



ACQUA, FLESSUOSA ARMONIA

Giuliana De Faveri

Relatore: Dott.ssa Loretta Fattori

Matricola: 0007

*Alle mie radici,
a me stessa,
ai miei figli Alessandro e Alberto,
ai germogli che nasceranno.*

Grazie a mia sorella Paola per avermi spronata a concludere questo percorso.

Grazie ai miei insegnanti Gigliola Guerini, Loretta Fattori e Mario Zanoletti: attraverso i loro insegnamenti ho potuto ammirare ed apprezzare nuovi ed avvincenti scenari esistenziali.

Grazie alla mia nuora Paola ed a Deborah per avermi aiutata nella stesura di questo elaborato.

Sommario

Introduzione	7
1. L'acqua.....	9
1.1 La definizione dell'acqua	12
1.2 Le proprietà dell'acqua.....	12
1.3 L'acqua come principio vitale	19
2. Il ruolo dell'acqua nell'organismo	22
2.1 I liquidi nel corpo	22
2.2 Le funzioni dell'acqua.....	23
3. Acqua: vibrazione e informazione	29
3.1 Masaru Emoto e l'informazione.....	32
3.2 Il Fiore della Vita: matrice della creazione	36
3.3 La sequenza di Fibonacci e il rapporto aureo.....	37
3.4 Omeopatia	38
3.5 Floriterapia	40
3.6 Azione delle acque informate sull'organismo e la risonanza.....	42
3.7 Metodo Omeodinamico.....	46
3.8 Trasferimento farmacologico frequenziale (TFF).....	48
4. L'Acqua: percezioni, sensazioni ed emozioni	49
4.1 La memoria delle emozioni.....	50
4.2 Il suono	51
4.3 Le lacrime e le emozioni	59
5. Discipline igienistiche naturali: idrologia e idropratica.....	62
5.1 Le caratteristiche benefiche.....	64
5.2 Principi dell' Idrotermofangopratica	65
5.3 Principali applicazioni idro-termo-fango-normalizzanti	66
5.4 La pelle.....	67

6.	La sacralità dell'acqua	70
6.1	L'acqua e lo Spirito	74
6.2	L'acqua e i riti	76
7.	Tecnica Metamorfica	78
8.	Movimento Acqua in M.T.C.....	83
8.1	Shen – Reni (Organo, Zang, Yin), Movimento Acqua	83
8.2	Eziologia: Reni	86
8.3	Il simbolo è QI.....	88
8.4	Manifestazione della Movimento Acqua	91
	Caso pratico.....	94
	Conclusioni.....	102
	Bibliografia.....	104

Introduzione

SPA, dal latino “Salus per aquam”

L’acqua sorgente di vita e fonte di fertilità è struttura e sostegno del nostro corpo fisico, portatrice ma anche dispensatrice d’informazioni, ricolma e mantiene la nostra forma individuale, accompagnandoci con la sua tipica fluidità nei cambiamenti del tempo, senza disperdere quel *quid* che ci caratterizza come singoli individui, mantenendoci così unici, irripetibili ma anche riconoscibili. Nessun’altra sostanza al mondo possiede tutte queste molteplici proprietà e funzioni, tanto da far pensare davvero a un’origine quasi extraterrestre dell’acqua. Più studiamo l’acqua e più ci rendiamo conto che va oltre a ciò che sembra, che è qualcosa di unico, di diverso, quasi da apparire appunto come una cosa di un altro mondo! E noi con le piante e gli animali siamo prevalentemente acqua, dunque la nostra matrice, da questo punto di vista, sembra davvero assai poco terrestre, anche se abbiamo scelto di legare il nostro nome alla terra.

Da sempre ho avvertito una fascinosa attrazione per il miracoloso e spettacolare mondo liquido: l’acqua. Ho scelto quest’argomento per concludere il percorso accademico poiché ne rappresenta l’emblema per fondere le conoscenze e le esperienze maturate nel corso dell’avvincente cammino alla riscoperta di me.

Durante una conferenza di presentazione della Tecnica metamorfica, tenuta dal naturopata-iridologo-riflessologo Mario Zanoletti, la mia attrazione verso questo magnifico argomento fu immediata. E come si suol dire fu “colpo di fulmine” si aprirono innanzi a me nuovi orizzonti fino ad allora inesplorati, il tema soggiacente era ed è la Vita. Per la prima volta sentii parlare di un approccio alla guarigione completamente diverso da quanto io conoscessi e, curiosa ed entusiasta quale sono, decisi di iscrivermi nell’immediato ad un primo corso di riflessologia. In seguito continuai con l’approfondimento dell’apprendimento delle discipline olistiche dalla visione

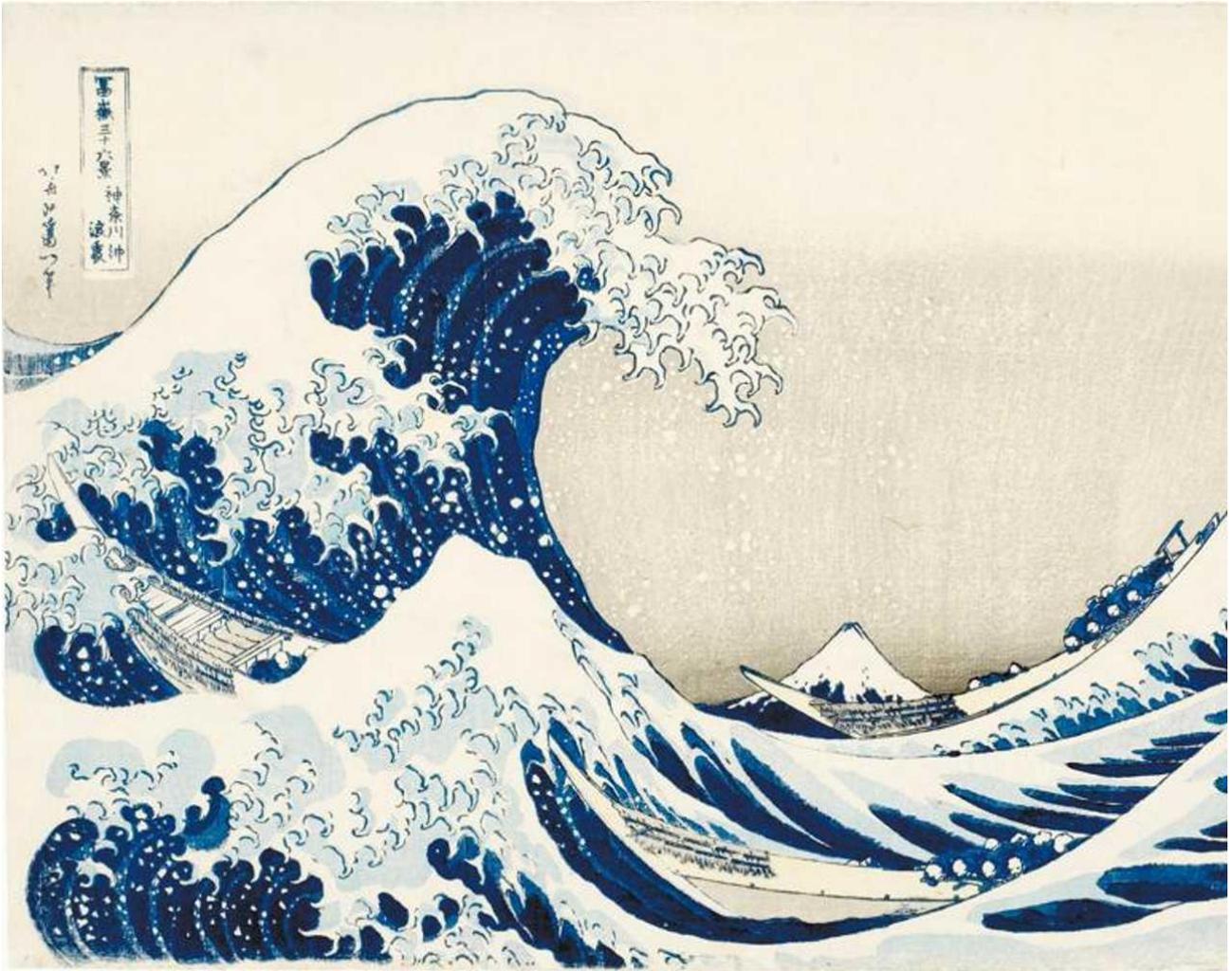
integrata dell'essere umano, iscrivendomi successivamente all'Accademia di naturopatia ConSé, percorso di studi che evidenzia un approccio terapeutico che necessariamente comprende gli aspetti totalizzanti dell'essere umano: “cura del corpo della mente e dello spirito” atto a stimolarne l'energia vitale per sollecitarne l'innata dote di autoguarigione, i miei campi di conoscenza ed esperienza si ampliarono maggiormente con ardente soddisfazione.

