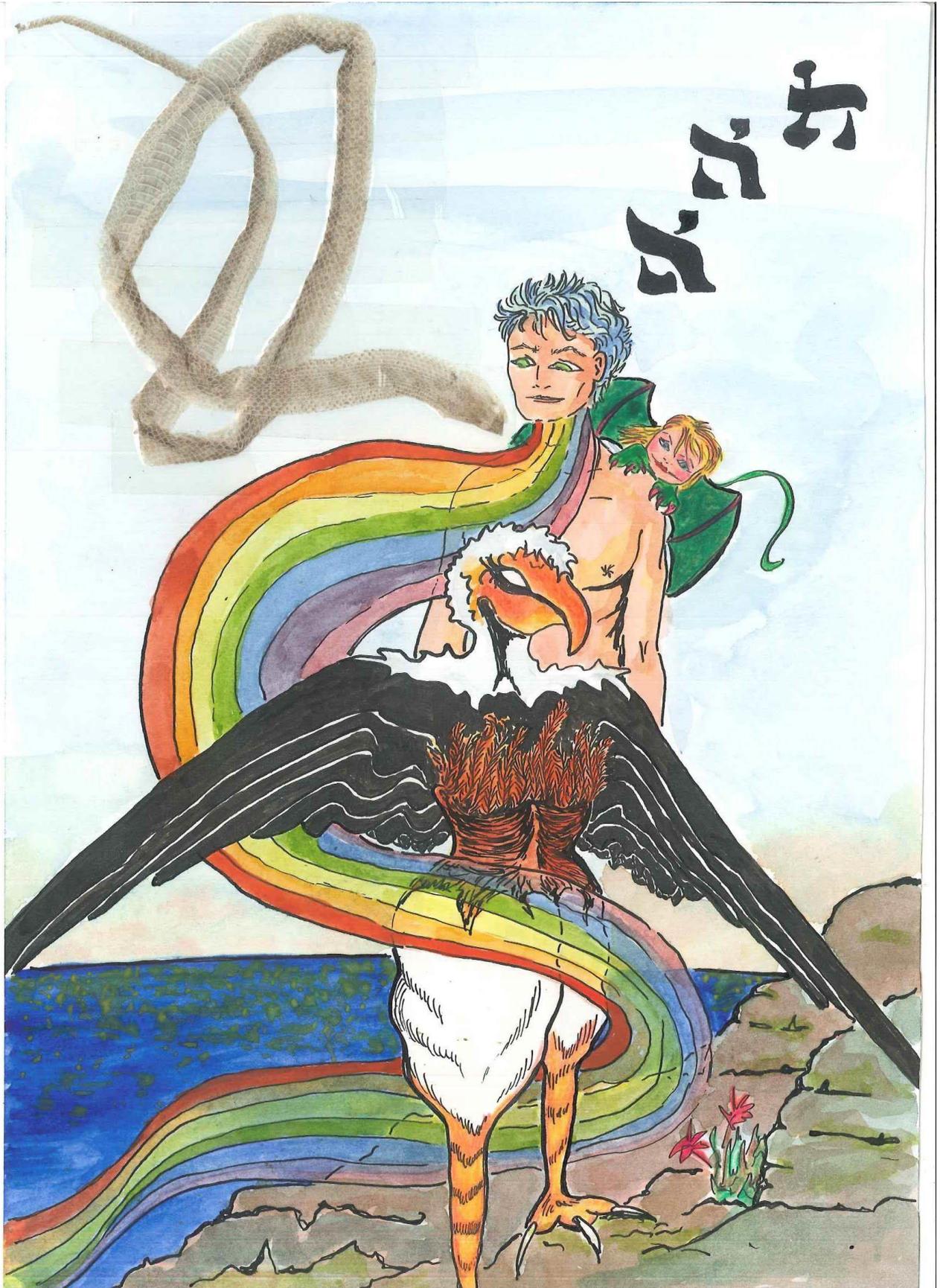
κ κ η nome .26

Tav.58

Il dubbio si chiarirà se farò la cosa giusta.

Il serpente con la sua forza vitale mi spinge verso l'ostacolo, persisto nel contatto, prendo la via e libero l'aquila. Supero l'ostacolo.

Accade qualcosa. Entro nel principio di trasformazione. Volo oltre il conosciuto e divento drago. Ora comprendo.



Samek yod teth

U ' D – nome .03

Tav. 59

A Giuditta che mi ha insegnato il miracolo dell'oltre

Oltre le bugie, la verità

Oltre l'ovvio, lo stupore

Oltre la famiglia, l'amore

Oltre la rassegnazione, la speranza

Oltre la paura, il coraggio

Oltre la rabbia, l'amicizia

Oltre la malattia, la cura

Oltre la vita, la vita



Samek aleph lamed

ל ן o nome . 45

Tav.60

Dall'oltre la cura mi attraversa.

