

Associazione Culturale
“Sei Altrove”
Via della Busa, 12
35037 Luvigliano di Torreglia (Pd)
Scuola Olistica
“Accademagia”



*“LA REALTA’
ATTRAVERSO I SOGNI”*

Relatore: HERMES

*Studentessa: Melania Comis
Matricola: SA-08*



Scuola Accreditata S.I.A.F. SC 17/09 Anno 2015/16

Espressione d'amore come tu sei
Espressione d'amore come tu sei
Onirico infante eroe e prodigio
Foriero di doni
Onirico infante Altrove tu sei
Onirico infante ti chiamerei
Onirico infante Vedo chi sei
Vedo chi sei

Yapos

“Tutti i ricordi di viaggi, persone, ambienti che ho frequentati sono impalliditi di fronte alle mie vicende interiori...”

Carl Gustav Jung

Questo scritto è la sintesi del percorso personale, finora compiuto. La realtà che viviamo si modifica costantemente, riflettendo acquisizioni e stati d'animo e seguendo l'evoluzione della coscienza e la crescente consapevolezza di sé. Ciò accade di fatto anche nel sogno, dove consciamente o inconsciamente, andiamo oltre l'immagine che abbiamo di noi stessi, o meglio dell'identificazione nei molteplici “io limitanti” che spesso viviamo. Sognare e vivere sono parte integrante dello stesso viaggio.

Appunti di viaggio

Giugno 2015 - tratto da appunti personali -

“Io mi sento persa... persa nel vero senso della parola... non bastano quattro mura un tetto, non basta avere nome e cognome, non bastano nemmeno due figlie a dirmi che questo posto dove sto adesso, dove vivo è casa... non faccio ciò che dovrei e nemmeno ciò che desidererei... a volte vorrei sparire... non è possibile che la vita diventi così... non ho più sogni, li ho esauriti tutti e non sogno più nemmeno quando dormo.”

Vivo un ‘capitombolo esistenziale’, in termini medici una depressione, uno stato di chiusura totale in me stessa che da un lato mi isola (e protegge) dal resto del mondo, dall’altro mi intima insistentemente di rispondere ad una grande domanda...

CHI SONO IO?

Un amica mi parla di Altreve, un’associazione che propone incontri di Teosintesi, un metodo innovativo e intuitivo che conduce ad una rinnovata armonia, attraverso il progressivo riconoscimento dei propri autolimitanti schemi interiori e alla successiva riconciliazione con ogni parte di sé. Ho un nome Hermes e un numero di telefono, non mi resta altro che comporlo sulla tastiera del cellulare e ascoltare cosa propone, è l’inizio del viaggio e non un viaggio qualunque ma l’unico che possa ricondurmi a ‘casa’.

Baluardi ignoranti

Limitano sguardi

Volti nell’ombra

In cerca di luce

Hermes

Il Viaggio

Discendi dall'alto vestita di Luce

Un gioco sublime ti accingi a esperire

Tappe intermedie in mondi e reami, ti inducono a spogliarti man mano

Da Forza-Coscienza, a Idea Divina e ancora più giù in Mente Comune

Discendi nella Vita

E' distorto il tuo Scopo, oscurato il tuo Fine

Ancora più in fondo la Menzogna ti accoglie, ti scindi e dividi nel potere del "Voglio"

Ancora sottile vibri ora lenta, discendi comunque nel buio subcosciente

Qui falsa è la Via, un vano riflesso, di te rimane involuto e sopito

Il viaggio intrapreso è ancora da finire

Il gioco continua, la partita anela a finire

La Vita sospinge, ella desidera un vestito, ti spinge nel denso ad animare la forma

Un'oscura incoscienza ti apre qui la via, sei ora solo l'ombra del pensiero divino

Il gioco è finito?

Un barlume di luce traspare nel buio, una promessa antica si muove ed aspira

La Divina Coscienza condensata nella forma, seppur divisa, aspira alla risalita

Hermes



Luglio 2016

Inizio a frequentare il gruppo di lavoro di Altrove.

Gli incontri di Teosintesi, sviluppati durante il mese di giugno, gettano luce sulle limitazioni imposte dall'ego (carattere e personalità).

L'ego

All'inizio non c'è niente, che è tutto. Poi emerge un primo stadio di Coscienza, un barlume e *poff!* Nascono le cellule e la forma - mente cellulare o mente oscura - con in nuce un istinto già rivolto alla Vita - mente fisica.

All'inizio non c'era niente, che era tutto. Poi la sensazione, la percezione e infine il desiderio sviluppano un nuovo centro di Coscienza – mente nervosa e sensoriale. Una mente, una coscienza sensibile che riesce a sperare ciò che le fa bene e le fa male, ciò che le serve da ciò che le nuoce. Qui ha luogo la genesi di cosa è buono o cattivo (che nella futura mentalizzazione delle e dei sentimenti darà vita al senso della morale). Nasce dunque il conflitto, integrato ed espresso nella biologia dagli organi di senso: un io che spesso dice *io sento, mi piace o non mi piace*. Un io che integrato a livello cellulare inizia a memorizzare esperienze, risposte, aggiustamenti, ripristini, in miliardi di esperienze di perfezionamento. Da questa genesi si origina un sentimento profondo di ignoranza che nel sperare cosa serve o cosa non serve, tra l'altro sviluppa come risposta e aggiustamento, quello che oggi definiamo la malattia. La malattia è pertanto una risposta genetica ad un conflitto, è un modo di sollecitazione e risposta soggettivo alle informazioni memorizzate per contrastare una disarmonia: la malattia è in sintesi una risposta programmata. Si potrebbe persino dire che la malattia nasce dal desiderio. Se si accetta che la malattia fisica, emotiva e mentale è programmata ed è inserita nel codice psicogenealogico, il naturale rimedio diviene una presa d'atto.

Subentra una comprensione, un'accettazione che dietro la malattia ci sia una trasmissione psicobiologia che viene trasmessa ad ogni passaggio generazionale.

L'ignoranza il risentito, il dolore mai elaborato o irrisolto in una negazione mantiene in essere questa trasmissione in una meccanica negazione della Realtà di adesso. La realtà di ciò che è ora mantenendo nella meccanicità della ripetizione cellulare, nell'abitudine, un'informazione che forse ci ritrasmettiamo da millenni. La malattia, è figlia primogenita dell'ignoranza. Dietro il risentito psicobiologico dunque c'è una memoria familiare che e Coscienti possiamo iniziare ad affermare che niente di tutto ciò ci appartiene davvero e ancor meno in questa vita. Possiamo dire che tutti i fenomeni della vita quotidiana non sono altro che un'abitudine all'illusione e che la quasi totalità di ciò che crediamo di essere è un insieme di vite ed esperienze che sommandosi hanno generato la nostra sintesi...

Son fatto di atomi similmente a tutte le cose, a tutte le forme, ma il Vero Corpo, la Pura Coscienza di Essenza si nasconde sotto la scorza delle forme.

... Mi risveglio qui, si qui, e sono Libertà Pura...

La mente cellulare, la psicobiologia, nell'assimilazione consapevole, permette di prendere Coscienza del fatto che la sorgente delle nostre sofferenze deriva principalmente dall'attaccamento alle emozioni, che generano costantemente umori e stati d'animo negativi. Per disfarsi di questi pensieri ci si può focalizzare sui propri limiti, sulle difficoltà, sulle proprie negazioni assolutiste, sul proprio irrisolto quindi, che è si illusione, ma che compreso è il solo vero rimedio che ci conduce al centro. Queste avversità, queste Forze contrarie, avverse, quest'ignoranza che genera suggestioni, altro non è che il limite che scegliamo di superare nell'attimo che arriviamo ad incarnarci per sperimentare l'individuale ESPERIENZA, che è poi l'Esperienza della Coscienza.

Le definizioni di ego sono differenti a seconda dei punti di vista.

I filosofi lo definiscono come un "io" senza coscienza. Il punto di vista psicoanalitico è che l'ego è il centro della realtà percepita dall'individuo e, a livello spirituale, l'ego è la falsa rappresentazione che un individuo si fa di se stesso. Questa confusione tra personalità egotica e originale, è un'illusione che ci incatena alle nostre sofferenze. L'ego centrale, cioè unificato nel centro del cuore, è il sentimento di esistere come individuo indipendente...

... Questo “io” senza coscienza deve divenire un “Io Cosciente”, dal momento che gli irrisolti dei miei avi non mi appartengono e lo stesso risentito di questa vita non mi appartiene.

Quest’ultimo non è altro che illusione perché non deriva dalla mia essenza ma da un ordine genealogico familiare.

“Chi sono io?” ... è forse più esatto chiedersi “Chi siamo noi?”...

(tratto da “Sulle orme della vita”)

Progressivamente riconosco il cumulo di falsità e menzogne attraverso le quali attuo il necessario adattamento al mio personale ambiente familiare e sociale. Mi riconosco di fatto in una sorta di risposta ormai automatica agli stimoli ambientali.

Credo di poter decidere, credo di amare, credo di conoscere bene me stessa e le persone che mi circondano, ma l’orizzonte in cui viviamo è di fatto un assassino giornaliero di anime.

‘Soffocati dall’indigenza della natura umana, noi aspiriamo alla conoscenza che sa davvero, al potere che davvero può, all’amore che davvero ama.’ (Mère 24.4.1964)

Lo stato di sonno è il riflesso dello stato di veglia, quindi anche i sogni che faccio in questo periodo, raccontano semplicemente le difficoltà e i disagi interiori che vivo.