In questo elaborato ripercorrerò le aree e le tematiche, tra loro connesse, per illustrare l'importanza dell'elemento Acqua nella nostra vita e le sue molteplici applicazioni dall'uso quotidiano a quello terapeutico.

Al fine di riconoscere e integrare i disequilibri energetici occorsi durante il mio percorso di crescita personale, sono stati validi e imprescindibili ausili: l'impiego sinergico dei diversi linguaggi acquisiti che riprendono molteplici discipline, quali i vari impieghi dell'acqua attraverso la floriterapia, l'omeopatia, le pratiche idrofangotermoterapiche, la riflessologia e la tecnica metamorfica.

1. L'acqua

“Se la bellezza ha una forma archetipica, l'acqua ne sintetizza l'essenza”.



Numerose le incredibili varietà di situazioni in cui essa si manifesta, soprattutto quando si combina con l'altro elemento con cui ha una grande affinità elettiva: l'aria.

Lo spettacolo di mari, laghi e fiumi durante le diverse ore del giorno, quello di cascate e ghiacciai, o anche solo delle nuvole nel cielo, sono solo una delle infinite forme, tutte diverse tra loro e in continuo mutamento, che può assumere l'acqua, suscitando sempre, nell'essere umano che le osserva, sentimenti di ammirazione, stupore, armonia e bellezza. Proprio come quando l'assistere

a situazioni di degrado dell'acqua, come le molteplici forme d'inquinamento, non può lasciare indifferente un essere umano sano, ma lo colpiscono al cuore.

L'essenza del linguaggio dell'acqua è rappresentata dal movimento sia intrinseco alla struttura stessa dell'acqua (per esempio l'oscillare dei suoi elettroni tra stati energetici diversi) e quindi microscopico, sia estrinseco e manifesto, in altre parole macroscopico come le onde, i vortici ecc.

In tutti i casi si tratta comunque sempre di un movimento assolutamente speciale, così particolare da essere sostanzialmente unico nel nostro universo conosciuto. Ovvero esso riassume tutti i movimenti esistenti anche in altri soggetti della natura sia sulla terra (per es. quelli della lava) sia nello spazio (es. il moto delle galassie).

In parte ciò è spiegabile con il fatto che tutte le componenti organiche (animali e piante) sono costituite prevalentemente da acqua e quindi ci si può aspettare da essi, nei loro movimenti, siano portatori di quelli dell'acqua e viceversa. Da notare che anche molte lingue antiche e moderne la parola "acqua" è legata proprio al suo movimento.

Le scoperte dei fisici quantistici Emilio Del Giudice e Giuliano Preparata sulla struttura dell'acqua hanno spiegato il fenomeno dei cosiddetti domini di coerenza attraverso la capacità delle molecole acquose di creare risonanza tra loro vibrando all'unisono. Tale aspetto può a sua volta aiutarci a comprendere il linguaggio dell'acqua. Infatti, se in fisica la coerenza è una proprietà delle onde elettromagnetiche, dal punto di vista acustico, per esempio nella musica, la coerenza corrisponde a un accordo armonioso. Tale triplice qualità (coerenza-risonanza-accordo) di un messaggio sonoro, come può essere ad esempio un linguaggio umano, ne costituisce spesso l'essenza per una reale comunicazione efficace, per strutturare il linguaggio stesso e differenziarlo da quello che può solo un rumore incomprensibile.

Vale la parola in quanto suono, ma vale molto anche l'intento, che è indissolubile dal suono stesso e in qualche modo lo plasma. La vibrazione intrinseca nella parola e la vibrazione all'unisono con la verità di chi parla, diventa allora preziosa l'opportunità di monitorare consapevolmente il

nostro linguaggio. Inoltre, risulta importante indagare il livello di presenza dietro alla nostra informazione, ancor di più e a ragione dopo aver visto, attraverso il lavoro di Masaru Emoto, evidenti tracce di memoria che certe parole affidano all'acqua, cristallizzate nelle belle immagini coerenti, compatte e ben formate di certi cristalli o al contrario disordinate, disperse e mal formate di altri.

Verrebbe quindi da chiedersi cosa succede alla nostra "acqua interna" quando diciamo una menzogna.

A livello di studi sul corpo eterico l'antroposofia racconta che in quel punto si crea una sorta "di buco" energetico, dove si abbassa la vitalità e le difese immunitarie dove, con il tempo e perpetrando la menzogna possono inserirsi altre "forze" ad esempio quelle portatrici di disordine cellulare e di malattia poi. Tale indebolimento potrebbe essere dovuto proprio al messaggio a quel punto negativo di cui le molecole d'acqua si fanno a quel punto portatrici.

Infatti, così come l'acqua pura appare pienamente coerente alle proprie qualità intrinseche, quella inquinata la potremmo considerare un po' come acqua bugiarda, sebbene non per "colpa" sua.

È evidente che in questa sorta di gioco di antropomorfizzazione, che potrà sembrare assurda in una sostanza inerte e non viva come di solito è considerata l'acqua. Ma è ormai evidente che in realtà l'acqua è tutt'altro che inerte e ancor meno che non viva. Anzi! Inoltre è sempre più manifesta la sua capacità di percepire e trasportare messaggi: per questo peculiare aspetto potrebbe avere ricadute rivoluzionarie in moltissimi campi del sapere umano ma soprattutto in quello della salute. Ne consegue anche solo per rispettare il principio della precauzione, bisognerebbe cominciare a comportarsi di conseguenza, evitando atteggiamenti potenzialmente pericolosi, tra cui la menzogna. Ecco dunque che, contemplando le parole di Gesù (Giovanni - 8,32) ...e la verità vi farà liberi...e di conseguenza anche sani!

Masaru Emoto, forse con un certo buonismo e candore, ma soprattutto con tanta fede, ci ha lasciato, tra i suoi scritti, il consiglio di dire e scrivere sempre parole buone e belle sui recipienti

dell'acqua che utilizziamo, di bere almeno otto bicchieri di acqua ben informata al giorno (ovvero alla quale si sono rivolte parole o pensieri positivi) di rivolgere belle e semplici preghiere a fiumi, laghi e specchi d'acqua. Tutto ciò non solo per diventare persone bene educate e rispettose dell'acqua e del Creato, ma anche (o forse soprattutto), per aumentare la nostra consapevolezza verso le "nostre acque" e quindi in ultima analisi verso ciò che siamo, ascoltando quello che la nostra acqua ci dice rispondendole con amore e interesse per la sua e la nostra salute e guarigione.

1.1 La definizione dell'acqua

Il termine acqua ha origine dal latino *aqua*, che viene ricondotto alla radice indoeuropea *ak-*, che significa piegare; tale radice è presente anche nel sanscrito *ak-na*, cioè piegato.

L'etimologia della parola ne individua quindi alcuni aspetti della sua natura profonda, che è mobile, fluida, adattabile e per certi versi sfuggente, come appunto un rivolo d'acqua. Essa cambia stato facilmente, a conferma della sua fuggevolezza provate a lasciare un bicchier d'acqua all'aperto qualche giorno e non la troverete più: dissolta, sparita, evaporata.

1.2 Le proprietà dell'acqua

Sul nostro pianeta l'acqua copre circa il 70% della superficie terrestre e quasi con la stessa percentuale è il maggior costituente del corpo umano in termini di massa. Attorno e dentro di noi, dunque, c'è soprattutto acqua: il nostro corpo ne può contenere fino a 47 litri e immersa in essa circa 40/60 trilioni di cellule nascono, si riproducono, funzionano, trasmettono, ricevono informazioni e muoiono obbedendo alle leggi della Natura.

Nel nostro corpo adulto, al di là della massa e del peso, in termini numerici su 100 cellule ben 99 sono di acqua! Senza acqua non vi sarebbe la vita, neanche per i microbi, tant'è vero che, quando si cercano indizi di vita sugli altri pianeti, si cerca per prima cosa l'acqua.