Atotò Obaluaiè.



Nun lamed caf

כ ל ן nome .21

Tav. 61

Miracolosa danza di Omolu. Tocca le piaghe di Lazzara dal profondo.

A volte per guarire bisogna sporcarsi le mani.

Muoio.

Viaggio.

E nel viaggio mi libero dal dolore e libero gli altri dal mio dolore.

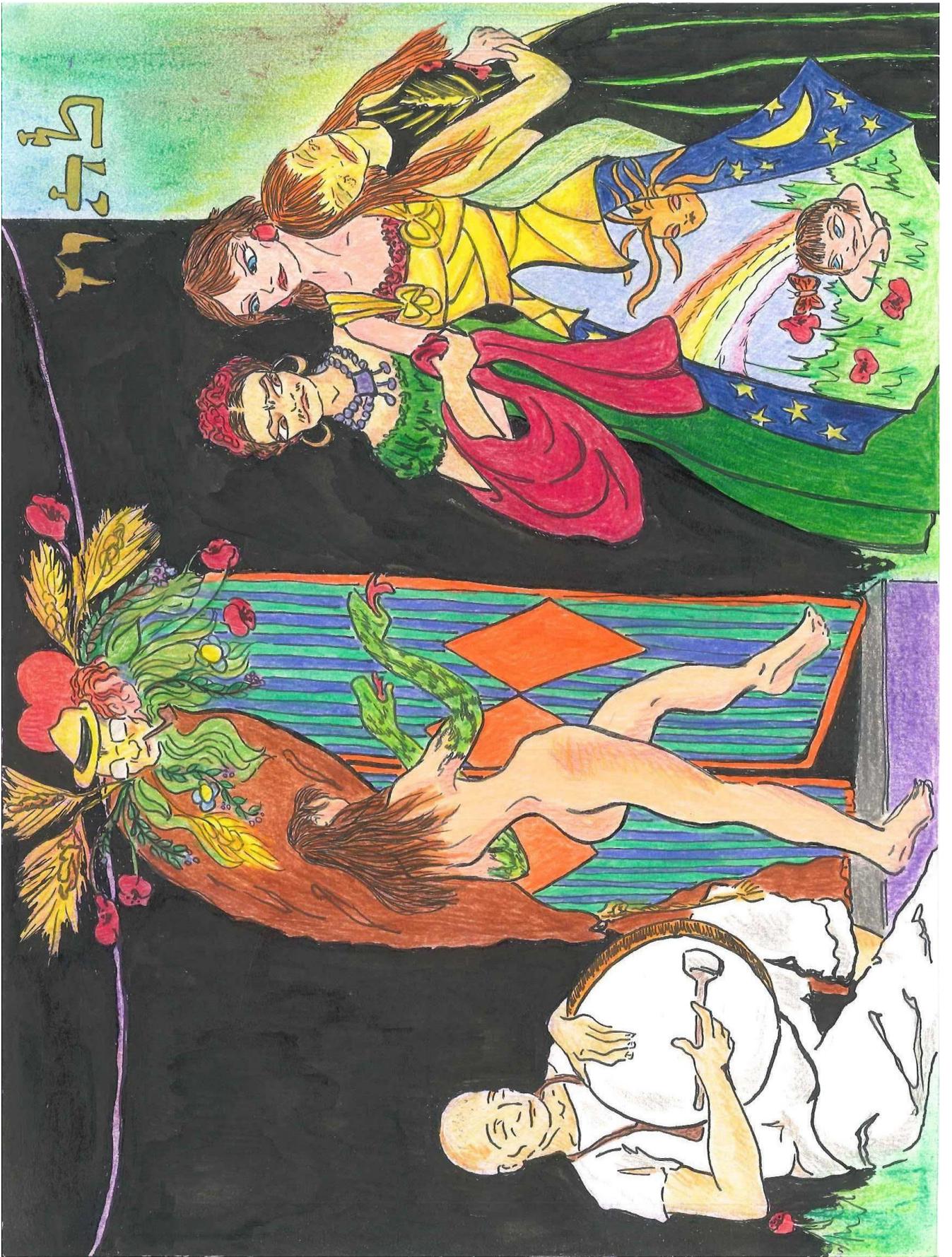


Lamed he khet

ל ה ׀ nome .34

Tav. 62

Il soffio di Oxumare dirige l'intento. Eccomi sulla soglia della narrazione. Le mie braccia mi proteggono dall'agguato delle mistificazioni. Frida e Giuditta sono con me. L'impotenza le ha piegate. Ora per me e per voi lascio espandere la forza e sono consapevole del fatto che devo imparare a proteggermi.



Resh he ayin

ע ה ד nome .39

Tav. 63

Sono andata a cercare la mia anima nella foresta senza protezione. E quando ho incontrato il lupo l'ho scambiato per un cucciolo.