Alcuni esempi:

- ❖ Sempre più spesso mi sveglio con la mente come in un vortice. Ancora pietre di cui non ricordo gran che se non che quando le trovo sto bene... e poi case che non sono la mia e corridoi lunghissimi. In una di queste case mia sorella e mio marito... erano felici loro, ma io cerco qualcosa che non c’è. Poi acqua anche dentro le case, c’era anche dove non si vedeva. La sentivo attraverso le pietre, una di queste pietre aveva dei segni di un colore turchese leggermente scrostato, era bella grandissima attraente ma non sono riuscita a guardarla bene... non

importa... so che c'è. Sono le case e i posti che non trovo a farmi svegliare triste e con una gran voglia di piangere.

- ❖ Ho chiesto al mio cuore chi sono e mi sono addormentata con questo pensiero.. Sogno due cose... io della stessa dimensione di un filo d'erba... anzi proprio il filo d'erba, le radici nella terra, sento il vento... è bellissimo. Poi case, ancora case, alcune vuote alcune vecchie, alcune credo di ricordarle altre sconosciute. Ci sono persone che me le mostrano e mi dicono che devo scegliere, ma io non posso decidere perché tra queste non c'è una casa dove vorrei stare. In ognuna di esse mi affaccio per vedere fuori come se mancasse aria e ne fuori ne dentro c'è quello che cerco.

- ❖ Altro sogno, io dentro una casa, la prima casa tra quelle che ho sognato che vedo piena di cose, oggetti, mobili, persone, c'è di tutto e fuori un fiume in piena che sale sempre più vicino alle finestre da cui guardo. E' un fiume di fango che travolge ogni cosa artificiale, macchine soprattutto e oggetti, ma non ci sono alberi o rami come capita comunemente nella realtà. Tutti si agitano... io aspetto e ho paura.

I dialoghi con Hermes e l'ascolto della sua visione più ampia e vera sulle dinamiche interiori, mi guidano verso una conoscenza sempre più profonda e reale di me stessa.

Avverto progressivamente un nuovo e crescente equilibrio, la realtà che vivo lentamente si trasforma e ri-scopro in me una capacità di sognare del tutto dimenticata. Le 'case' visitate nei sogni precedenti, lasciano il posto a sogni sempre più complessi e interessanti dal punto di vista dell'analisi di ciò che esprimono.

Alcuni sembrano reali ricordi del passato o di esperienze davvero vissute. In breve inizio a ricordare e a raccontare i miei sogni esattamente come ricorderei o racconterei di un episodio, di un giorno o di un viaggio fatto concretamente in questa vita e con questo corpo.

- ❖ Sogno... sono davanti ad una tavola di pietra sulla quale sono disposti dei segni a semicerchio... una scritta che non capisco... poi una voce antica dice: “Vivrai fino alla fine per vedere di cosa sei fatta. Questa è la tua ultima vita...”
- ❖ ... un uomo alto magro vestito in modo quasi tribale e dei bracciali rossi sulle braccia, dei cerchi, con una massa enorme di capelli nerissimi, senza occhi senza naso, solo una bocca enorme che tiene spalancata con dei denti aguzzi... si agita è arrabbiatissimo, impreca, non capisco una parola mi fa paura. Inizia a rimpicciolirsi velocissimamente e più si fa piccolo più urla e minaccia... le braccia lungo ai fianchi, immobile con la sua bocca sproporzionata e dice una cosa: 'sono rinchiuso qui in un idiota di essere umano' ... sparisce nella piega tra muro e pavimento come se venisse risucchiato, e nell'attimo stesso in cui scompare mi esplose qualcosa nello stomaco, un'emozione fortissima che si allarga, non so dirti se bella o brutta ... un'emozione e basta così forte che mi sveglia.
- ❖ Ho sognato degli indigeni, veramente vedevo solo le loro gambe erano scalzi sulla polvere... il secondo dito dei loro piedi era lunghissimo e in verticale parallelo al corpo.
- ❖ Spesso all'inizio sono solo immagini dei flash dei lampi, alcuni contengono dei segni, dei colori, altri delle immagini tipo simboli, croci, disegni, che sembrano incisi sulla pietra ma non saprei dire con certezza, è come se passassi veloce attraverso qualcosa... di colpo rallenta, oggi ero davanti a dei bambini, uno piccolo stava in piedi, nudo, con un succhiotto in bocca ma la metà inferiore del suo corpicino era ricoperta di piume arancioni, era bello era felice mi guardava passare.
- ❖ ... mi ritrovo in cima ad una scala di pietra, oltre una porta, su un pianerottolo ristretto, avanza verso di me salendo la stessa scala un uomo vestito come un antico egizio con una gonnella bianca per il resto scalzo e nudo e con la barba e i capelli neri, giovane muscoloso, parla ma non ricordo cosa dice, sembra conoscermi, è come dire obbediente, servizievole.. con se porta una scaletta di quelle pieghevoli da pittore, dobbiamo raggiungere o deve raggiungere un punto più alto (non mi è chiaro) comunque sono io che dirigo i lavori e gli indico

l'apertura che si deve raggiungere sopra le nostre teste, è bello il soffitto sembra fatto di nuvole e io sono antica almeno quanto lui, quanto l'uomo e quanto il soffitto. Non vedo altro di questa scena, non so cosa succede...

Continuo la profonda introspezione cominciata durante la Teosintesi. Contemporaneamente, l'interesse per i sogni di cui realizzo essere artefice e protagonista, mi spinge ad approfondire.

Il sogno è un fenomeno biologico oltre che psichico. Il fatto che ancora nessuno abbia saputo dare una spiegazione precisa e definitiva di questo fenomeno lo lascia avvolto nel suo mistero. Il sogno conserva intatto un grande significato simbolico.

Ognuno di noi mentre è nel sogno vive un'esperienza che in quel momento ritiene reale.

Tutto ciò che visualizziamo, percepiamo e viviamo durante un nostro sogno, non può che essere roba nostra, farina del nostro sacco, un qualcosa che noi abbiamo creato, inserito nel sogno, e vissuto come esperienza.

“La mente può rappresentare solo ciò che conosce, ciò che fa parte del mondo in cui la persona vive, della sua cultura, del suo popolo.

Ogni persona dispone di un patrimonio di immagini, ricordi, eventi, appartenenti alle sue esperienze, alla sua cultura e alle sue origini, a cui la mente attinge per rappresentare il sogno.

In alcuni casi possono apparire elementi completamente estranei al vissuto del sognatore. Si tratta di sogni molto particolari, che attingono a piani di conoscenza più elevati e meno personali. Esistono poi piani spirituali ancora più elevati, dove ad esempio spazio e tempo perdono la loro struttura rigida, ed è quindi possibile attingere ad elementi del passato remoto o del futuro, come nei sogni premonitori. Esiste infine anche un patrimonio genetico cellulare, legato al proprio DNA, che passando di corpo in corpo ha accumulato un bagaglio di esperienze vastissimo ed estremamente difficile da definire precisamente. Quindi in

un sogno è possibile trovare elementi che si riferiscono a vite passate del DNA del sognatore.”

Giacomo Bo

- ❖ Sogno... apro una scatola tutta contenta parlando con un'amica, dico '... vediamo come sta mio figlio che non stava bene' apro la scatola e dentro c'è il suo cuore con la forma di un ex-voto, rosso dipinto, ma è felice il cuore e sono felice anch'io... figli maschi non ne ho e nemmeno fratelli ma va bene. C'è un passaggio tra un sogno e l'altro in cui vado velocissima tra quelle che sembrano le colonne di una cattedrale... poi si stringono e diventano le pareti di un palazzo lunghissimo, un volto ampio e dipinto su cui si aprono stanze, decine di stanze per ogni lato... è una libreria immensa spettacolare. Spariscono i colori tutto diventa cupo, scuro come la volta di una grotta, è freddo, nell'ultimo tratto ci passo appena... sento l'umido l'odore è tutto così vero.. e lo trovo, sembra li che mi aspetta... un simbolo che sento mi appartiene.
E' un occhio con tre gocce, tre lacrime grandi quasi quanto l'occhio stesso... lo prendo ma non con le mani, lo faccio entrare nel cuore e ci chiudo le mani sopra, ah è fantastico è mio mi appartiene è ritornato da me con me in me... ecco, penso così, penso questo... sto benissimo e inizia... il secondo sogno.

- ❖ secondo sogno... sono con qualcuno su un letto, è un uomo e gli dico "Dio mio come sei vecchio si vede persino dalla faccia che hai" ma non mi riferisco propriamente all'età, anche se mi pare abbia 77 anni... non ne sono sicura... allora lui mi dice "Vieni ti faccio vedere una cosa..." mi abbraccia, sento la sua voce profondissima come fosse dentro di me... aggiunge solo... lasciati andare... e mi porta attraverso quelle che sono le sue memorie... è bellissimo stupendo inimmaginabile, tutto sta ad un livello decisamente superiore al mio... superiore proprio di piano, se così si può dire, sono anzi siamo assieme tra celestiali visioni di figure che a me sembrano angeli e altre cose e posti di cui non saprei nemmeno parlare, le emozioni umane da qui si vedono rimpicciolite, più piccole rispetto a questo posto dove sono e a quello che provo, allora ridendo gli propongo di seguire me... convinta di poterlo impressionare.. quasi fosse una sfida, quindi iniziamo a scendere lo faccio scendere, scendere

scendere scendere dove non filtra nemmeno un raggio di sole e le figure sono adesso tutte scure e ciò che si muove stride con un rumore che sembra tagliare tutto e non c'è più nulla di celestiale anzi... sembra essere lo strato superficiale di qualche inferno e anche se ci passiamo veloci come volando anche noi abbiamo addosso colori scuri ... fuori ma anche dentro... soprattutto dentro... ovvio nessuno si impressiona... si può scendere ancora ma decidiamo di ritornare e restiamo sospesi in una zona neutra, sempre stretti nell'abbraccio iniziale, e quest'abbraccio, questa unione mi scatena qualcosa un'emozione intensa completa... è un abbraccio in tutti i sensi, qualcosa che prende tutto e avvolge tutto con un calore mai provato.

oo

Ma chi sogna... ? Quale parte di noi ci conduce verso quelle che sembrano vere e proprie esperienze?