All'inizio della vita umana lo stesso feto, composto per l'85/90% di acqua, cresce completamente immerso nel liquido amniotico contenuto nel ventre materno, come una sorta di organismo acquatico (in questa fase il sacco amniotico può arrivare a contenere anche 2 litri di liquido).

La percentuale d'acqua contenuta nel corpo umano varia poi a seconda dell'età, del sesso e del peso corporeo. Nel bambino appena nato la percentuale di acqua, sangue, linfa, liquido interstiziale è vicina all'80% del peso corporeo; in un uomo adulto in buona salute è attorno al 70%, nell'anziano essa scende a circa 60%, mentre al di sotto del 55% di acqua, inevitabilmente si arriva alla morte. E un segno della perdita di vitalità è proprio la disidratazione dei tessuti, come si può facilmente osservare negli anziani, in cui la pelle si presenta più secca e meno elastica, i tessuti meno lisci e tesi. 99%, il midollo osseo 98% e il plasma sanguigno 85%. Tra l'altro si stima che il corpo umano abbia più di 96.000 km di vasi sanguigni, mentre il cuore umano produce una pressione in grado di spruzzare il sangue fino a 9 metri di altezza. Tra gli altri organi quello che è il maggior contenuto d'acqua è il cervello 85%, mentre le parti più "asciutte" sono le ossa e i denti (che potremmo anche considerare come "ossa scoperte"), sebbene anch'esse contengono acqua anche se in misura molto minore rispetto ai tessuti molli. Quindi in un uomo adulto vi è circa un 25-30% di sostanza solida solubile (il soluto) e un 70-75% di sostanza liquida acquosa (solvente).

Per molti anni negli studi di fisiologia umana, con una concezione meccanicistica e trasferendo *tout court* al corpo umano un approccio unicamente chimico-fisico, se prestata molta più attenzione ai soluti che al solvente, dando per scontato che i primi fossero i veri regolatori reattivi di gran parte delle funzioni corporee, e relegando l'acqua al ruolo di semplice diluente e mezzo di trasporto interno. Oggi per fortuna quest'approccio culturale è cambiato, sebbene ci sia ancora una discreta sottovalutazione dell'importanza dell'acqua dal punto di vista terapeutico,

mentre ne è ormai riconosciuta la fondamentale funzione a sostegno della fisiologia del corpo umano.

Dal 40 al 50% della nostra acqua corporea è contenuta all'interno delle cellule e costituisce il cosiddetto liquido intracellulare. Il 20% restante si trova negli interstizi tra le cellule: è il liquido extracellulare. Pertanto tutti gli organi del nostro corpo sono ricchi d'acqua, a cominciare ovviamente dai fluidi corporei: quelli che hanno il maggiore contenuto di acqua sono il liquido cefalo-rachidiano.

Una delle proprietà dell'acqua, dunque, è quella di nutrire: fondamentale è la sua funzione di sostegno della fisiologia del corpo umano. A cominciare dall'integrità dei nostri tessuti, che è assicurata dall'equilibrio fra contenuto in lipidi, protidi, sali e contenuto in acqua che si stabilisce in ogni singola cellula dell'organismo. L'acqua risulta quindi di primaria importanza per gli scambi ionici intra e intercellulari. Essa è importante per il trasporto dei nutrienti in tutti i distretti corporei e per l'eliminazione e l'escrezione tramite l'urina, il sudore e le feci, delle scorie prodotte nelle reazioni biochimiche. L'acqua svolge una funzione determinante nella regolazione della temperatura corporea (tramite la sudorazione) e nella concentrazione o diluizione dei sali minerali; partecipa inoltre alla demolizione di grosse molecole organiche, nei fenomeni della digestione, favorendo il transito intestinale e l'assorbimento delle sostanze nutritive che avviene a livello dell'intestino tenue e crasso.

L'acqua inoltre ha veri e propri compiti di alimento poiché partecipa direttamente con la sua molecola, a importanti sintesi (ad esempio alla fotosintesi degli amidi); proprio perché l'acqua deve essere presente, in quantità molto elevate nell'alimentazione umana è classificata come *macronutriente*.

L'acqua svolge poi anche una certa funzione di ammortizzatore nei confronti degli organi più delicati quali l'occhio, l'orecchio interno e il cervello. Questi, infatti, sono ricchi d'acqua, o circondati d'acqua o poggiati su cuscinetti d'acqua. Infine essa svolge anche una funzione

lubrificante diretta, ad esempio a livello dell'esofago, dove facilita l'avanzamento del bolo alimentare.

Le molecole di H₂O sono attratte reciprocamente l'una dall'altra grazie ad un particolare legame che s'instaura fra di esse, cioè il legame a ponte d'idrogeno.

È questo, infatti, a spiegare molte delle principali proprietà dell'acqua:

- Solvenza;
- Capacità termica;
- Calore specifico;
- Tensione superficiale;
- Capillarità;
- Viscosità;
- Densità;
- Punto triplo.

Solvenza: il più elevato potere solvente tra tutti i liquidi, appartiene all'acqua. Come anche i latini dicevano: *Gutta cavat lapidem*. La capacità dell'acqua di dissolvere tante sostanze permette alle nostre cellule di utilizzare i principi nutritivi, i minerali e i prodotti chimici importanti nei processi biologici. I carboidrati e le proteine che il nostro corpo utilizza come alimento vengono metabolizzati e trasportati dall'acqua nella circolazione sanguigna.

L'acqua, essendo il solvente più diffuso sulla terra, grazie alla sua struttura polare, riesce a portare in soluzione un'enorme quantità di sostanze, siano esse allo stato liquido, solido o gassoso. L'immediata conseguenza di questa sua proprietà è l'impossibilità di trovare in natura acqua pura, intesa semplicemente come H₂O. Ovviamente diventa elemento di trasporto, vista anche la sua grande diffusione in natura, sia di sostanze nutritive, utili all'essere umano, alle piante, agli animali, ma anche di sostanze dannose.

Capacità termica: l'acqua è capace di immagazzinare grandi quantità di calore. La sua presenza sul nostro pianeta impedisce brusche variazioni di temperatura sulla sua superficie; ha un "calore specifico" molto alto, raffredda l'ambiente incorporando molto calore, mantiene il calore (classico è l'esempio della borsa dell'acqua calda perché l'acqua in essa contenuta, accumula e mantiene la temperatura). I laghi e i mari, trattenendo il calore estivo, mitigano le temperature basse invernali nei pressi delle loro rive. L'alta capacità termica è dovuta al fatto che molto del calore assorbito viene speso non per mettere in movimento delle molecole, ma per scambiare gli atomi d'idrogeno tra le molecole adiacenti.

Calore specifico: per calore specifico s'intende la quantità di calore che si deve fornire ad una sostanza per innalzare di un grado Celsius la sua temperatura. Una delle più importanti proprietà dell'acqua è proprio l'elevato calore specifico: circa il quadruplo di quello dell'aria. Questo determina la sua resistenza alle variazioni di temperatura. Inoltre, aiuta gli esseri viventi a regolare in modo più semplice la propria temperatura corporea.

Tensione superficiale: l'acqua possiede un'elevata tensione superficiale: è vischiosa ed elastica e osservando la sua geometria tende a raggrupparsi in gocce, che ci appaiono appunto sferiche. Le varie molecole d'acqua sono, infatti, unite dalla forza di coesione. La tensione superficiale è la capacità di una sostanza di essere, in un certo senso, coerente ed è responsabile dell'azione capillare.

Capillarità: altra importante proprietà dell'acqua è la capillarità: la molecola di H₂O è infatti capace di muoversi in spazi molto ridotti, come ad esempio le tubature, e riesce a risalire anche lungo i più stretti condotti.

Una delle conseguenze della capillarità è l'assunzione da parte delle piante di acqua e sali minerali dal terreno, attraverso le radici e similmente tramite i vasi sanguigni molti piccoli (capillari) del corpo umano. L'azione capillare è importante perché permette il movimento del liquido all'interno degli spazi di un materiale poroso grazie alle forze di adesione, di coesione e di tensione superficiale.

Viscosità: la viscosità è una grandezza fisica che indica la resistenza di un fluido allo scorrimento. Una delle proprietà dell'acqua è quella di possedere viscosità minima ad alte pressioni: dunque maggiore sarà la pressione, minore sarà la difficoltà dell'acqua di scorrere.