Yod yod zayin

ר י י nome .40

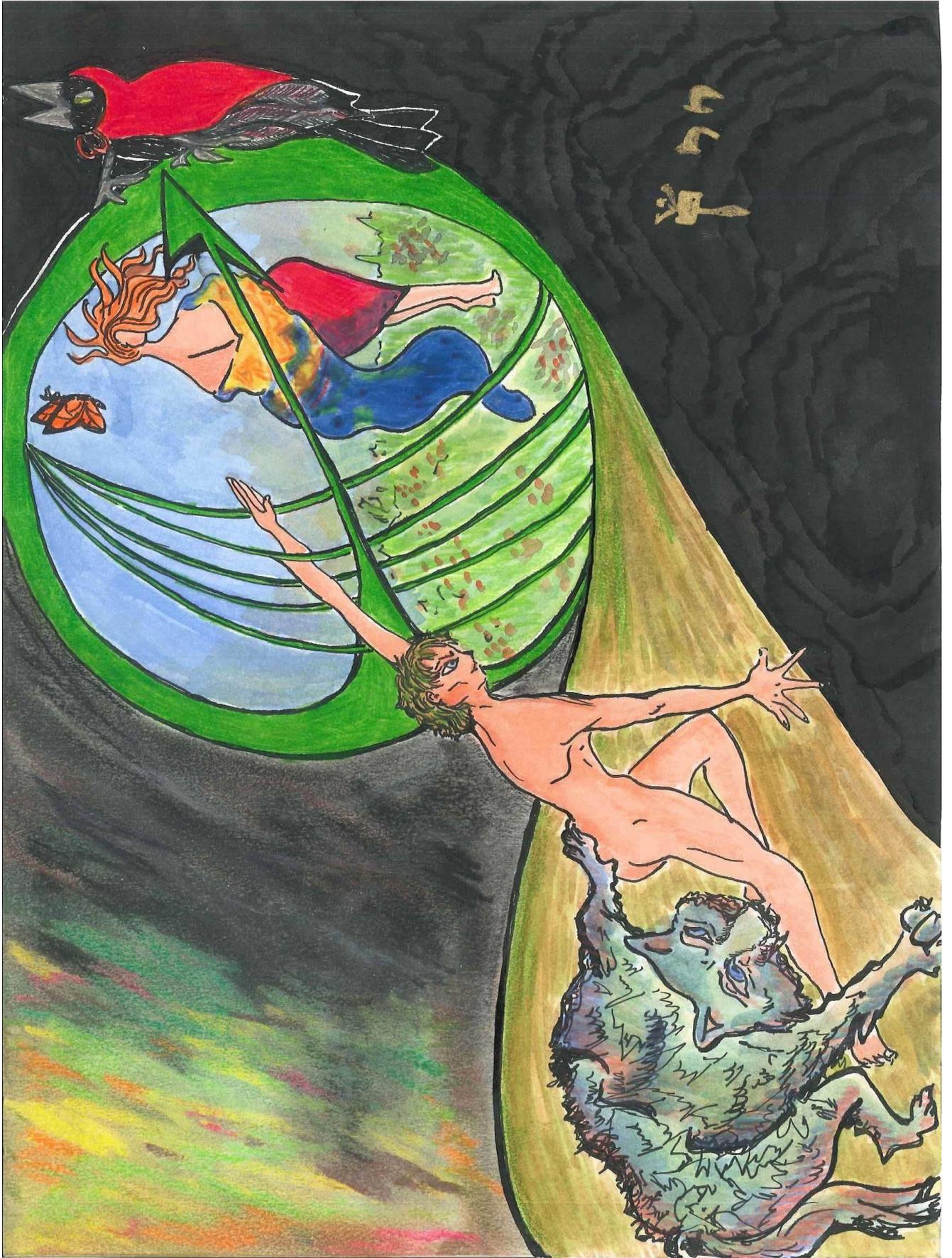
Tav. 64

Ho chiaro l'intento:

attivare l'osmosi con il confine.

Il mio egoismo vuole riaprire il canale. Ho bisogno del tuo aiuto per vedere la direzione. Cerco il centro e non trovo il senso. Vedo la foresta sempre più fitta. Desidero diventare oblio. Sono l'ombra di cappuccetto rosso. Ti vedo dall'altra parte del tunnel, di spalle. La mia mano prova ad attraversare la barriera. Il lupo diventa mio alleato e mi trascina indietro. Vivo o muoio? C'è qualcuno che mi aspetta.

Vivo.



Daled nun yod

' ʔ ʔ nome .50

Tav. 65

Do il nutrimento a quello che mi sembra piccolo e fragile e mentre sono rilassata vengo attaccata nel mio territorio. Il tuo spazio è il mio, e se vuoi morire muori, a me non interessa.