“E’ l’anima che sogna, la mente è quella che progetta che pensa che calcola, ma chi ti accompagna a vedere ciò che qui non vedi, a vivere ciò che qui non vivi... è l’anima!”

Matilde 12 anni

La natura umana è composta da una parte di superficie che vediamo come materia densa, ed è poi composta da materia sottile. Man mano che ci spostiamo dal corpo fisico, abbiamo un primo piano chiamato eterico o fisico sottile che è in sostanza il corpo pranico dell'essere umano. Ancora più sottile spostandoci nel piano della vita, abbiamo un piano astrale o doppio eterico, dove esistono un astrale inferiore e un astrale superiore.

Esiste poi un mondo mentale che è ancora più sottile del piano vitale e un mondo animico. Come già scritto, ci sono dei mondi per ogni piano di coscienza. Possiamo entrare in mondi dove portiamo in memoria la nostra struttura, non solo familiare e individuale ma anche collettiva e con queste andiamo a vivere delle vere e proprie esperienze. Di fatto questi mondi, ai quali abbiamo dato un nome, si trovano dentro di noi, all'esterno si irradiano solamente. A volte sogniamo anche ad occhi aperti,

comunque sia, durante la veglia come durante il sonno, la continuazione di coscienza ci conduce in mondi dove noi esistiamo esattamente come esistiamo nella realtà di tutti i giorni.

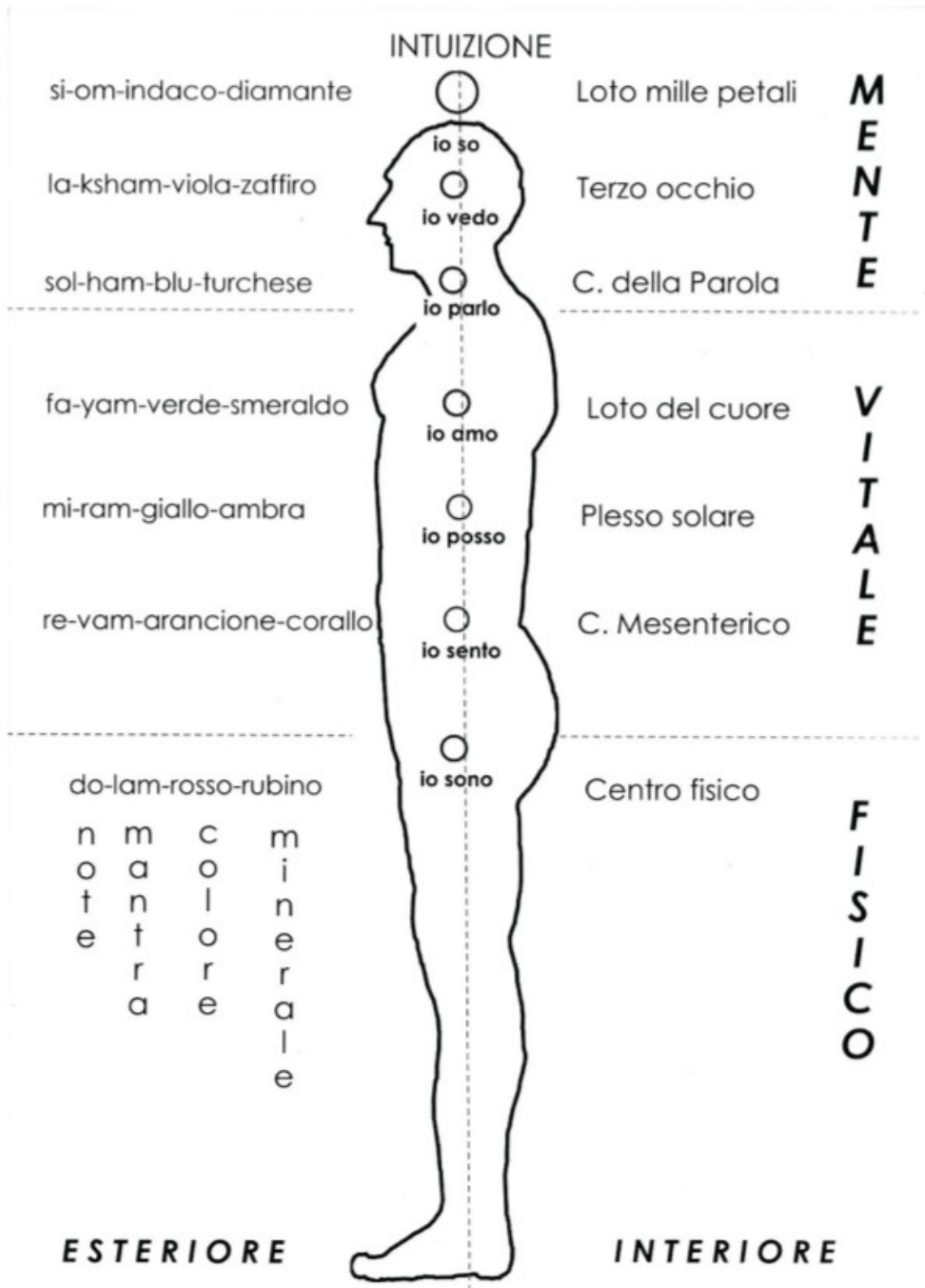
Quando abbiamo delle rivelazioni di solito si sviluppano sempre su un piano vitale superiore, quindi tra il terzo e il quarto centro, come intuizioni o addirittura forme di chiaroveggenza.

Su un piano mentale possiamo avere delle intuizioni, delle rivelazioni. Queste di fatto ci mostrano un insieme di verità che però possono richiedere un tempo di sviluppo lungo pari a quello dell'intera vita.

Facendo un lavoro su di se, volto ad una crescente interiorizzazione, anche i mondi che si vivranno durante i sogni saranno più interiori. Sarà quindi possibile il raggiungimento non solo di piani subcoscienti, sottile o eterico, ma sarà via via possibile il raggiungimento di piani o mondi sempre più animici. Ciò diventa possibile grazie ad una coscienza che non essendo più quella ordinaria, di superficie puramente esteriore, va a toccare aspetti più profondi e interiori appartenenti appunto all'anima.

I sogni possono così diventare rivelatori. La nuova forma che si assume, rimanere in presenza ossia con l'attenzione focalizzata sulla propria vita, ci permette di diventare consapevoli proprio di quella continuità di coscienza tra veglia e sonno.

Tabella: Centri Energetici ed Involucri Sottili dell'Essere Umano



Chi sogna di fatto è l'anima... o essere psichico.

“Lo psichico designa l'anima, o meglio l'elemento permanente che racchiude la scintilla divina e si reincarna”

Sri

Aurobindo

Essere Psichico o fenomeni mentali?

Tutti i fenomeni di carattere strano o metafisico, psicologico od occulto vengono chiamati psichici. Gran parte di ciò che nel Lavoro sviluppiamo possiamo semplicemente definirlo invisibile e occulto. Fenomeni dei piani invisibili, mentale, vitale o fisico sottile, visioni, simboli, il tutto mescolato, spesso agitato, indistinto e spesso terreno illusorio di esperienze che appartengono a questa zona che si trova tra l'Anima ed i suoi strumenti di superficie, o piuttosto ai suoi confini più esterni, tutto il caos della zona intermedia interiore viene chiamato psichico ed è considerato una zona inferiore e vaga della Coscienza Profonda. Inoltre, si fa una continua confusione tra l'anima di desiderio mentalizzata, che è una creazione della spinta vitale mentalizzata dell'uomo ordinario, della sua forza di vita (Coscienza Vitale) alla ricerca della propria soddisfazione, e la vera Anima (lo Psichico; poiché l'Anima, l'Essere Psichico, usa sia il mentale, il vitale e il corpo come strumenti per la crescita e l'esperienza) viene considerata come un genere di amalgama o substrato sottile della mente e della vita. Ma se nel Lavoro accettiamo tutta questa massa caotica come sostanza o movimento dell'Anima, entreremo in una confusione senza uscita. Tutto ciò appartiene solo ai rivestimenti dell'Anima, solo semplici involucri, vestiti che rivestono e velano la scintilla del Fuoco Divino. E questo è un Qualcosa che, una volta liberato dall'oscuramento prodotto dai suoi strumenti, crea immediatamente un contatto diretto con la tua Essenza: il Divino. Lo Psichico, fintanto che è velato deve esprimersi attraverso la mente ed il vitale, e qui le sue Aspirazioni si mescolano e si colorano e si oscurano della Sostanza mentale e vitale. Ma non per questo da lì in fondo non esercita un'influenza attiva e costante.

La spinta psichica velata può esprimersi nelle profondità della mente come una sete del pensiero di Conoscere il Divino. Nel vitale può esprimersi come una brama o un desiderio ardente a qualcosa di trascendente e Divino. Comunque sia, ogni esperienza viene prodotta e creata da un richiamo e dalla spinta dell'Anima; solo che salendo in superficie ed emergendo nel "mondo" assume una forma o una colorazione particolare dovuta alle memorie e agli schemi presenti nella natura mentale, vitale e fisica. Ecco perché le risposte sono sempre soggettive, proprio perché vengono elaborate e sentite tramite questi filtri che velano la Vera Natura delle cose e che sono differenti per ognuno. Lo stesso accade per le Forze avverse che infiltrandosi in noi fanno sviluppare sempre una risposta soggettiva; lo stesso movimento in alcuni produce irritazione, in altri mortificazione, in altri avvilitamento, in molti scoraggiamento. Bisogna rendersi conto che i cambiamenti di umore sono attacchi che andrebbero subito rigettati, perché non poggiano altro che su suggestioni di sfiducia in sé stessi e di incapacità, suggestioni prive di senso ma che usano proprio il "SENSO" per manifestarsi.