Densità: la densità ha un massimo a 4°C. L'acqua si dilata sia la di sopra che al di sotto. La dilatazione all'abbassarsi della temperatura non si verifica per nessun altro liquido. Questo fatto spiega perché i laghi gelino innanzitutto in superficie. Se non fosse così i mari ed i fiumi più freddi sarebbero completamente congelati, limitando la vita sul nostro pianeta. È bene precisare che la maggior parte delle sostanze diventano progressivamente più dense con il diminuire della loro temperatura perché a ciò corrisponde una diminuzione dell'energia cinetica delle molecole, le quali muovendosi più lentamente tendono ad avvicinarsi mediante reciproche forze di attrazione, creando zone o cluster con una certa logica di coerenza.

L'acqua si comporta in questo modo fino a 4°C, temperatura alla quale ha il massimo di densità. Se la temperatura si abbassa ulteriormente fino al punto di congelamento (0°C) la densità diminuisce bruscamente perché la struttura molecolare dei ponti a idrogeno si risalda fino a costituire un reticolo cristallino in cui ogni molecola è vincolata ad altre quattro molecole; si formano così, ampi spazi vuoti nell'intera struttura che determina aumenti di volume nella massa acquatica. Nell'acqua "liquida", poiché la struttura cristallina sopra descritta è meno regolare, gli spazi vuoti tra le molecole non esistono anche perché le zone non occupate da logiche coerenti aumentano, aumenta cioè l'incoerenza del sistema a cluster. I fiocchi di neve sono un riflesso della struttura molecolare interna del ghiaccio: gli atomi di ossigeno, di ogni molecola, sono disposti ai vertici di anelli esagonali piegati. Ogni lato dell'esagono consiste di un normale legame covalente O-H e di un legame idrogeno: si forma così una struttura a gabbia aperta molto regolare, che collassa, in parte, quando il ghiaccio fonde per diventare liquido. Quando ciò avviene il 15% dei legami idrogeno si spezza e la struttura diventa meno regolare.

La fisica ci ha sempre fornito i modelli per spiegare e capire i processi fisici, oltre la semplice visione materialistica e meccanicistica. Già nell'antica Grecia ipotizzavano l'esistenza di

particelle della materia: gli atomi (dal greco a-tomos: non divisibili) e, benchè nessuno abbia mai “visto un atomo”, questa teoria è stata accettata dalla scienza ortodossa e positivista così come anche la teoria quantistica.

Il modello spaziale dell'acqua è quello di tetraedro irregolare; la sfera rappresenta il primo modello geometrico che raffigura la creazione. I cultori della geometria sacra sanno perfettamente che l'intersezione di due sfere forma la cosiddetta “*vescica piscis*” o “mandorla mistica” che è in un certo senso, l'immagine attraverso cui è stata creata la luce ed è anche l'immagine geometrica attraverso cui furono creati gli occhi che ricevono la luce, così come rappresenta la geometria alla base dei campi elettromagnetici. Una seconda sfera costituisce il movimento della creazione nella mandorla mistica o mandorla di luce; una terza sfera produce la geometria base del tetraedro che è la forma più importante della vita sulla terra. Il muoversi di queste sfere e il loro intrecciarsi secondo una logica matematico-geometrica è rappresentato simbolicamente nella genesi biblica (alcuni ricercatori pensano a 12 sfere rotanti con movimento a scatto sovrapposte a un altro schema di polarità opposta di 12 che creerà uno schema che si chiama trascendentale; come il numero phi, che procede per l'eternità e non arriva mai a una conclusione) e, scientificamente nell'evoluzione genetica che ha origine dall'ovulo sferico femminile. Stiamo parlando cioè della meiosi e duplicazione fino alla costituzione della morula e all'embrione ai primi stadi, in cui tutto il processo ha una logica geometrica. Le prime quattro cellule formatesi, nel processo di embriogenesi, a seguito della fecondazione, creano una figura geometrica che si può definire un perfetto tetraedro e subito dopo, nel processo di duplicazione, un'altra di polarità opposta rappresentando, visivamente un perfetto tetraedro “stella” definito anche dalla geometria sacra “Uovo della Vita”.

Vi sono studiosi e ricercatori, fin dai tempi più antichi, che affermano che queste prime otto sfere o cellule sono molto importanti per la vita dell'individuo e che rimarranno in noi fino alla nostra morte; esse fanno parte dei cosiddetti risonatori cosmici, cellule in connessione di risonanza con le forze cosmiche che ci collegheranno al “Programma di Vita Universale”.

Secondo le scienze magnetiche guardando dall'alto il campo energetico umano in parte vedete semplicemente lo scheletro del "Fiore della Vita" che per natura è esagonale. I nostri campi vitali infatti crescono esagonalmente proprio come fanno i cristalli.

Punto triplo: l'acqua è l'unica sostanza naturale che possiamo trovare in tutti e tre i suoi stati fisici: stato solido (ghiaccio), liquido e gassoso (vapore).

Proprietà caratteristica e fondamentale dell'acqua è quella di possedere un punto triplo: esiste infatti una soglia dove, date certe condizioni di temperatura e pressione in equilibrio, possono coesistere i tre stati dell'acqua. Giunti dunque ad una determinata temperatura e a una determinata pressione, si possono avere contemporaneamente lo stato liquido, lo stato solido e lo stato gassoso dell'acqua.

1.3 L'acqua come principio vitale

Affrontando la relazione diretta tra l'essere umano e l'acqua verrebbe da dire che rappresenta il rapporto dell'Uomo con sé stesso, considerando la nostra composizione prevalentemente acquatica. Eppure di rado sia la medicina tradizionale, sia la cultura salutistica generica mettono in risalto l'importanza di conoscere bene innanzitutto i meccanismi che regolano tale rapporto, anche considerando poi le inevitabili variazioni individuali che solo ogni singolo soggetto può arrivare a conoscere, regolandosi così di conseguenza. Spesso molte patologie sono correlate o trovano condizioni ideali per svilupparsi in situazioni di carenza idrica fisiologica, così come la naturale vitalità dell'organismo, e di conseguenza il suo sistema immunitario, non viene adeguatamente sostenuta dall'assunzione di acque di buone qualità e soprattutto che siano ancora portatrici di forze di vita, ovvero affinché un'acqua sia vitale e pienamente efficace.

I cluster dell'acqua (zone coerenti e zone non coerenti) non sono tutti uguali tra di loro, ma dipendono dalle diverse frequenze vibratorie memorizzate in essi; ad esempio l'ampiezza della frequenza della luce crea la dimensione dei cluster, infatti la frequenza è inversamente

proporzionale al loro diametro e si è visto che frequenze più alte danno cluster più piccoli. Ogni organismo possiede un campo elettromagnetico proprio ed emette, determinate frequenze; ogni parte rappresenta il tutto secondo un principio olografico: si può pertanto dire che è una somma di ologrammi che definiremo “intelligenti”. Essendo il nostro organismo formato per il 70-80% da acqua avrà tanti domini di coerenza olografica e tanto più sono grandi i domini stessi più l’organismo si manifesterà lento.

Nella parte inferiore del corpo e a livello intestinale vi sono cluster di acqua grandi a bassa frequenza; i tubuli, in questa zona del corpo, sono anch’essi più grandi, permettono il passaggio di grosse molecole e quindi anche di sostanze tossiche più pesanti.

I micro-tuboli cerebrali fanno, invece, passare solo molecole più piccole ad altissima frequenza e in queste aree troveremo, quindi, piccoli cluster ad alta frequenza.

Le piccole molecole di alcuni metalli pesanti come ad esempio mercurio e piombo possono passare la barriera encefalica creando intossicazioni e seri problemi anche ai neurotrasmettitori cerebrali; è stata dimostrata da tempo la correlazione tra depressione, irritabilità, nervosismo, problemi psicologici e immunitari, intossicazione da mercurio e da amalgami dentari.

La parte coerente dell’acqua è impenetrabile, non assorbe alcun elemento al di fuori dell’idrogeno. Nella parte non coerente sono disciolti gli ioni dei Sali.