Ma io sono viva e questo è il mio posto. Il tuo distacco non mi riguarda. Il mio coraggio porta la forza della mia paura.



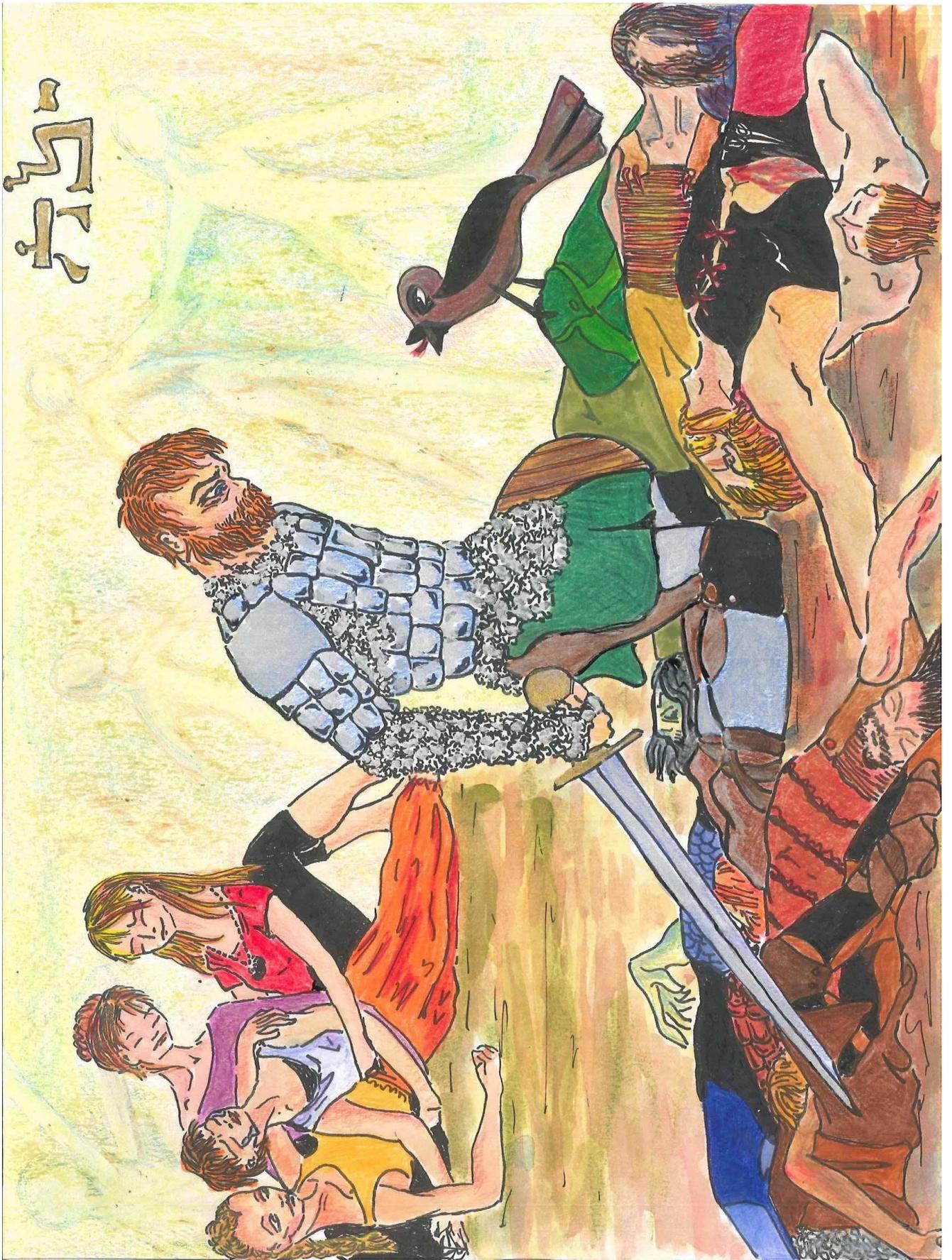
Yod lamed he

ה ל י nome .44

Tav. 66

Per sbloccare certe situazioni serve davvero tanto amore. Così sostenuta dalle sorelle sono andata a guardare nelle memorie antiche per incontrare ego, spade e bugie. La vanità che tutto ingoia per lasciare la sua impronta. Quante vite per un solo apprendimento. Chiedo perdono.

Lascio andare l'ego della colpa e chiedo perdono.



170

He resh yod ה

י . 15 nome ר

Tav. 67

Il principio di trasformazione è avviato.

Ao Boboi



Mem lamed

he ה ל ם nome

.23

Tav. 68

Porto ancora le maschere della mia terra, della mia storia. Con nuova forza cavalco tra le ombre.
Porto la stella della mente nel cuore e trovo la strada per tornare a Casa.