Come visto per ora il Senso di Colpa conduce a vere e proprie illusioni mostruose e distruttive. Bisogna ricordare ciò e non identificarsi con tali suggestioni quando vengono, non accettarle né subirle mai: rifiutarle, intimargli lo scaccione come per un cane, e se serve mostrare la nostra vera natura, il nostro Vero Potere. Bisogna coltivare ed acquisire una fiducia, una volontà ed una pazienza costanti specialmente quando le circostanze sono contrarie, perché quando queste sono favorevoli, è facile avere fiducia e pazienza. Bisogna essere volti naturalmente al nostro SENSO DI QUALITÀ per SUPERARSI costantemente.

Esperienze psichiche: Psicico e manifestazione

Nella maggior parte degli uomini anche dopo che hanno intrapreso un percorso di Risveglio l'Essere Psicico emerge lentamente. Sono tante le cose nella mente e nel vitale che devono trasformarsi e riordinarsi prima che lo Psicico possa essere interamente libero. Si immagini quante sono le tare e le abitudini presenti nei reami inferiori della natura animale e cellulare umana. Si deve aspettare che il necessario processo sia andato abbastanza avanti prima che lo Psicico possa squarciare il velo vecchio di millenni di identificazioni e venire in primo piano a dirigere la Natura Umana. Un'Aspirazione costante e Sincera, la pazienza e la Volontà di volgersi solo al

Divino sono i mezzi migliori per portare in primo piano l'Anima: lo Psicico. Esso si farà avanti da sé sia attraverso l'Amore e l'Aspirazione costanti, sia quando la mente ed il vitale e in ultimo il corpo sono stati preparati all'azione della Forza Supermentale. L'Anima e l'Essere Psicico non sono esattamente la stessa cosa, sebbene la loro Essenza sia la stessa. L'Anima è la scintilla Divina che dimora al centro di ogni essere; è identica alla sua Origine Divina; è il Divino nell'uomo.

L'Essere Psicico viene formato come un vestito, progressivamente intorno a questo centro Divino, l'Anima, nel corso delle sue innumerevoli vite nell'Evoluzione terrestre, fino a quando non giunge il momento in cui l'Essere Psicico, completamente formato e pienamente risvegliato diviene l'involucro dell'Anima intorno alla quale si è formato. L'essere Psicico è del tutto diverso dalla mente o dal vitale; sta dietro, dove essi si incontrano nel Cuore Interiore (ego centrale). È quella la sua sede centrale, ma è dietro il Cuore, non al suo interno; quello che gli uomini chiamano comunemente "il cuore", è in realtà la sede delle emozioni e dei sentimenti, e le emozioni e i sentimenti umani sono impulsi mentali-vitali che, di solito, non sono mai di natura Psicica. Questo Potere dietro, Profondo, per lo più segreto, molto diverso dalla forza mentale e vitale, è l'Anima Vera, l'Essere Psicico in noi. Il Potere dello Psicico può agire sulla mente, sul vitale e sul corpo, purificando il pensiero, la percezione, l'emozione, la sensazione, la volontà, gli istinti e gli impulsi. Quando si entra in diretto contatto con il Divino in noi, si è consapevoli dell'Essere Psicico e della sua semplice e spontanea offerta di sé. Egli è Dono Autentico di sé che in uno spontaneo abbandono ci pone sotto il suo controllo diretto. In particolar modo cresce una Visione diversa delle cose, un pensiero circolare, solido, sferico matura nel discernimento Psicico, il quale illumina all'istante i pensieri, i movimenti emotivi, gli impulsi vitali e le abitudini fisiche, senza lasciare in essi niente di oscuro e sostituendo i movimenti giusti a quelli sbagliati. Questo discernimento è difficile e raro, più spesso è mentale, ed è la mente che cerca di mettere tutto in ordine. In tal caso, è la discesa della Coscienza Superiore attraverso la mente, come sperimentato in questi mesi, ad aprire lo Psicico che purifica ogni avversità nella consacrazione e nell'offerta alla Madre. Coloro che hanno avuto esperienze prima della purificazione dovuta alla spersonalizzazione non sono stati immuni da profonde oscillazioni per lo più incoscienti: è molto meglio avere prima il Cuore Puro, poiché dopo la Via da percorrere diventa sicura.

Sempre, quando l'anima è in primo piano e guida la nostra Esperienza, si ottiene la giusta indicazione dal Profondo su cosa deve essere fatto, cosa evitato, cos'è la cosa giusta o vera nel pensiero, nel sentimento o nell'azione. Questa è l'unica Via da seguire se si accede, oltre l'ego di superficie, ad un Reale e Vero percorso Iniziatico. Eliminate l'egoismo in tutte le sue forme dunque, eliminatelo da ogni moto della vostra Coscienza. Questo sentimento di essere una particella e uno strumento del Divino dovrebbe essere libero da ogni orgoglio, da ogni senso di presunzione o rivendicazione dell'ego, da ogni affermazione di superiorità e superbia, da ogni bisogno, esigenza e desiderio. Affinché questo accada bisogna dapprima destrutturarsi, evirarsi dalle memorie psicogene alogiche per individualizzarsi, conoscersi sempre più e meglio. Conoscere come siamo fatti, come funzioniamo, come rispondiamo, cosa realmente abbiamo necessità di Fare per Essere in Gioia e Amore.

Affinché tutto questo accada dobbiamo essere Liberi dalla nostra illusione di schiavitù, Liberi dall'ignoranza che in eredità abbiamo ricevuto e che immemori di noi abbiamo poi accettato e sposato come unica verità.

(tratto da "*Sulle orme della vita*")

Continuo il mio personale percorso interiore, guidata da Hermes e sostenuta dall'intero organismo di Altrove, rappresentato in ognuno dei suoi abitanti e non di meno dal luogo stesso, che diventa sempre più spesso il teatro dei miei nuovi sogni.

Tratto dalla corrispondenza con Hermes:

Luglio 2016:

Dubbio, paura... anzi meglio prima la Paura e poi ovvio il Dubbio. Dubitare di te Hermes, che rappresenti e rifletti il mio essere vero, significa dubitare di me e avere paura di ciò che inizio a sentire, a ri-cor-dare (mi piace pensare che questo termine significhi ridare al cuore... ciò che già era).

La breccia che diventa squarcio... le tue pupille ne hanno anche la forma, l'ho capito quasi subito... la prima cosa che ho visto durante questo mese, è il caos aggrovigliato di bugie con le quali sono cresciuta, più tutte quelle che per necessità e ignoranza ho aggiunto da sola. Poi la paura di rinunciare a tutte queste bugie che fanno di me quella che sono "fuori" e proteggono quella che sono... dentro.

Proteggere da chi da cosa? ...è difficile crescere consapevoli, se cresci tra persone che a loro volta non sanno di essere 'altro' rispetto a ciò che di loro si vede.

Quindi le prime bugie le ho dette proprio per far felici gli altri, le persone a cui tenevo maggiormente.. sono ciò che vuoi, ho fatto ciò che mi hai chiesto, ho detto ciò che ti aspettavi... e così facendo ho rinnegato pezzetto dopo pezzetto centimetro dopo centimetro ciò che veramente sono. Talmente tanto e talmente tante volte che non sentivo più nemmeno il cuore battere. Strati su strati, porte sprangate, ponti levatoi, muraglie, fortezze gigantesche e inespugnabili. Eppure lo so, che rinnegare se stessi è un lavoretto che se all'inizio ti fa sentire prezioso (orgoglio) e al sicuro (ignoranza), alla fine ti lascia un vuoto grande ma così grande che non c'è nulla davvero nulla che possa aiutarti a riempire neanche il fondo del buco in cui precipiti. Puoi avere soldi, potere, sesso, successo, ma niente serve a colmare almeno un po' di quel vuoto che ti assale quando c'è silenzio, quando resti solo, è per questo che la solitudine fa paura a molti vero? Non mi resta altro da fare che seguire il tuo esempio e le orme che lasci, riappropriarmi di ciò che sono. Tanto sono io, devo solo avere fiducia, in me e in te, che mi puoi aiutare a capire.

I sogni continuano e diventano sempre più significativi:

- ❖ sogno una porticina che sbatte e si scuote lasciando intravedere la luce dorata che c'è all'interno, quanto mi piace quanto mi attira, Frey e Aura sono vicino a me, poi Aura se ne va felice e resto con Frey che è a destra della porticina , questa si apre da sinistra verso destra, lui mi guarda ha un sorriso bellissimo, calmo tranquillo rassicurante, non dice nulla, ma guarda me e la porta di continuo... mi sento una bambina che deve scartare i regali di natale, sono felicissima è come se sapessi che per la prima volta ci sarà quello che ho chiesto... resto immobile con le mani giunte raccolte sul petto e mi sveglio.