Nel corpo sano esiste un giusto rapporto tra parte coerente e parte incoerente e normalmente i cluster hanno domini di coerenza piccoli, mentre lo stato di “malattia” (bassa energia) tende a gonfiarli, ingrandirli; da qui il senso di gonfiore che spesso il ristagno provoca. I cluster diventano condensatori carichi da scaricare. L’acqua diventa densa e aumenta così la viscosità, infatti la parte coerente è altamente viscosa, cala la conducibilità elettrica del corpo e quindi la capacità di trasportare gli ioni. Vengono a crearsi ristagni cellulari, contratture muscolari, energia “compressa” e di conseguenza un eccesso di coerenza.

Il corpo entra in uno stato patologico cronico su cui vi saranno pochi margini di manovra: lo stato cronico dev’essere immediatamente sbloccato. Intervenendo sulla parte incoerente si potrebbe

sbloccare il sistema, infatti, una frequenza uguale o contraria a quella della cellula ammalata permetterebbe di liberare gli ioni bloccati della cellula malata (questo è anche uno dei principi dell'omeopatia). Quando un'onda, con la stessa frequenza, arriva ai domini di coerenza dell'acqua contenuta nel corpo, se vi è una sovraeccitazione, il dominio si sgretola fino a raggiungere i domini strutturali che, solitamente, si eliminerebbero solamente mediante bollitura.

Si arriverà in questo modo a una “crisi risanatrice” che donerà al corpo una profonda distensione e lo riporterà allo stato di minima energia cioè all'equilibrio. Per facilitare il raggiungimento di questa crisi risanatrice è necessario a volte un intervento con acqua di particolari frequenze sottili.

2. Il ruolo dell'acqua nell'organismo

2.1 I liquidi nel corpo

I liquidi che compongono il nostro corpo, tutti a base acquosa, a seconda della loro posizione possono poi essere complessivamente distinti in liquidi intracellulari (LIC) e liquidi extracellulari (LEC). I liquidi extracellulari sono composti dall'insieme di:

- Liquido interstiziale
- Liquido sanguigno
- Liquido trans-cellulare
- Liquido linfatico
- Liquido cerebro-spinale
- Liquido sinoviale

I liquidi extracellulari (LEC) hanno la funzione di mantenere un ambiente interno relativamente costante per le cellule e assicurano il trasporto delle sostanze da e per le cellule stesse. Il sodio è il principale catione dei liquidi extracellulari. Il liquido intracellulare (LIC) è il citoplasma acquoso contenuto all'interno delle cellule. Serve per consentire le reazioni chimiche intracellulari atte a mantenere la vita. Per volume il LIC forma il più grande compartimento liquido del corpo. Pertanto il contenuto idrico corporeo è complessivamente dato dalla sommatoria del LIC più LEC.

Questi liquidi pesano in media circa 40 kg di cui 15 kg sono il LEC e 25 sono il LIC. Per cui tutta l'acqua di cui siamo composti è contenuta all'interno (per la gran parte) delle nostre cellule o tra di esse e non si vede perché ogni cellula è separata dall'esterno da più sistemi di membrane impermeabili, proprio per evitare che l'acqua in esse contenuta evapori. Questa acqua salata corporea, deve mantenersi il più possibile costante a pH 7,35 altrimenti la salute scompare e può nascere la malattia. L'acqua entra nel corpo attraverso il tratto digerente, si aggiunge il volume di

liquido proveniente dalle cellule quando catabolizzano (scindono/smontano) i cibi e l'acqua risultante entrano nel circolo sanguigno. L'acqua viene eliminata dal corpo attraverso:

- l'urina, attraverso i reni
- il vapore acqueo espirato dai polmoni
- la pelle come sudore (e in parte ancora come vapore acqueo)
- l'intestino, con le feci.

Altre emissioni minori e irregolari d'acqua organica sono poi quella nebulizzata attraverso gli starnuti, con l'emissione di liquido seminale del maschio o tramite le lacrime.

Alcuni studiosi stimano che ogni 28-29 giorni avvenga il ricambio dell'acqua contenuta nel nostro organismo; ovvero secondo un ciclo che richiama molto quello della luna e che possiamo almeno ipotizzare che possa subire gli stessi influssi lunari dell'acqua terrestre "esterna".

2.2 Le funzioni dell'acqua

L'acqua costituisce oltre i due terzi del corpo umano sano e tra le sue funzioni ricordiamo ad esempio:

- mantiene costante attorno ai 37° C la temperatura corporea,
- scioglie i principi nutritivi e li trasporta in tutti i punti del corpo,
- lubrifica le articolazioni, l'esofago e gli occhi,
- partecipa da protagonista all'assimilazione del cibo,
- porta nutrimento e ossigeno alle cellule e rimuove i prodotti di scarto attraverso il sangue e sistema linfatico,
- rappresenta il nostro naturale impianto di aria condizionata grazie alla sudorazione,

- sciacqua e depura tutti i nostri tubi interni come tutto l'apparato gastroenterico, asportandone le cellule morte,
- idrata tutti i tessuti sostenendone la forma (prevenendo "l'appassimento cellulare")
- mantiene la pelle sana

Molte malattie che affliggono milioni di persone in tutto il mondo, derivano da una semplice causa non riconosciuta: non beviamo acqua a sufficienza! Quando il nostro corpo di tanto in tanto protesta attraverso il dolore, noi chiamiamo questi disperati segnali di sete, ovvero di disidratazione, asma, diabete, artrite, algina, obesità, morbo di Alzheimer, alto tasso di colesterolo, ipertensione e così via. Di conseguenza, come afferma anche il dott. Batmanghelidj, se bevessimo giornalmente più acqua molte malattie degenerative potrebbero essere prevenute, o perfino curate.

Quando il corpo umano si sviluppò da specie che si erano formate nell'acqua, esso ereditò la stessa dipendenza dalle proprietà vitali dell'acqua stessa. Il ruolo dell'acqua nell'organismo delle specie viventi non è cambiato sin dalla creazione della vita nell'acqua marina e il suo successivo adattamento all'acqua dolce.

Quando la vita sulla terra ferma divenne un obiettivo, fu necessaria la creazione di un sistema sempre più complesso di conservazione dell'acqua nel corpo per lo sviluppo di nuove specie. Questo processo di temporaneo adattamento a una disidratazione transitoria fu ereditato come un ben consolidato meccanismo nel corpo umano e costituisce ora l'infrastruttura di tutti i sistemi operativi nel corpo degli attuali esseri umani.

Per le prime specie che vivevano nell'acqua, l'avventura al di là dei confini conosciuti rappresentava un grande stress perché rischiavano di disidratarsi. Questo stress diede origine a una fisiologia dominante per la gestione di crisi da mancanza di acqua.

In caso di disidratazione l'organismo non dispone più di sufficienti liquidi per funzionare correttamente. Mediamente un adulto necessita di quasi 30 ml di acqua per Kg corporeo, da assumere attraverso anche alimenti (per esempio frutta e verdura).

Quando il contenuto di acqua nell'organismo è insufficiente viene alterato l'equilibrio di sali minerali e zuccheri e questo è causa di squilibri e difficoltà per numerosi processi metabolici e non solo.

L'organismo è dotato di meccanismi di controllo e regolazione dei liquidi molto sofisticati, ma la popolazione anziana, i bambini (soprattutto i neonati) e alcuni casi specifici (per esempio pazienti in terapia con diuretici) hanno spesso bisogno di bere di più di quanto non suggerirebbe la sete.

I sintomi più comuni di disidratazione negli adulti includono: sete, necessità di urinare meno spesso del solito, colore scuro delle urine, pelle secca, stanchezza e vertigini e svenimenti.

I segni e i sintomi di disidratazione nei lattanti e nei bambini possono comprendere in aggiunta anche: bocca secca, pianto senza lacrime, nessun pannolino bagnato per 3 o più ore, febbre alta e letargia (eccessiva sonnolenza).

Le prime complicazioni possono verificarsi già con piccole perdite di liquidi, quindi se pensi di essere disidratato è ovviamente necessario bere, ma è raccomandabile farlo gradualmente, per evitare di sovraccaricare lo stomaco rischiando di innescare episodi di vomito.

Tra le cause più frequenti di disidratazione ricordiamo: diarrea grave, vomito, febbre e sudorazione eccessiva. Ci si può disidratare anche quando non si beve abbastanza in situazioni di clima caldo o di esercizio fisico.

Una curiosità: quando l'acqua non è disponibile (ad esempio, in mare o in un deserto), l'acqua di mare e gli alcolici sono destinati a peggiorare la condizione. L'urina contiene a sua volta una concentrazione del soluto simile all'acqua di mare e, nonostante quanto si pensi, numerose guide ne sconsigliano il consumo in situazioni di grave emergenza.