Yod resh thaf 'i

ת ר – nome .27

Tav. 69

Madre, Signora delle acque salate, Yemanjà, hai aperto le tue generose acque. Ho lasciato andare la pelle che mi ha protetto nell'abisso e accolgo la nuova pelle che mi permetterà di nuotare nel grande mare della coscienza.

Odojè.



Nun nun aleph

Ⲛ Ⲛ nome .53

Tav. 70

Onoro l'incontro e ringrazio il tuo tocco. Medito sulla responsabilità di tornare bambina per entrare nel Regno dei Cieli. Lo farò contemplando e incorporando le forze che mi abitano. Nella cabeca: Oxumare; nella protezione: Oxossi e nella direzione: Oxalà.

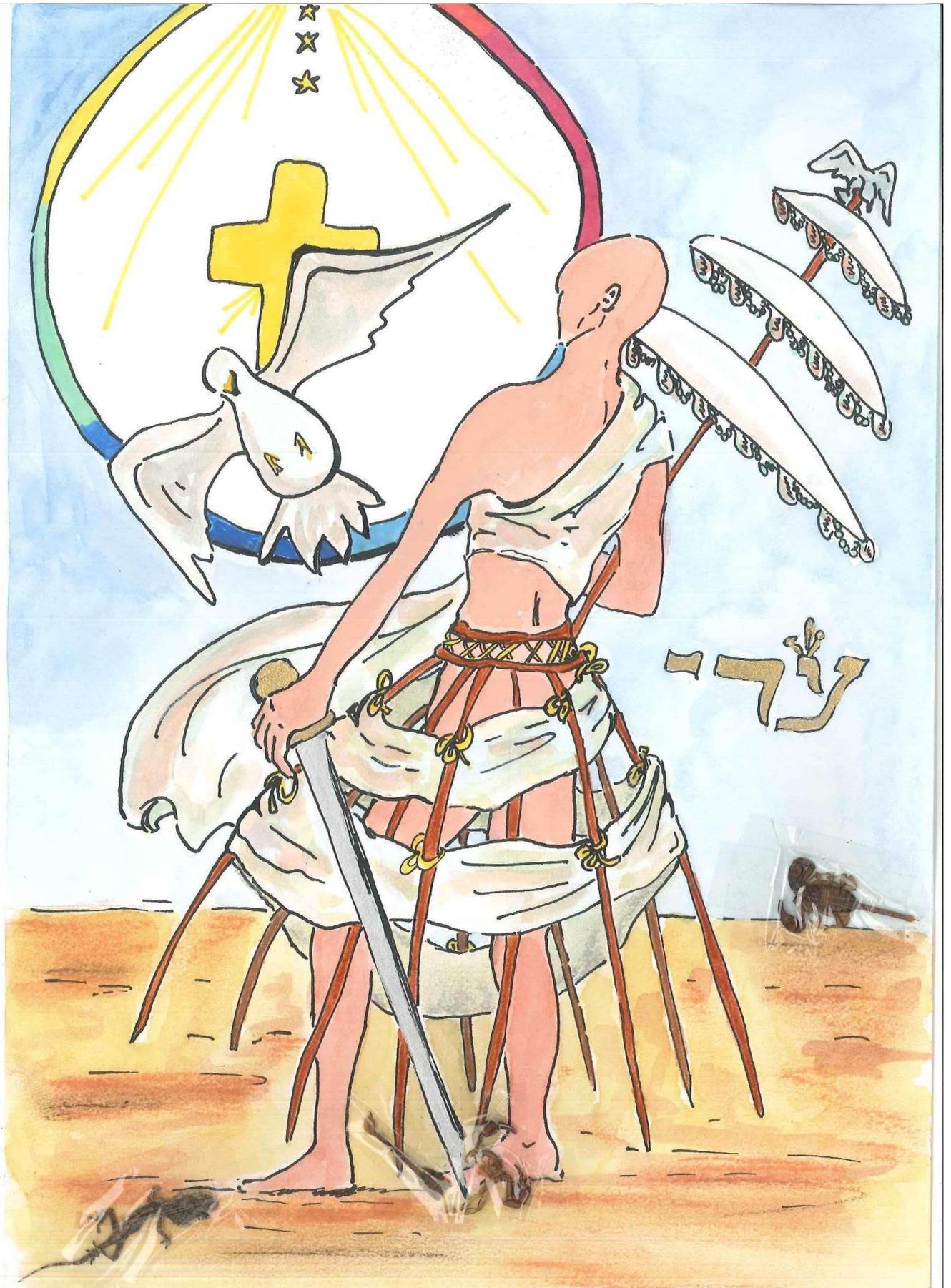


Ayin resh yod

46. nome ערי

Tav. 71

Impugno la spada del guerriero di luce per seguire la via del Padre.