Tratto dalla corrispondenza con Hermes:

“ La paura a volte mi passa e divento 'ingorda' e frettolosa... dai sbrighiamoci che sono stufa di stare dove sono, mi sento un fossile inchiodato alla roccia... poi realizzo che

sono davanti ad un'enorme diga... quella piccola esserina insignificante sotto all'enorme muro che contiene l'acqua sono io adesso, tutta l'acqua dall'altra parte... sono sempre io... con tutto quello che c'è da sapere sulla mia essenza sul mio essere vero. Ti vedo come chi regola il flusso, chi apre le chiuse... quando c'è da sapere ci vuole uno che già sappia, qualcuno che ti guidi se no finisci annegato e non vedi e non senti più niente, oppure decidi che non c'è nulla da vedere abbassi la testa e te ne vai, solo, insignificante e piccolo come e più di prima... troppa roba tutta insieme non la potrei capire... lo so. Tu hai un gran compito. Grazie Hermes

Alcuni sogni:

- ❖ Siamo ad altrove Mocho tira fuori dal fango, da una profonda pozza di fango, un animaletto, sembra un enorme verme con le ali ma ha anche qualcosa di umano... lo prende dal fango e lo tiene con tutte le sue forze schiacciandolo sopra un telo bianco, l'animaletto si divincola come un ossesso... gli urlo " perché l'hai preso? lascialo andare deve venire da me" Mocho non mi guarda e dice.. "no Mel c'è un prezzo da pagare" ...sono furiosa non so cosa vuole ..vorrei lottare x strapparglielo dalle mani ma non riesco a muovermi.. gli urlo "morirà se non lo lasci andare ..deve venire da me.. è mio lascialo" Mocho non mi risponde e non lo lascia andare.. l'animaletto sta malissimo è al limite i suoi movimenti si fanno più lenti.. se sbatte ancora un po le ali, le romperà.. la sua sofferenza è dentro di me . Mi sveglio.. triste e incavolata.. non sto piangendo ma ho gli occhi che lacrimano.
- ❖ ... tre persone me tengono ferma per le spalle e per la testa.. non so chi siano, nessuno di voi comunque.. Qualcuno mi infila tutta la mano nell'occhio sinistro..più la sua mano si avvicina più si rimpicciolisce e più il mio occhio si fa grande.. così entra giusto giusto nella pupilla.. deve prendere qualcosa .. c'è dentro fino al polso e muove la mano e cerca.. io vedo la scena fuori dal mio corpo ..sono come sospesa sopra.. sono io quella che vedo quella che tengono ferma ma la faccia che vedo.. la mia faccia è quella di un enorme pesce con la bocca spalancata e qualche squama colorata di azzurro vicino a molte di grigie.. ho l'occhio spento e molliccio dei pesci ma non sono morta.. ho la bocca aperta mi manca l'aria ma non sono morta.. loro fanno piano si prendono tutto il

tempo.. io sopporto.. Ho paura quando mi sveglio... non ne avevo nel sogno..nel sogno volevo solo che finisse.

- ❖ Tu e io siamo in viaggio... mi tieni vicino a te attraverso posti che non sono terrestri .. mi guidi a volte tenendomi per mano altre per il braccio, mi dici di fare attenzione a quel che succede a ciò che vedremo.. passiamo per spazi freddi cupi bui scuri dove non ci sono persone ne suoni ne rumori eppure non sono spazi vuoti si avverte qualcosa, mi tieni vicino, sei protettivo e rassicurante, vicino a te non provo nulla, solo fiducia ..io non vedo.. tu si..vedi e senti qualcosa che di fatto non c'è... non ti chiedo niente sono completamente affidata a te.. perché io sono legata ai miei sensi terreni che qui capisco non servire gran che... tu sei completo hai un senso per tutto.. poi passiamo in posti arancioni, ciò che sento sotto ai piedi non ha forme che conosco ..fa caldissimo si suda ci sono molti uomini ..sono nudi ci camminano vicino, alcuni sono sporchi di nero.. mi dici di fare attenzione a non avvicinarli a non farmi sfiorare da loro... non ci guardano ma ci cercano, cercano insistentemente il contatto con noi che siamo gli unici ad indossare vestiti.. poi tu parli con uno di loro che è sdraiato e ha il fallo coperto.. non capisco cosa dite.. Ci allontaniamo sei molto cauto ... il posto cambia siamo soli..mi spingi all'interno di una stanza piccolissima ci stiamo appena.. cosi compressi in questa stanza che ha pareti di aria densissima grigio verde... pareti che sembrano muoversi e mutare continuamente attorno a noi.. sembriamo all'interno di un organo.. mi sveglio...
- ❖ Un sogno.. un viaggio.. sono in un tempo lontanissimo.. vicino a 4 persone che stanno per morire, scelgono di farlo in modo diverso.. tra loro anche un bambino col proprio padre.. sembrano egizi.. il figlio e il padre sono già posizionati all'interno di una specie di razzo spaziale che ho visto di sicuro in qualche incisione.. è una vera cerimonia, io mi prodigo perché tutto funzioni, gli accarezzo il viso da sopra perché con le loro strane macchine stanno in una specie di fossa che li aiuterà a decollare.. l'uomo-imperatore mi mostra le sue mani... stanno già diventando di pietra, le tocco e ho la stessa stupefacente sensazione di quando ho toccato l'uovo che hai portato tu ad Altrove.. è una magia stupenda, un prodigio.. io e l'Imperatore parliamo della sostanza che ha preso che è ciò che rende possibile la trasformazione, mi dice anche il nome di

questa cosa e le dosi che ha dato anche al figlio che è già quasi tutto di pietra.. è strano e difficile il nome non lo ricordo, parliamo della sovrapposizione dei pianeti imminente, manca poco e tutto ciò che prepariamo sarà possibile.. qualcuno forse io, parla della potenza del respiro cosmico e dall'alto, dal cielo una mano enorme si trasforma nel profilo di un viso.. inizia.. dalla bocca il viso soffia milioni di particelle che sento muovere con un rumore assordante sembra un lamento universale.. è ora... tutto sta per compiersi.. è morte ma non c'è dolore ne sofferenza ne tantomeno paura ..e io sto lavorando perché tutto si compia al meglio...

E' ormai settembre, e il lavoro sullo sfondo di Altrove inizia a dare i primi risultati:

Alcuni sogni particolarmente importanti:

- ❖ il primo è una guerra.. due uomini, due guerrieri molto antichi si contendono ciò che ho, ciò che sono.. vado prima dal più bellicoso, è buio sporco freddo, siamo su un vascello in mezzo ad una tempesta..qui si scivola è buio.. lui distruggerà tutto se non viene assecondato, è armato illuminato da fulmini e lampi determinato forte e potente è un mostro che non ha sembianze umane sa di morte di paura di terrore di oscuro e sconosciuto.. ma io lo conosco bene.. mi lascia avvicinare si fa più piccolo e calmo anche se mantiene la sua mostruosa espressione.. gli chiedo cosa vuole.. vuole uno scrigno/libro preziosissimo e dorato e una spada che assomiglia a quelle degli antichi samurai, mi ordina di avvisare l'altro guerriero e di dirgli che sta avanzando verso di lui, col suo esercito spietato, a prendere ciò che vuole. Così faccio.. l'altro guerriero è in un posto che non ha forma, sembra un'isola..i colori sono più caldi, questo guerriero è un po addormentato se ne sta seduto su una sedia nella sua armatura.. in mezzo al nulla anche se non è vuoto.. lui aspetta.. lo scuoto gli racconto cosa sta per accadere gli giro la testa in direzione del mare.. gli mostro la tempesta in arrivo.. lo supplico di fare qualcosa.. mi chiede "ma cosa vuole?" ..il mio scrigno e la mia spada.. rispondo io.. lui mi indica la spada che è sospesa in un pannello di etere denso color verde azzurro.. non la può prendere

da solo.. dice.

Sono esasperata, non mi fido di questo guerriero che mi sembra troppo fiacco.. gli chiedo dello scrigno/libro.. non lo trovo, so com'è fatto ma non lo trovo.. il guerriero con la sua calma mi dice.. sarà qui da qualche parte.. lo guardo preoccupata e gli dico.. dai fa qualcosa non lasciare che mi prenda che distrugga tutto.. lui non si preoccupa e mi sorride.. non parla ma capisco cosa dice.. "Deve arrivare..." ecco cosa dice e sembra essere tutto meno grave di come lo immagino io, sembra essere un ricongiungimento piuttosto che una battaglia!

- ❖ Sono sola su una scogliera davanti al mare in tempesta è notte fonda ma vedo tutto.. i contorni delle rocce delle onde.. devo volare.. ho paura una paura che mi toglie il fiato.. alla fine vado.. sono sopra il mare e per accertarmi che tutto sia reale ogni tanto tocco con le punte dei piedi l'acqua..è tutto così incredibilmente vero e possibile tutto ma proprio tutto come se fossi lì davvero.. il mio volo è ancora incerto e insicuro ogni tanto mi spavento ma.. piano davvero sopra la massa d'acqua in tempesta ad una velocità sorprendente.. sono sola in mezzo all'oceano.. masse di acqua enormi si muovono sotto di me.. le sorvolo e le asseco al tempo stesso.. è inquietante ma esaltante non ho meta.. sono e non sono senza tempo senza spazio e alla fine anche senza forma!
- ❖ Sogno un uomo davvero molto anziano vestito di una tunica bianca bordata d'oro con un lungo bastone tenuto con la mano destra veniva verso di me.. poi lo vedevo steso su un tavolo in una camera scura.. io gli accarezzavo e massaggiavo i piedi in segno di profondo rispetto.. un modo per rendergli onore, per mostrargli il mio amore per lui, forse un saluto anche se di fatto quell'uomo non era morto ma solo in uno stato di (.. non so i termini giusti) meditazione o beatitudine o trance.. Non so se eri tu, comunque le sensazioni erano identiche...
- ❖ Questa notte sono stata in un posto che son sicura di aver già visto, cammino verso un vecchissimo altare di pietra grigia immerso in una semioscurità che non fa paura,c'è una pace mentre mi avvicino, ci giro attorno sorridente tenendoci la mano sopra, accarezzandolo... ai lati scolpite in rilievo le facce di profilo di molte persone, tra queste la mia... ma ero un uomo... guardando l'altare io sono il secondo profilo partendo da sinistra.