Nelle "società avanzate", pensare che tè, caffè, alcool e bibite siano piacevoli sostituti per il naturale bisogno di acqua del corpo sottoposto a uno stress quotidiano è un errore catastrofico. È vero che queste bevande contengono acqua, ma esse contengono anche elementi disidratanti (quindi diuretici). Esse fanno espellere non solo l'acqua in cui sono diluite ma anche altra acqua presa dalle

riserve del corpo. I moderni stili di vita rendono spesso le persone dipendenti da ogni specie di bevande prodotte per scopi commerciali. I bambini non vengono educati a bere acqua, diventano dipendenti da bibite (gassate, con caffeina, teina, taurina e dolcificanti) e succhi di frutti. In linea generale non è possibile bere bevande confezionate per rimpiazzare completamente l'acqua di cui abbiamo bisogno. Allo stesso tempo, una preferenza prolungata per il gusto di queste bibite riduce automaticamente l'impulso di bere acqua quando esse non sono disponibili, conducendo così alla disidratazione.

Senza l'acqua nessun processo chimico e fisico del corpo umano potrebbe svolgersi. Essa rappresenta quindi sia la gran parte della materia che ci costituisce sia il "carburante" che la fa funzionare. In più sostiene anche la forma esteriore del corpo stesso: basti pensare agli anziani o alle varie situazioni patologiche, in cui la riduzione della percentuale d'acqua delle cellule, quindi nei tessuti, fa avvizzire il corpo e gli organi stessi riducendone anche le dimensioni e facendo tra l'altro perdere bellezza e riconoscibilità. Non a caso quando una persona sta bene diciamo "che è in forma" e la forma, soprattutto quella del viso, sostiene la nostra individualità esteriore.

Se è vero come si dice che noi siamo ciò che mangiamo, a maggior ragione, dal momento che il nostro corpo è costituito in gran parte da acqua, noi e la nostra salute siamo il risultato di ciò che beviamo. Il turgore e la pelle fresca vellutata dei bambini è il segno più immediato della loro buona idratazione e le continue poppate del lattante, ogni due ore, non è solo la richiesta di alimentazione nel senso dell'ottenere i necessari principi nutritivi (proteine, grassi, vitamine ecc.) ma è innanzitutto la necessità di mantenere alti i livelli di acqua nel proprio organismo. Infatti il modo migliore per assimilare acqua idratando i tessuti è proprio quello di bere moderatamente ma spesso. I famosi circa 2,5 litri di acqua da bersi ogni giorno vanno assunti dunque a piccole dosi, ma il più frequente possibile, consci tra l'altro che lo stimolo della sete giunge solo quando il corpo è già all'inizio di un processo di disidratazione. La "bevuta preventiva" dovrebbe dunque essere il miglior modo di bere. Ovviamente ciò può avvenire anche attraverso un frutto succoso o della verdura, che tra l'altro forniscono naturalmente il giusto apporto di minerali.

Quando la quantità di acqua presente nell'organismo equivale al livello ideale, ovvero 60-70% di acqua corporea negli adulti, si dice che il corpo è in perfetto equilibrio idrico ed è risaputo che rimanere in tale stato è una delle condizioni essenziali per stare in buona salute. Per altro proprio una delle caratteristiche intrinseche dell'acqua, ovvero la sua mobilità e la grande capacità di cambiare stato, la rendono in parte poco trattenibile dal nostro corpo, dal quale tende quindi per sua natura "a scappare". Ciò anche per espletare quelle funzioni importanti di ricambio e depurazione dei cataboliti prodotti dal nostro organismo che se non eliminati diverrebbero in breve veri e propri veleni, fonte di vari tipi di patologie. Infatti, gli scarti del metabolismo (soprattutto l'ossido di carbonio) vengono trasportati, sempre dall'acqua, lungo il sistema circolatorio venoso fino ai reni, all'intestino, ai polmoni e alla pelle (organi emuntori) per poi essere finalmente espulsi. Sta di fatto che quotidianamente e più volte al giorno perdiamo fisiologicamente una parte della nostra preziosa acqua corporea, andando così in disequilibrio idrico. Circa 1200 millilitri di acqua vengono perduti attraverso l'urina, 200 millilitri attraverso le feci, 600 millilitri attraverso la sudorazione e 500 millilitri attraverso la respirazione, per un totale di circa 2,5 litri di acqua perduta ogni giorno. Che corrisponde al nostro fabbisogno idrico giornaliero. Se quella introdotta attraverso cibo e bevande è inferiore al fabbisogno idrico giornaliero si rischia la disidratazione, con conseguenze anche mortali.

Quando il contenuto di acqua presente nelle cellule scende sotto il 50% i processi vitali prima rallentano e poi si paralizzano, molto spesso anche in modo irreversibile. Oltre a mantenere l'organismo in equilibrio idrico l'acqua svolge un'altra importante funzione: trasporta e consegna alle cellule le sostanze nutrienti (vitamine, proteine, grassi, carboidrati, zuccheri, sali minerali) indispensabili alla loro sopravvivenza. L'acqua presente nel sangue trasporta i nutrienti lungo tutto il sistema circolatorio arterioso fino alle cellule che poi li metabolizzano, ovvero li trasformano in energia e calore corporeo. È utile poi ricordare che l'assunzione di acqua inquinata da sostanze chimiche o con un contenuto eccessivo di sali minerali inorganici (tra cui gli zuccheri) può

ostacolare seriamente sia il trasporto dei nutrienti che l'eliminazione delle scorie e delle tossine, con conseguenze anche gravi per la salute.

L'acqua dunque fornisce energie e forza al corpo umano non solo in quanto veicolo delle sostanze nutritive bensì anche e forse soprattutto in quanto portatrice di vitalità, termine forse un po' generico ma che chiarisce con immediatezza un concetto che unisce la forza all'efficacia. Sappiamo infatti che il corpo umano sopravviva anche 40 giorni senza alimentarsi e come invece muoia (per collasso e blocco renale) dopo solo 3 o 4 giorni senza acqua.

La resistenza di un organismo umano alla mancanza di alimenti e/o acqua è ovviamente variabile con l'età, la salute di partenza, le condizioni ambientali, ecc. Tuttavia in tutti quando il corpo è in deficit di glucosio alimentare, lo ricava convertendo le riserve di grasso. terminate quelle, si passa a degradare le proteine muscolari, fino a terminarle completamente. Per ultimo vengono intaccate le proteine del muscolo cardiaco: è a quel punto che si muore.

Esiste un'amplissima e documentata casistica di persone, per lo più mistici, che hanno vissuto gran parte della loro vita senza alimentarsi o facendolo pochissimo e ingurgitando molto meno delle canoniche 155-2000 calorie al giorno e quindi avrebbero dovuto morire in pochi mesi. Senza arrivare alle situazioni più estreme, molto discusse ma che sembra interessino attualmente al mondo dalle 3000 alle 5000 persone che asseriscono di essere in grado di alimentarsi di sola luce e di cui il caso più noto è forse quello del famoso asceta indiano Prahalaḥ Yāni, anche nella cultura occidentale sono registrati diversi casi di personaggi, anche famosi, che non si alimentavano o lo facevano in maniera occasionale o per esempio ingerendo la sola S.S. Eucarestia. Per rimanere tra i mistici cristiani ricordiamo per esempio le vite di Katerina Emmerik, di Marthe Robin o di Padre Pio, che mangiavano pochissimo pur avendo una vita molto intensa. Tutte queste persone infatti non solo sopravvivevano, ma erano anche in grado di svolgere varie attività e tutte dimostravano grande lucidità mentale e presenza di sé. Non mangiavano o lo facevano poco, ma tutte bevevano.

3. Acqua: vibrazione e informazione



L'acqua è il veicolo principe per l'informatizzazione dei sistemi biologici viventi, infatti per ogni molecola di proteine vi sono 10.000 molecole di acqua. L'acqua può e deve essere informata; quando le molecole attivano un effetto biologico, non stanno trasmettendo direttamente il segnale, il lavoro avviene nell'acqua e dall'acqua che svolge anche un lavoro di amplificazione del segnale.