Lamed kaf beth

ל כ ב nome .31

Tav. 72

Ho portato a termine l'intento. Ho chiuso un ciclo di trasformazione e son pronta ad iniziare il prossimo con nuova consapevolezza e profonda gratitudine a tutte le anime che, nel supporto e negli agguati, hanno accompagnato il mio cammino.



Conclusioni

Nasciamo a testa in giù e dal momento in cui afferriamo il dito di chi ci permette di sollevarci inizia l'ascesa. Nello sguardo della madre le prime vie d'attaccamento per entrare nell'umano e costruirci la nostra storia personale. Dal momento in cui apriamo gli occhi sul mondo...Fiat lux. Come la luce sulla scena del teatro diventiamo i creatori tracotanti del mondo. Tutto ciò che accade, nonostante la nostra testa ciondolante, la bocca senza denti, il culo cagato e l'incapacità di procacciarci il cibo, è nelle nostre mani. In base alla nostra specifica competenza di vicinanza daremo un preciso senso alla nostra esistenza.

Il primo confine lo impone il mondo in ombra dietro le quinte. Piccoli gesti attraversano i nostri occhi, ombre, traumi, segreti o intrusioni di vario tipo interrompono la storia che stiamo guardando sulla scena. Ostinati proviamo a stare nella sua continuità. Facciamo di tutto per stare inquadrati nel contesto che ci hanno raccontato e che ci siamo raccontati. La comprensione della nostra storia personale e i confini del nostro mondo sono il primo tratto di strada che siamo invitati ad osservare. I tempi dell'attaccamento, del radicamento, di Malkhut, del primo chakra. Oxumarè fa da ponte tra cielo e terra. Una volta che ci siamo appesantiti con la materia inizia il cammino per tornare eterici e ricongiungerci allo spirito.

L'invito a guardare le prime mistificazioni attraverso le storie sentimentali e amicali ci porta ad entrare in lesod, l'abisso di ciò che si muove nel profondo mare della coscienza, tra le acque salate di Yemanjà, maree governate dalle forze lunari. Tutto inizia a smuoversi dal profondo per essere scosso da moti ondosi e correnti sintoniche o disarmoniche alla via della nostra esperienza e si immette nel flusso. Nel distanziamento dell'attenzione dal mondo esterno a quello interno troviamo l'accesso alla voce dell'anima che ci parla di luci e di ombre.

E quando ci ritroviamo su qualche terra senza ricordare come ci siamo arrivati il nostro sguardo si deposita al miracolo della rinascita, la nostra prima alba, la luce di Oxalà (Tiferet) creato da Olorum (Keter), Gesù figlio di Dio, Krishna, Buddha. È l'urgenza di scoprire la natura del nostro vero sé, la spinta a compiere l'intento della nostra anima, il nostro Daimon.

La via tra lesod e Tiferet è la via del matrimonio cosmico, del grande Gesto, del matrimonio tra Iside ed Osiride, della luna con il sole, di Yemanjà con Oxalà. E quando la dualità diventa uno si entra nella via del cuore, si va oltre. Il pensiero diventa integrale, si tollera l'incertezza, si accetta la resa per morire e rinascere nel senso profondo del sé transpersonale.

L'anima supera il limite del corpo che con il pensiero, le emozioni e le sensazioni ha creato il mondo di separazione con lo spirito.

Ero ai piedi dell'albero e Lucifero, portatore di luce e conoscenza, mi ha passato il frutto. L'unico modo per entrare nel mondo del reale, e avere qualcosa in più degli angeli, il corpo, è stato assaporare il frutto, così buono...Se volevo sentire il buono dovevo accettare il cattivo, e ben presto è arrivato l'amaro sapore della colpa e il dolore del corpo. Nel diventare materia ho attivato tutta la ribellione dell'anima e mi sono opposta come ho potuto alla sofferenza.

Ho guardato Adamo nel tentativo di condividere l'esperienza, ma ha fatto eco il grande rifiuto di responsabilità... Così ho capito... Se vorrai il frutto lo chiederai e così: "*Basta! È colpa di Eva*". Nessuna colpa! Solo responsabilità. Inchino il capo e lascio andare l'ego della colpa.

Il mio corpo ha sentito tutto il carico della forza di gravità ed è stato turbato dalla grande maledizione: "*Donna, partorirai con dolore*". E proprio nel confine di ciò che era stato detto male è arrivata la grande benedizione. Nel momento in cui Rebecca è arrivata dall'oltre si è presentato l'altro Albero nel mio giardino. Le sfere dell'Albero della vita hanno iniziato a danzare svelandomi il forte senso della mia esistenza: piantare le mie radici nel nome del padre e diramare le mie strade nel nome della madre. Così in cielo così in terra. Amen.