Assieme ai sogni, il lavoro su me stessa porta inevitabilmente a delle considerazioni a volte dolorose e sofferte.

Appunti Personali:

Carenza ontica, vuoto totale.. 46 anni di cose che non bastano mai, di malessere insofferenza di vagabondaggio, fino ad arrivare qui, a ciò che sono adesso... il punto finale schiacciato dal peso dell'arco che è la memoria a cui appartengo, l'apice di una specie che per sopravvivere ha bisogno di varcare la soglia del conosciuto e intraprendere una strada nuova verso ciò che non sa... se così non fosse sarei felice di ciò che ho, che rispetto alla media è molto moltissimo, sto tra i fortunati.. eppure vengo da tre dei peggiori giorni della mia vita, senza motivo, forse suggestioni forse identificazioni, strapazzata tra tormenti che non so nemmeno io se mi appartengano oppure no. Ho provato a riconoscerne qualcuno.. sicuramente rifiuto e abbandono. Ma perché? niente in questo momento mi rifiuta o minaccia di abbandonarmi.. perché non mi basta quello che ho? quello che sono? ...la risposta, potrebbe essere... non mi basta perché sono una spinta evolutiva.. potrebbe essere questa la risposta?

Ho letto una cosa molto bella... 'L'uomo, quale essere imperfetto, con la propria coscienza ostacolata, confusa, male ordinata, e il più delle volte inefficace, non può essere né il compimento né l'ultimo slancio della Natura verso le altezze... c'è qualcosa di là, qualcosa che l'umanità dovrà essere, e che ora viene visto solo a sprazzi intermittenti attraverso le fenditure nel grande muro di limitazioni che rifiutano la sua possibilità ed esistenza'!

Capita a volte di vivere la continuazione di un sogno già fatto, come passaggio evoluto di più ampie considerazioni:

- ❖ Questa notte ho fatto un sogno.. sai lo scrigno/libro conteso dai due guerrieri? ..ce l'ho io è dentro di me l'ho visto.. potrei dirti che l'ho visto passando dietro all'occhio destro ma così in profondità che non so nemmeno io in quale parte del corpo fossi finita. E' immerso nell'oscurità totale ma non ho dubbi che sia in me. (ti scrivo di queste cose che vedo cercando di essere più

sincera possibile, ma non so se ha un senso, o se è solo un riflesso fantasioso della realtà che vivo) comunque..

Da questo sogno mi sveglio.. e quando mi riaddormento ne comincia il seguito.. è arrivato il guerriero bellicoso e io combatto con tutte le mie forze contro di lui.. del guerriero fiacco non c'è nemmeno l'ombra ma indosso la sua armatura e ho in mano una spada come quella del primo sogno... il guerriero con cui

- ❖ combatto è invincibile... ma non vuole uccidermi vuole avvicinarsi... è mostruoso ed è vestito di rosso per l'occasione... incombe sopra di me anche fisicamente e... vuole baciarmi... o vuole aspirarmi o vuole soffiarmi qualcosa... si avvicina con la bocca aperta lo sguardo non umano perso in qualcosa che io non conosco... c'è un rumore assordante che non potrei descrivere... è vicinissimo... più si avvicina più mi sembra di sparire dentro di lui... di essere assorbita... mi sveglio...

Appunti personali

“..da piccola passavo ore nascosta nei posti più impensati... lo sapevo fare così bene che ero davvero convinta di poter sparire... negli armadi tra i vestiti, restavo immobile da qualche parte, così immobile che dopo un po' spariva tutto... i piedi erano i primi e poi piano piano tutto il resto, i miei contorni, le superfici, il peso. Dissolta senza una forma spariva la paura, il non capire, i bisogni... sparivo io... in quel momento li stavo bene perché il problema era avere un corpo fragile e starci dentro quando c'erano degli adulti intorno che non capivano quanto male potevo sentire dentro a quel corpo... e non il male fisico. Quando sparivo senza più i limiti del corpo, nascosta nel buio nel silenzio, ero un gigante che cresceva sempre di più, ero senza tempo, ero un infinito non umano... era la mia magia sparire così... via il corpo restava solo l'essere... ero libera... fuori dal mondo umano e dalle sue regole ero libera”

A volte abbiamo la possibilità di vivere veri e propri sogni ad occhi aperti, comunque potentissimi

- ❖ martedì ad Altrove dopo pranzo sono scesa al laboratorio... mi piace troppo stare lì.. c'è qualcosa di inspiegabile che mi attrae.. per quello spazio provo una certa reverenza, quasi fosse una persona..(..è una suggestione?) comunque: ero sola c'era silenzio e mi sono stesa sul pavimento... sono sparita per mezz'oretta. Non so come è cominciato, avevo gli occhi chiusi e mi sentivo crescere... così tanto che mi sono fusa coi muri della casa... poi è sparito ogni confine materiale e io continuavo a crescere senza peso, senza sentire... tutto è accaduto con una lentezza incredibile... io che cresco, cresco, cresco... poi inizio a trasformarmi... dai miei piedi inizia a prender forma un paesaggio... tutte le mie gambe sono montagne rocciose, dune sabbiose altissime interrotte da piramidi e oasi verdi ricche di palme e di acqua... sul petto ho costruzioni antiche e sulla testa... un arco strano di pietra molto elaborato... io sono l'intero paesaggio o l'intero paesaggio è me... i colori sono velati da una leggera nebbia ma sono comunque belli, è un paesaggio fatto di gialli e di contrasti... osservo tutto da distante come sospesa eppure... sono ogni singolo granello di sabbia, ogni foglia, ogni pietra, ogni goccia d'acqua... penso... “Non lasciarmi tienimi con te”... sto così bene... Inizia un'altra magia lentamente comincio a disperdermi... è il vento che mi sposta, comincia con le dune di sabbia e mi sparge mi sposta... è una sensazione strana, ma mi piace.. come un solletico un formicolio.. e quando ormai non c'è più nulla, io sono ovunque.. è un'emozione bellissima.. dura un attimo e poi.. sorrido e ho le lacrime le sento.. sono invischiata nel cemento del pavimento della casa, sono la fibra la rete e poi... poi mi ritornano i piedi le mani.. inizio a muovermi.. il viaggio/sogno è finito... ringrazio la casa il posto tutto x quello che ho provato e torno su con gli altri... è stato incredibile.

Arrivano sogni via via più complessi e profondi:

- ❖ ... Mi arriva un colpo al cuore... è come un avvertimento devo svegliarmi subito è accaduto qualcosa di grave... comincio a muovermi e... scendo... sono vestita con una strana tunica di un tessuto grossolano stretta in vita da una cintura, ho solo quella addosso, nemmeno le scarpe... scendo velocemente nella terra, proprio dentro alla terra, ai piedi di un grande albero... ho fretta, sto male e mi viene da piangere, sono preoccupata di non riuscire a fare ciò che devo fare... scendere è difficile, faccio molti movimenti che non portano a nulla, ma poi

capisco come, capisco quello giusto e improvvisamente anche la terra si apre e mi fa una bolla intorno per lasciarmi spazio a sufficienza, il grande albero scende assieme a me, si inabissa fino a sparire tutto nella terra, poi lui si ferma... e io continuo a scendere, devo arrivare alle sue radici prima possibile, qualcuno (?) ha lasciato visibili le origini più profonde di noi (... noi chi?) ... a dirla tutta sono anche un po' infuriata... chi sa arrivare fino a questo punto, alle radici più profonde, dovrebbe anche sapere che il pannello (?) poi va sempre richiuso con cura, com'è potuta accadere questa cosa proprio non me lo spiego... dovremo saperlo tutti che funziona così (tutti quelli che sanno appunto), chi si è comportato in modo così leggero? Vorrei tanto saperlo... Continuo a correre/scendere tra la rabbia per l'accaduto e la paura di non fare in tempo a chiudere.... ma non sono solo arrabbiata e impaurita, sono ferita... ferita come addolorata, angosciata.... mi sento in pericolo... scendo ancora, l'ultimo tratto è completamente buio e non sento più nulla, non sento nemmeno più la consistenza della terra umida sotto ai piedi, non sento più nemmeno il mio corpo... e finalmente arrivo alla parte ultima delle radici dell'albero... improvvisamente sono in una stanza di ghiaia grigia che forma pavimento soffitto e pareti, la ghiaia sta magicamente lontana da me pur potendo franare in ogni momento.... sono vicina e finalmente lo vedo... il pannello.. è alla mia destra... dall'alto, attraverso la parete, incavando la ghiaia, scendono le radici dell'albero, ognuna di queste radici termina con una forma ad uncino su cui è appeso un piccolo pannello con varie figure, affiancate sovrapposte a colori, anche oggetti veri e propri, qualsiasi forma qualsiasi cosa, anche del fumo... non c'è profondità in questo posto, non c'è dimensione qui... quindi, qui dentro, tutto può stare ovunque occupando tanto spazio quanto una cosa completamente diversa... chi arriva qui, cioè un essere che arriva fin qui, sa esattamente e senza la minima esitazione o incertezza quale sia la sua radice, il suo uncino e quindi il suo pannello... ma non ha assolutamente il diritto di guardare o di cercare pannelli di altri esseri, non ne ha il diritto ma lo potrebbe/saprebbe fare. Non c'è nessun nome o nessuna indicazione specifica, ma chi arriva qui non ha bisogno di indicazioni per cercare il pannello suo o di qualcun'altro... c'è anche il tuo pannello, so dov'è ma non lo guardo, tengo gli occhi bassi per non guardarlo nemmeno di sfuggita, sarebbe un'intromissione, la violazione di qualcosa di troppo intimo, sia per il tuo che per quello di qualsiasi altro.. a meno che non si