L'acqua è in grado di veicolare informazioni molecolari (messaggi biologici); è possibile trasmettere ed amplificare questa informazione, così come si può fare per il suono e la musica da uno studio del prof. Jacques Benveniste del 1984, pioniere della ricerca del "rimedio vibrazionale". Egli lavorava sul sistema ipersensibile (allergie ed asma) portando alla luce, nell'alta diluizione dell'acqua nella quale era stata all'inizio diluita una determinata sostanza, che questa acqua altamente diluita dava luogo a una reazione come se fossero ancora presenti le molecole della sostanza originale; quindi l'acqua manteneva una traccia delle molecole presenti all'inizio delle

diluizioni. Da quella data sono stati effettuati migliaia di esperimenti ed osservazioni, arricchendo e consolidando le nostre conoscenze attuali. In queste osservazioni sperimentali, lungi dal contrapporsi alle teorie biologiche attualmente accettate possono venire integrate come una loro estensione. Benveniste affermò: «Siamo quindi convinti di aver portato alla luce un fenomeno essenziale alla spiegazione della biologia e della vita.».

Lo scienziato e ricercatore giapponese **Masaru Emoto** ha messo a punto una tecnica che ha consentito di scoprire e ammirare i molteplici segni del linguaggio figurativo con cui l'acqua risponde agli stimoli esterni di varia natura. Essa consiste nel fotografare gocce congelate, cioè i cristalli di acqua. Egli ha cominciato le sue ricerche nel 1984 insieme al dott. Lee Lorenzen, biochimico studioso dell'acqua ed inventore della *Magnetic Risonance Water* (acqua di risonanza magnetica) cioè acqua energizzata avente effetti terapeutici. Affascinato dalla scoperta della memoria dell'acqua, Emoto ha approfondito l'argomento per scoprire se tutta l'acqua esistente sulla terra è uguale o se presenta eventuali differenze.

Ha fotografato acque provenienti da ruscelli, laghi, fiumi, acquedotti, fognature e stagni di tutto il mondo. I risultati sono straordinari e inaspettate e incredibili sono le differenze dei cristalli in relazione alla loro provenienza. Egli ha voluto proseguire le sue ricerche per dimostrare che le vibrazioni energetiche provenienti da musica, colori e pensieri modificano la struttura dell'acqua che essendo formata da atomi è, essa stessa, energia. In effetti i cristalli d'acqua modificano la loro forma geometrica: sembrano dare forma ai pensieri positivi o negativi espressi. Le fotografie mostrano che l'acqua trattata con musiche, parole e pensieri positivi o negativi espressi. Le fotografie mostrano che l'acqua trattata con musiche, parole e pensieri positivi forma cristalli bellissimi simili a quelli della neve, per contro forme brutte e amorfe sono invece create da parole, musiche e pensieri non positivi. In questi cinque anni di ricerche Masaru Emoto e la sue equipe hanno fotografato ed archiviato oltre 10.000 foto e pubblicato diversi libri tra cui *The Message of Water*.

Procedimento utilizzato per la realizzazione dei cristalli: è stata messa una goccia di ogni campione da analizzare in 100 “capsule di Petri” e in un congelatore per 2 ore alla temperatura di -5°C. I cristalli formati sono stati fotografati al microscopio con un ingrandimento di 200-500 volte. È molto importante che si formi una “struttura cristallina esagonale” infatti la scheggiatura e/o collasso di tale struttura non sono segni positivi. Il criterio di giudizio è fondato sulla bellezza o meno del cristallo.

Attraverso le ricerche di Masaru Emoto ci giunge un sorprendente messaggio dall’acqua. Essa è infatti in grado di registrare la vibrazione di un’energia estremamente sottile, definita nella cultura giapponese, *Hado*. I risultati degli esperimenti condotti dimostrano che i cristalli modificano la propria struttura in relazione ai messaggi che ricevano. *Hado* è una parola giapponese che significa “cresta dell’onda” questo termine indica la vibrazione energetica estremamente sottile che è all’origine della creazione. Grazie all’utilizzo della MRA (*Magnetic Resonance Analyzer*), una macchina in grado di misurare l’intensità di *Hado*, Emoto ha potuto dimostrare che l’acqua può migliorare le condizioni fisiche delle persone. Il cristallo d’acqua è il segno che rende visibile l’influsso di questa sottile vibrazione, non visibile all’occhio umano, ma in grado di influenzare la materia. L’acqua ci ascolta, memorizza sul suo nastro magnetico le vibrazioni dei pensieri e delle nostre emozioni e ci risponde nel linguaggio figurativo dei suoi cristalli. Questo dialogo ci rende consapevoli e fa emergere l’immagine di ciò che siamo. È difficile per l’essere umano credere al concetto di dialogo con l’acqua, in realtà questo dialogo esiste. La Terra chiamata anche Pianeta d’Acqua, è coperta per il 70% della sua superficie di acqua, circa la stessa proporzione presente nel corpo umano.

Le immagini dei cristalli riflettono il risultato delle esperienze interpersonali all’interno dei nuclei quali la famiglia, la scuola e i gruppi di preghiera. L’esperienza della preghiera ha in sé le vibrazioni del sentimento e dell’emozione che accompagnano la parola. La risultante è una vibrazione sottile in grado di intervenire sulla materia modificandola. Se potessimo migliorare il nostro rapporto comunicativo di interazione affettiva, professionale e sociale e di conseguenza

migliorare la qualità della nostra vita comprendendo la realtà che ci circonda tutto ciò si rifletterebbe sicuramente sulla struttura dell'acqua del nostro organismo, che manterrebbe a lungo l'informazione del cambiamento, concorrendo a concretizzarlo sulla materia. L'informazione del cambiamento prodotto verrebbe trasmessa dai veloci messaggeri del corpo, i neuropeptidi, che si preoccuperebbero di raccontarlo a livello cellulare a tutti i sistemi dell'organismo, predisponendolo al necessario adattamento psico-fisico. La mente e il corpo sono un unico sistema, pertanto il cambiamento delle credenze e delle esperienze esse legate, essendo mappe mentali possono ripercuotersi sul corpo modificando la sua struttura precedente, con un nuovo assetto fisico emozionale. Una domanda potrebbe scaturire spontanea: ma sarebbe qualcosa di duraturo o temporaneo? A questo proposito vogliamo ricordare l'incantesimo provocato dall'energia della preghiera sulle sponde del lago Biwa, in Giappone (esperimento del dott. Masaru Emoto). Il 25 luglio del 1999 alle ore 4.30 del mattino, 350 persone si riunirono di fronte al lago inquinato per offrire le proprie preghiere all'acqua. L'intenzione delle persone che pregavano insieme era sintonizzata su pensieri di armonia e gratitudine. Il risultato è stato sbalorditivo! L'acqua prelevata dal lago inquinato prima di essere sottoposta alla vibrazione della preghiera non ha prodotto alcun cristallo, mentre quella prelevata dopo la preghiera è stata in grado di produrre bellissimi cristalli per oltre 6 mesi. Masaru Emoto era convinto che sia la coscienza di ognuno di noi che crea il nostro mondo tramite la nostra acqua interna ed esterna. La vibrazione dell'amore e della gratitudine possono essere trasmesse attraverso la nostra intenzione, ai corsi d'acqua che attraversano i paesi devastati dai conflitti e dalle guerre. "L'acqua è uno specchio che riflette la nostra mente".

3.1 Masaru Emoto e l'informazione

Riprendendo un discorso di Emoto, di seguito il funzionamento dell'informazione dell'acqua:

“Durante il processo di campionatura e di fotografia di diversi tipi di acqua, mi è parso di capire che la qualità dei cristalli di ghiaccio dipendesse da qualcosa di più che dal semplice fatto che l’acqua fosse di sorgente o di rubinetto. Ho allora formulato un’ipotesi. “L’acqua mostra forme differenti di cristalli a seconda dell’informazione ricevuta.” Ero certo che la differenza nella formazione di cristalli di ghiaccio non era soltanto dovuta alla presenza o all’assenza di cloruro ma ad un altro genere di informazioni.

Per provare questo, ho messo l’acqua in due bottiglie di vetro. In una bottiglia ho attaccato l’etichetta con su scritto “grazie” e sull’altra “sei pazzo” in modo che l’acqua fosse in grado di leggerla. L’acqua in entrambe le bottiglie era la stessa.

I risultati erano più che soddisfacenti a sostegno della mia teoria. L’acqua nella bottiglia con l’etichetta “grazie” aveva formato un bellissimo cristallo esagonale, mentre quella con l’etichetta “sei pazzo” aveva solo frammenti di cristallo.