Bibliografia

- Aivanov O. M. (2006), *I frutti dell'albero della vita*, Edizioni Prosveta
- American Psychiatric Association (2014), *Criteri diagnostici DSM-5*, Raffaello Cortina Editore
- Arieti S. (1990), *Creatività, la sintesi magica*, Il pensiero Scientifico
- Assaggioli R. (1988), *Lo sviluppo transpersonale*, Astrolabio Ubaldini
- Assaggioli R. (1993), *Psicosintesi-armonia della vita*, Astrolabio Ubaldini
- Bandler R., Grinder J. (1981), *La struttura della magia*, Casa Editrice Astrolabio
- Bara B.G. (1996), *Manuale di psicoterapia cognitiva*, Bollati Boringhieri
- Bara B.G. (2007), *Dinamica del cambiamento e del non cambiamento*, Bollati Boringhieri
- Bateson F. (1976), *Verso un'ecologia della mente*, Adelphi
- Bateson F. (1992), *Dove gli angeli esitano*, Adelphi
- Brennan B. (1992), *Mani di luce*, Longanesi
- Brennan B. (1996), *Luce emergente*, Longanesi
- Brennan B. (2018), *Light healing*, My Life
- Bottaccioli F. (2000), *Psiconeuroimmunologia (PNEI)*, Ed. Red
- Bowlby J. (1980), *Attaccamento e perdita: vol I- l'attaccamento alla madre; vol II- La separazione dalla madre; Vol III- La perdita della madre*, Boringhieri
- Bowlby J. (1979), *Costruzione e rottura dei legami affettivi*, Raffaello Cortina Editore
- Capra F. (1982), *Il tao della fisica*, Adelphi
- Castaneda C. (1970), *A scuola dallo stregone*, Astrolabio
- Castaneda C. (1973), *Viaggio a Ixtlan*, Astrolabio

- Castaneda C. (1975), *L'isola del Tonal*, Rizzoli
- Castaneda C. (1992), *Il fuoco dal profondo*, Rizzoli
- Dyer W. (2011), *il cambiamento*, Piemme
- Dyer W. (2012), *le vostre zone erronee*, BUR
- Dyer W. (2014), *Cosa volete davvero per i vostri figli*, Corbaccio
- De Mari S. (2007), *Il drago come realtà*, Salani editore
- Del Castello E., La Manna M., Lorigo C. (1987), *Seminari di ipnosi – l'insegnamento ericksoniano di Jeffrey Zeig*, casa editrice l'Antologia Napoli
- Del Castello E., Lorigo C. (2005), *Tecniche dirette ed indirette in ipnosi e psicoterapia*, Franco Angeli
- Eliade M. (1974), *Lo sciamanesimo e le tecniche dell'estasi*, Mediterranee
- Erickson M. (1978), *Le nuove vie dell'ipnosi*, Astrolabio Ubaldini
- Erickson M., Rossi E.L., Rossi S.I. (1979), *Tecniche di suggestione ipnotica*, Casa Editrice Astrolabio
- Erickson M., Rossi E. (1982), *Ipnoterapia*, Casa Editrice Astrolabio
- Erickson M. (1983), *La mia voce ti accompagnerà*, Astrolabio Ubaldini
- Erickson M. (1983), *Opere vol I-II-III*, Casa Editrice Astrolabio
- Erickson M., Rossi E. (1985), *L'esperienza dell'ipnosi*, Casa Editrice Astrolabio
- Facco E. (2010), *Esperienze di premorte*, Edizioni Altravista
- Facco E. (2014), *Meditazione e ipnosi*, Edizioni Altravista
- Facco E. (2018), *L'enigma della coscienza*, Mondadori
- Gallese V. (2006), La molteplicità condivisa. Dai neuroni mirror all'intersoggettività. In S. Mistura (Ed.), *Autismo. L'umanità nascosta.*, Einaudi editore
- Gallese V. (2003), *La molteplice natura delle relazioni interpersonali. La ricerca di un comune meccanismo neuro fisiologico*, Networks 1, 24-47