venga espressamente invitati a condividere, i pannelli sono sacri... trovo il mio... lo guardo con un amore e un rispetto unico... lo guardo solo per un attimo perché so già tutto su di lui... ci sono più simboli sovrapposti, sembra un ologramma per la profondità che ha, riconosco la faccia colorata di una preistorica statua di legno, poi ci sono molte altre cose ma la più importante la più preziosa è l'immagine dorata del candelabro ebraico a sette braccia, è lei che chiude il tutto .. sono felice, sollevata, che sia ancora intatta anche se c'è comunque la possibilità che qualcuno, di non puro, sia sceso prima di me a spiare... è pericolosissimo lo stato in cui si trova tutto l'enorme pannello di radici con appesi i pannelli più piccoli, incustodito.... devo chiudere... ci sono due enormi porte di legno vecchissime, antiche bellissime... senza alzare gli occhi per non violare nessuna intima verità, le chiudo una alla volta.... appena appoggio l'ultima battuta il pannello si sigilla, sparisce come ingoiato... e io realizzo di essere dentro di me... sono in qualche parte dentro di me.. ma sembra essere infinita e non so più dove sono ne come tornare... Non so cosa succede dopo... resto senza forma senza spazio senza emozioni senza colori nel nulla per un tempo che non è tempo, senza fare e senza pensare, l'unica cosa è che quando mi sveglio mi pare di pesare 200 kg... ogni movimento mi costa una fatica bestiale...

- ❖ ... ieri mattina all'alba.. sveglia non sveglia... non saprei dire, ti vedo Hermes e mi dici 'vieni con me..' allunghi una mano e io ti seguo senza pensarci un attimo... 'ti porto su un piano sovramentale' mi dici ...sparisco assieme a te da qualche parte.. non ricordo assolutamente nulla.. niente di niente di niente.. di tutto quello che è successo ricordo solo la fine.. siamo uno di fronte all'altra mi tieni per le mani, io sono come se fossi stata centrifugata alla velocità della luce.. non riesco a fare o dire nulla.. ti guardo incantata.. siamo in piedi su una specie di strato dai colori accesi e con la solita consistenza che non saprei descrivere, siamo coi piedi in questo assurdo pavimento indescrivibile che sento vivo e in movimento quanto qualsiasi essere vivente.. non so.. come avere i piedi in un organo in un flusso di sangue ma non è liquido non è materia non è fumo vapore.. non è nulla che io conosco eppure è vivo lo so lo sento.. e i colori che più vedo sono rosso blu arancio viola.. questo pavimento è una lingua sottile e pulsante, sospesa sopra tutto ciò che conosco... tu mi guardi e dici.. 'ecco così

adesso finirai di dubitare' ..hai uno sguardo che è amore pur nella sua fermezza che non lascia spazio a niente a nessun commento a nessuna replica.. mi stringi le mani e mi dici 'ora devi tornare giù bambina' ...e mi spingi le spalle.. precipito e sono sul mio letto come fossi caduta dal quinto piano perché non riesco nemmeno a muovermi.. ci metto davvero tanto tempo a realizzare dove sono cosa sono e come mi devo muovere.. sembra scollegata.. e sono dispiaciuta per non ricordare un bel nulla di ciò che ho vissuto.. ci penso e ci ripenso ma niente.. eppure quando ci penso anche adesso sento una gioia.. allo stomaco al cuore.. dentro proprio.. pur non sapendo cosa ho visto o vissuto.. è un ricordo che non ricordo ma che mi piace davvero tanto pensare..

Il giorno 23 settembre, Hermes mi dona il ciondolo simbolo di Altrove e dell'organismo. Faccio ufficialmente parte del gruppo di lavoro.

Tratto dalla corrispondenza personale con Hermes:

“Ciao Hermes,

ho questo ciondolo al collo e continuo a pensare a come mi son sentita ieri quando me l'hai donato.. è sorprendente e incredibile per me perché non credo di essere stata mai così "fisicamente" poco presente... o forse per la prima volta ero presente davvero...? Mi sentivo una fiammella, un capovolgimento di piani... ciò che prima era 'solo' dentro, nascosto, è uscito fuori in una forma di cui non sapevo neanche l'esistenza.. cos'era? amore gratitudine gioia..? mi hai dato qualcosa che non avevo mai ricevuto prima.. il primo vero regalo della mia vita (gli altri me li sono pagati tutti.. in un modo o nell'altro..) ... grazie.

Uno strano sogno avuto durante un viaggio in treno con mia figlia, è di fatto un 'sogno lucido' che mi proietta nel fisico sottile:

- ❖ carrozza con 6/7 persone, praticamente deserta.. Sono le 14 e ci viene un pó di abbiocco.. mi si avvicina una donna dai lineamenti direi che è coreana.. è

abbastanza alta magra capelli corti sui 30 anni vestita di scuro con dei pantaloni e una maglia a collo alto ..è un po' grigetta.. non ha una bella pelle.. la osservo bene mentre viene verso di me, sembra conoscermi.. mi si avvicina e si siede proprio davanti a me.. la sua poltrona è più alta della mia.. si inclina in avanti, alla fine ho il suo viso a trenta cm dal mio.. inizia a parlare ha una voce profonda interessante .. la capisco benissimo.. mi racconta di tutto ciò che potrei "ciucciare" e dei benefici che potrei ricavarci o anche dei problemi che potrei prendere.. mi parla di cervelli, cuori, polmoni, fegati, ma non solo umani.. l'ascolto rapita... è così sicura di ciò che dice... poi ad un certo punto apre una mano e mi mostra un piccolo organo pulsante che sembra una pigna, è pieno di sangue al suo interno ma non gocciola, ed è come fosse vivo.. La donna mi si avvicina ancora e mi avvicina anche lo strano frutto..dice.. " ma più di tutto tu dovresti provare a succhiare questo.." ..cos'è?? chiedo.. lei risponde: “Non lo riconosci?? è un piccolo utero”.. ah ma dove lo trovo?? ... “mm è difficile, non è di questo pianeta ma te lo posso procurare io”. Inizia quindi a parlarmi dei benefici che consistono in delle vere acquisizioni, cioè mi spiega, che così facendo prendi in te tutte le informazioni contenute in quell'organo.. vuole che provi, che lo morda adesso subito.. come se si trattasse davvero di un frutto qualunque ... Matilde mi chiama.. mamma.. apro gli occhi metto a fuoco Mati ma la tipa continua a parlarmi.. vedo la scena con Mati ma sento benissimo quell'altra donna..dura molto più di un attimo questo sdoppiamento ... finché Mati mi batte un ginocchio col piede e mi dice.. “mamma ci sei??” .. si si.. rispondo, mi guardo intorno ma della coreana non c'è traccia.. chiedo a Mati se ha visto qualcuno sedersi davanti a me... ma lei non ha visto nessuno..

Ottobre 2016, tratto dalla corrispondenza con Hermes:

“... a volte mi accorgo che invece di essere in vero silenzio, sono repressa e compressa a tal punto che non proverei nulla nemmeno se crollasse l'intero edificio sopra di me, procedo sperimentando, e riconosco sempre più spesso la realtà che metto in piedi per farmi credere che una bella inversione a U prima o poi sarà inevitabile. Ma l'essere qui dentro, anche se non parla ancora in prima persona, spinge e vuole andare avanti...”

❖ ho fatto un sogno... sono in un bosco...dalla terra estraggo una alla volta, una serie di cornici vuote... per la verità io stessa le ho riposte lì in profondità tempo prima, ora sto solo controllando che qualche antenato non sia rientrato nel quadro... affondo con le braccia nella terra senza nessuna fatica e una dopo l'altra ripesco cornici di epoche anche molto lontane.. son tutte vuote.. bene.. penso.. esco dal bosco e attraverso una strada pressoché invisibile che attraversa un campo di grano.. è un sentiero che conosco ed è cosparso di piccole lanterne, bottiglie con dentro non so cosa, pergamene e altri oggetti.. arrivo ad una casa vecchia, grigia, bassa, però con una bella architettura, dentro è accogliente riscaldata anche se l'unico arredo presente è un letto matrimoniale d'ottone.. ci finisco (vestita) con un uomo che prima è uno sconosciuto poi è il padre delle mie figlie.. lo respingo, poi lo rivoglio, lo allontano e poi lo supplico di continuare a stare con me, alla fine lo mando via... lui si scoccia (ma non è arrabbiato) si alza ha una giacca nera, una camicia bianca e un cappello nero in testa... mi accorgo che sono io.. è la mia faccia quella che vedo.. lui/io mi guardo ancora stesa sul letto e dico.. "non mi fanno entrare dentro di te (non si riferisce all'atto sessuale che comunque non si è concluso)." così dicendo indica/o qualcuno sul letto assieme a me.. mi guardo mentre giro lentamente la testa x vedere chi ho appena indicato... seduta sul cuscino c'è una bambina di 5/6 anni in totale imbarazzo per la scena vista.. la guardo bene.. sono io.. affianco a lei c'è un'altra bambina molto più piccola di dimensione.. è la metà.. stessi capelli stessi vestiti ma.. è una specie di mummia imbalsamata invecchiata coi capelli di stoppa e i vestiti logori.. alta 30/40 cm; questa specie di bambina mummificata dipende completamente dall'altra bambina, la guarda ininterrottamente con aria estasiata, sembra in adorazione, non la lascia un secondo e ne imita ogni singolo gesto... la bimba più grande che finge di giocare per togliersi dall'imbarazzo del mio sguardo, sembra del tutto ignara di avere appiccicata una mini mummia bambina dall'aspetto inquietante.. è qualcosa di morto che non se ne va.. io sono l'uomo che guarda le tre donne sul letto.. sono me stessa che guarda l'uomo e le due bambine e sono la bambina che guarda sottocchi l'uomo e la donna che conosco bene, ma non vedo la piccola mummia alla mia destra.. esco dalla casa lasciando tutti dove stavano.. incontro mia madre.. ha la mia faccia.. poi altri incontri e tutti hanno la mia faccia..

penso.. "ok è normale, se io sono un pezzo di qualcosa che è esploso anche gli altri devono essere un pezzo di quel qualcosa" e così rivedermi nel viso di tutta questa gente sembra la cosa più normale che ci sia... presto devo muovermi tra un po' saremo tutti attirati verso qualcosa..

Mi sveglio

Il cammino del 'ricordo di sè' che conduce al risveglio è arduo, non è per niente facile tradurre nella pratica i propositi astratti dell'anima che deve lottare contro paura bisogni egoismo ecc.. a volte appunto sembra una missione impossibile..

22 ottobre, faccio un sogno davvero molto speciale: un "SOGNO ILLUMINATO" attraverso piani sopra mentali.

- ❖ ..questa notte c'è stata una riunione.. è iniziato tutto così: ..all'altezza dello sterno mi si forma un disco che si allarga fino all'ombelico e alla gola.. questa parte inizia a vibrare fortissimo, il cuore sembra essere sotto.. sento il rumore di tutto del disco del cuore.. vedo il mio corpo che si agita nel letto... poi un attimo di niente in cui sparisce ogni sensazione umana.. un flusso che non so se parte da me o se è una chiamata, mi porta da un'altra parte.. siamo in un cerchio enorme, in un luogo non luogo completamente bianco, non c'è consistenza umanamente riconoscibile.. ma nemmeno io ho con me il mio corpo, siamo "seduti" in circolo... è un cerchio davvero enorme... poco distante da me alla mia sinistra c'è qualcuno che conosco bene e che mi rassicura... forse sei tu Hermes non lo so... questi corpi di luce li distinguo nel bianco per le vibrazioni che hanno.. di fronte a me nel cerchio c'è un essere, l'unico di colore blu viola... il Supremo... sembra essere davvero importante la sua presenza... non parliamo... ci informiamo... sono molto comprensivi con me che sono piccola, comunque mi trattano alla pari... questo cerchio ha una forza che il corpo non avrebbe retto... tempo non tempo, spazio non spazio, accade tutto come se ogni attimo fosse dilatato all'infinito.., sto bene, dopo un attimo di shock iniziale ricordo come si fa e sono a mio agio con tutti... poi mi dicono "bene ora tu torni

alla tua scuola esperenziale" ... vengo aspirata dal mio corpo lo risento... il disco vibra ancora fortissimo... non posso svegliarmi se prima non rallenta almeno un po'... Ecco ora sono sveglia... mi fa male il petto come se mi avessero schiacciata e la schiena... sento dei crepitii nelle orecchie... la luce è un fastidio enorme... gli occhi vedono male e sono stanca. Non credo di poter tradurre le informazioni a parole, ma " quest'inverno" (non so a quanto tempo coincide) sarà come un sonno in cui lavoreremo a delle basi poi con la nuova luce ci saranno novità, cambiamenti, insomma ci si sveglia... ho una sensazione di fretta però.. bisogna muoversi è un lavoro importantissimo anche questo mentre si dorme..

- ❖ Ps.. quell'essere con la luce blu viola... che ho chiamato il Supremo del cerchio, ha cambiato forma più volte come se dalla sua luce affiorassero pelli diverse e mutanti.. è stato x un attimo un pesce e poi una forma umana.. ma sempre nel suo colore unico..

Appunti personali:

"...contestualmente a ciò che non sai, già sai..." ecco mi sento proprio così... ed è davvero difficilissimo, ogni tanto mi dispero, guardo il cielo e che sia notte o giorno non importa, penso al cerchio di corpi luminosi, al bianco assoluto, al colore unico del Supremo.. che a poterlo rifare qui... poi guardo dove sono adesso e mi dispero... così ignorante così distante così sola... ogni tanto mi sveglio col petto che vibra... so che sono stata lì anche se non lo ricordo... penso che averlo visto una volta sia già un dono enorme... ma la lontananza e la solitudine che sento dopo, sono uno squarcio di una profondità indescrivibile. Una carenza ontica.

In una piramide di plasma ho visto depositato il mio sarcofago...Da quando sono ad Altrove ho 'visto' così tante cose... potrei riempire interi fascicoli.

- ❖ sogno... sono ad Altrove... in cielo sopra la casa c'è una battaglia tra corvi e cavalli bianchi (galoppiano nell'aria, senza ali)... tra il gracchiare dei corvi e i nitriti c'è un frastuono assordante. Frey ed io guardiamo la scena in piedi sul prato vicino alla tua casetta. I corvi abbattono il più grande dei cavalli, l'unico a

grandezza naturale, e molti di piccoli (come delle miniature), cadono pesantemente sul tetto della casa. Ancora vivi ma incapaci di librarsi nuovamente nell'aria, i cavalli restano distesi sul tetto agitando le zampe tese e sbattendo gli zoccoli..vedo il ventre del cavallo grande ansimare terrorizzato... i corvi atterrano sul tetto e iniziano a mangiare gli animali ancora vivi... tolgono prima gli occhi, poi aprono il collo col becco e infine la pancia.... non c'è sangue ne budella o interiora che esca dai corpi degli animali agonizzanti... il tetto si ricopre di un micro piumino bianchissimo e leggero.. A Frey la scena fa schifo e la scruta con un certo distacco, sa che non lo riguarda... io mi sento addosso il terrore dei cavalli e la soddisfazione dei corvi. Frey, mi suggerisce di chiamare te... ma la scena ormai si sta già consumando... deve andare così... resto immobile e rassegnata a guardare la pancia del cavallo grande, è l'unica ancora intatta, respira, vedo i corvi che si avvicinano al muso... tra un po' anche lui muore... è già mezzo sommerso dalle piume degli altri cavalli.

- ❖ Mentre mi addormento penso.. " basta voglio tornare a casa" (la casa che cerco e non trovo quella che sento di aver perso).. vado in un 'mondo' con 5 soli, non così abbaglianti come il nostro, ma intensi in un modo inspiegabile... un posto che sembra dipinto di verde, turchese, viola, indaco... cielo e terra hanno lo stesso colore ed enormi masse d'aria mi passano davanti e prendono la forma di volti umani... due di questi sono così familiari che mi commuovo... il primo è autorevole e divino... il secondo è amore, ne uomo ne donna, sorride mi guarda ... ho pregato perché nessuno mi svegliasse... ho supplicato di poter restare a contemplare quel volto... anche solo guardare nei suoi occhi senza raggiungerlo o toccarlo... il volto più bello che io abbia mai visto...

Cresce la consapevolezza di come la realtà esteriore si plasmi costantemente in riflesso alla realtà interiore. Anche nei sogni acquisisco la capacità di creare soluzioni, o di interrompere il sogno stesso in un unico fermo-immagine.

Di fatto siamo in un sogno colui che dorme, colui che compie le azioni del sogno e colui che rende il tutto come un processo consapevole

Conclusioni:

'L'uomo, quale essere imperfetto, con la propria coscienza ostacolata, confusa, male ordinata, e il più delle volte inefficace, non può essere ne il compimento ne l'ultimo slancio della Natura verso le altezze... c'è qualcosa di là, qualcosa che l'umanità dovrà essere, e che ora viene visto solo a sprazzi intermittenti attraverso le fenditure nel grande muro di limitazioni che rifiutano la sua possibilità ed esistenza'

(sconosciuto)

Cresce la consapevolezza di come la realtà esteriore si plasmi costantemente in riflesso alla realtà interiore. Anche nei sogni acquisisco una certa capacità di creare soluzioni, o di interrompere il sogno stesso in un unico fermo-immagine.

Di fatto siamo anche in un sogno, colui che dorme, colui che compie le azioni del sogno e colui che rende il tutto come un processo consapevole

- ❖ ... guido un furgoncino blindato su un sentiero di montagna strettissimo, la velocità è folle e aumenta costantemente, sotto le ruote il sentiero si sgretola fino a rimanere una traccia di sassi sopra a una cresta rocciosa... trasporto tre uomini nel blindato... uno dei tre, ma sono sempre io, urlo a me stessa che guido -ferma questo cavolo di furgone... fermalo subito- ... dietro siamo fuori di testa per la paura... davanti guido con una sicurezza incredibile... dall'esterno qualcuno blocca la scena... ancora io.. guardo tutto immobile e dico... - non muore nessuno ma vi porto tutti dove dico io - ... contemplo la scena in ogni dettaglio e poi la lascio andare e la vedo dissolversi così come l'ho creata!!

L'essenza della pratica del sognare è la creatività e l'attività costante della trasformazione di sé.

Il viaggio dell'anima con l'anima, continua e conduce in ogni sua forma al 'ricordo' di ciò che siamo.

“Un occhio dentro e uno fuori... per sognare bisogna essere svegli”

Alessandro Saudino

Mel

Bibliografia:

- Per sognare bisogna essere svegli - *Alessandro Saudino*
- I Sogni - *Giacomo Bo*
- Sulle Orme della Vita - *Hermes*
- Orma dopo Orma - *Hermes*