- Gallese V., Goldman A. (1998), *Mirror neurons and simulation theory of mind reading*, *Trends in cognitive science* 12, pp 493-501
- Gallese V., Fadiga L., Fogassi L., Rizzolatti G. (1996), *Action recognition in the premotor cortex*, *Brain*, 119, 593-609
- Gessa G.L. (1999), *Arte creatività e droga*, *Medicina delle tossicodipendenze*, 24, 3-4
- Goleman D. (1995), *Intelligenza emotiva e sogno*, Rizzoli
- Goleman D. (1999), *Lo spirito creativo*, Rizzoli
- Grof S. (1997), *Oltre il cervello*, Ed. Cittadella
- Grof S. (2007), *L'ultimo viaggio*, Feltrinelli
- Guidano V. (2007), *Psicoterapia cognitiva post-razionalista*, textbook, Franco Angeli
- Guidano V. (1988), *Il sé nel suo divenire*, Bollati Boringhieri
- Guidano V. (1992), *La complessità del sé*, Bollati Boringhieri
- Haziël (1999), *I poteri dell'angelo custode*, Oscar Mondadori
- Hillman J. (1996), *Il codice dell'anima*, Gli Adelphi
- Jasper K. (1949), *Genio e follia*, Cortina Editore
- Jodorowsky A. (1997), *Psicomagia. Una terapia panica*, Feltrinelli
- Jowdorosky A. (2004), *La danza della realtà*, Feltrinelli
- Jowdorosky A. (2005), *La via dei tarocchi*, Feltrinelli
- Jowdorosky A. (2012), *Metagenealogia*, Feltrinelli
- Jowdorosky C. (2007), *Il collare della tigre*, Tea
- Jung C.G. (1969), *Tipi psicologici*, Boringhieri
- Jung C.G. (2012), *Il Libro rosso*, Bollati Boringhieri
- Khout H. (1971), *Narcisismo e analisi del sé*, Boringhieri

- Lao-Tze (2012), *Il libro della saggezza*, Baldini Castoldi Dalai editore
- Lambruschi F. (2004), *Psicoterapia cognitiva dell'età evolutiva*, Bollati Boringhieri
- Lattuada P.L. (1989), *Sciamanesimo brasiliano*, Anima Edizioni
- Lattuada P.L. (2004), *Oltre la mente*, Franco Angeli
- Lattuada P.L. (2007), *Il corpo del sogno*, Anima Edizioni
- Lattuada P.L. (2008), *L'arte medica della guarigione interiore*, Franco Angeli
- Lattuada P.L. (2012), *Biotransenergetica*, ITI Edizioni
- Lattuada P.L. (2013), *Il modo Ulteriore*, ITI Edizioni
- Lattuada P.L. (2014), *Sei un genio*, ITI Edizioni
- Lattuada P.L. (2016), *Il Grande Gesto*, ITI Edizioni
- Lattuada P.L. (2017), *Sotto stelle diverse*, ITI Edizioni
- Liotti G(2002)., *Le opere della coscienza*, Raffaello Cortina ed.
- Manca A.D. (1999), *La donna delle sette fonti*, Condaghes
- Maslow A. (1962), *Verso una psicologia dell'essere*, Astrolabio Ubaldini
- Miller J. (2017), *Guarire l'anima occidentale*, ITI Edizioni
- Mindel A. (2000), *Il corpo della sciamana*, Edizioni il cerchio della luna
- Ouspensky P.D. (1974), *La quarta via*, Astrolabio Ubaldini
- Ouspensky P.D. (1976), *Frammenti di un insegnamento sconosciuto*, Astrolabio Ubaldini
- Pani L. (1999), *I circuiti della creatività*, Medicina delle tossicodipendenze, 24, 5-8
- Pinkola Estess C. (1992), *Donne che corrono coi lupi*, Frassinelli
- Rezzonico G. Liccione D. (2004), *Sogni e psicoterapia*, Bollati Boringhieri
- Rol G.A. (2000), *Io sono la grondaia*, Giunti

- Rudas N. (1999), *L'interazione arcana. Alla radice della creatività dei sardi.*, Quaderni Bolotanesi, 25, 13-44.
- Rudas N. (1997), *L'isola dei coralli*, La Nuova Italia Scientifica
- Schutzenberg A.A. (2012), *La sindrome degli antenati*, DR
- Sibaldi I. (2007), *Il libro degli angeli*, Frassinelli
- Sicuteri R. (1980), *Lilith la luna nera*, Casa editrice Astrolabio
- Stern D.N. (1985), *The impersonal world of the infant*, London, Karnac Books
- Stahl, M.S. (2002), *Psicofarmacologia essenziale*, Centro scientifico editore
- Tomati C. (2002), *Il cerchio che cura*, edito in proprio
- Tondo L. (1999), *Il pensiero creativo*, Medicina delle tossicodipendenze, 24, 9-11
- Yehuda B. (2006), *La Kabbalah e i 72 nomi di Dio*, Tea
- Zambotti L. (2017), *Sulle ali dello sciamanesimo*, Tecniche Nuove

Sitografia

I siti riportati di seguito sono stati consultati tra Gennaio e Maggio 2018

[http:// www.swif.uniba.it/lei/ai/networks/](http://www.swif.uniba.it/lei/ai/networks/)

<http://www.visionealchemica.com/lalbero-della-vita/#Wxfggle0yZSYyKEx.99>

<http://www.umbandaitalia.com/orixas.html>

http://wiki.deldebbio.com.br/index.php?title=Os_Orix%C3%A1seaKabbalah%E2%80%933parte_2