Se l’acqua colleziona informazioni e i cristalli ne riflettono le caratteristiche, significa che la qualità dell’acqua cambia in base alle informazioni che riceve. In altre parole, le informazioni che diamo all’acqua fanno cambiare la sua qualità.

Ero motivato più che mai a studiare l’acqua, e allo stesso tempo, ho iniziato a pensare a quanto felici sarebbero le persone bevendo una buona acqua. Dato che questo esperimento mi convinse che la mia teoria era corretta, cominciammo allora a dare varie informazioni all’acqua per poi congelarla e quindi fotografarne i cristalli. I risultati erano interessanti. Sistematicamente potevamo constatare come l’acqua rispondesse a parole positive formando bellissimi cristalli. Come se volessero esprimere le loro gioiose emozioni, i cristalli si aprivano come fiori. Al contrario, quando all’acqua veniva esposta a parole negative, non si formava nessun cristallo.”



Amore e gratitudine



Grazie in Giapponese



Mi offendi- Ti uccido



Acqua di Lourdes



Om Namah Shivaya



Fortuna

Per esempio, quando mostrammo all'acqua la parola "felicità", formò ben bilanciate forme di cristallo come bellissimi diamanti. Invece, quando l'acqua venne mostrata la parola "infelicità" il risultato fu di un cristallo rotto e sbilanciato. Era come se l'acqua avesse cercato duramente di formare cristalli, ma esaurite le forze finisse in pezzi.

Se facciamo attenzione a quello che diciamo e alle emozioni che tratteniamo possiamo capire come si sente il nostro corpo e cosa facciamo alle nostre cellule, per esempio. Continuammo a mostrare coppie di parole opposte alla stessa acqua "bravo" contro "non va bene", "mi piace" contro "non mi piace" e poi potere/impotente, angelo/diavolo, pace/guerra. L'acqua formò cristalli solo quando venivano mostrate parole positive.

Cosa interessante, l'acqua rispose a parole in lingua straniera in modo simile ma non allo stesso modo rispetto alle parole giapponesi. L'acqua rispose con bellissimi cristalli a tutte le parole del mondo che esprimessero gratitudine come: *thank you, duoxie, mercie, danke, e grazie*.

L'acqua sembrava comprendere perfettamente l'essenza di ciò che le veniva mostrato, in questo caso la gratitudine e ne prendeva l'informazione. L'acqua non riconosceva le lettere bensì il significato. Quando l'acqua recepiva che la parola conteneva buone informazioni formava cristalli.

Forse l'acqua è anche capace di sentire il cuore della persona che scrive la parola. Esponendo l'acqua a molte parole e prendendo le dovute fotografie dei risultanti cristalli, i miei occhi si erano fissati su una foto in particolare, la più bella che avessi mai visto. Ero affascinato dalla sua bellezza.

Il cristallo si era aperto come un fiore che sboccia. Era come se l'acqua stesse tendendo le mani per esprimere pienamente la sua gioia. Le parole che avevamo dato all'acqua erano state amore e gratitudine.

Da allora parlammo all'acqua in molti modi, mostrammo bellissime foto e suonammo musica meravigliosa ma non siamo più riusciti ad ottenere cristalli così belli come quelli risultati dalle parole amore e gratitudine. Per l'acqua evidentemente le parole amore e gratitudine devono contenere la migliore informazione.

“Noi dobbiamo rispettare l'acqua e sentire per lei amore e gratitudine, e così ricevere le vibrazioni con un atteggiamento positivo. Poi, l'acqua cambia, voi cambiate e io cambio.

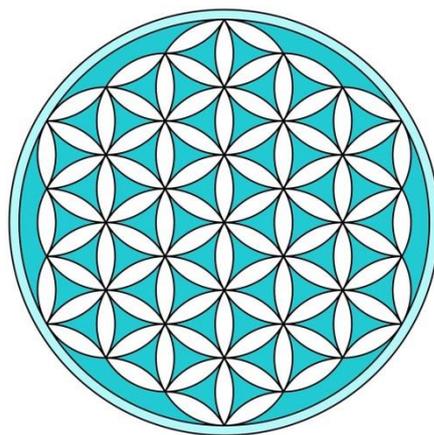
Perché voi e io siamo acqua.”

L'acqua tra le sue numerose qualità è in grado di essere portatrice anche di informazioni, risulta logico e consequenziale pensare all'acqua come conduttrice di energia. L'energia che forma i suoi legami ma anche l'energia di cui si può caricare in situazioni positive, come l'acqua che sgorga da una sorgente o quella bevuta in un torrente di montagna. Di queste acque avvertiamo immediatamente la diversa vitalità, rispetto ad esempio a quelle che corrono per centinaia di metri o magari km nel buio delle tubature delle nostre città, per lo più dopo essere state bombardate da cloro e altri disinfettanti. Oppure rispetto a quelle estratte da sorgenti lontane centinaia di km e rimaste magari per mesi in bottiglie di plastica.

La composizione chimica può essere molto simile e sono entrambe acque batteriologicamente pure ma l'apporto di vita è molto diverso e percepibile dai nostri sensi più intuitivi, anche se non del tutto misurabile con gli strumenti riconosciuti dalla scienza moderna.

Quando assumiamo acqua non beviamo solo un composto chimico, ma introduciamo la sua forza, le sue vibrazioni e una serie di informazioni di cui essa è portatrice e di cui si carica lungo il suo ciclo naturale, dalla terra al cielo e viceversa. Sempre più spesso in questo ciclo incontra fattori di disturbo di origine antropica che interferiscono con essa, impoverendola o addirittura caricandola di messaggi negativi. Le acque vitali sono comunque sempre quelle che possono muoversi, fluire, ovvero rispettare ed esprimere pienamente la natura dell'acqua. Non a caso tutte le tradizioni del mondo e le relative medicine tradizionali evidenziano la perdita di vitalità o addirittura il diventare velenose delle acque stagnanti e paludose. L'acqua che non può più fluire perde quindi la sua vitalità o si carica addirittura di messaggi di morte.

3.2 Il Fiore della Vita: matrice della creazione



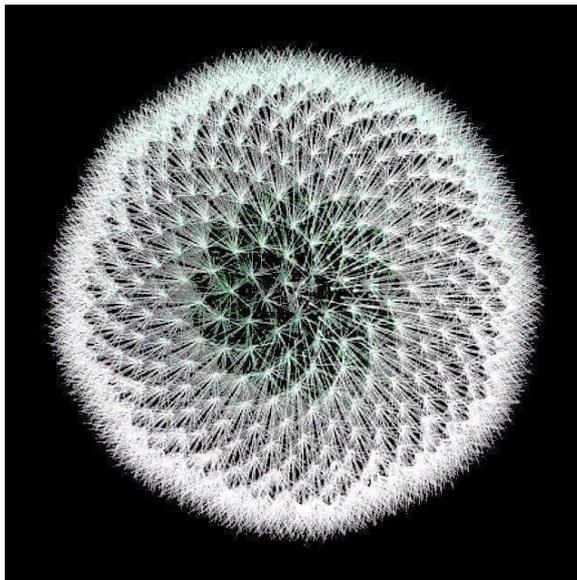
Fiore della Vita

Questo antico simbolo si trova in molte culture e religioni del mondo, la sua perfezione sta nella sua semplicità, che racchiude in sé l'eterno processo creativo, aiutando ad equilibrare ogni struttura e renderla perfettamente armoniosa. Il Fiore della Vita è composto da più cerchi

sovrapposti. Il punto di partenza è il cerchio al centro. Questo riflette una struttura geometrica di base, il che dimostra che ogni forma di vita proviene da una fonte, pensiamo per esempio alla divisione cellulare. Attraverso il Fiore della Vita l'acqua riconosce la matrice della creazione e risponde nel modo più naturale cambiando la sua simmetria, come lo dimostra l'esagono, la sua struttura di base. Questo esagono che proprio si trova nel Fiore della Vita!

Informando l'acqua con il simbolo del Fiore della Vita essa si rivitalizza riattivando la sua innata forza vitale e assumerla risulta benefica e gradevole dal sapore fresco e genuino.

3.3 La sequenza di Fibonacci e il rapporto aureo



Soffione di tarassaco doppia spirale secondo la sequenza di Fibonacci

Fin dall'antichità si applicano proporzioni che si basano sul rapporto aureo, come le epitome della bellezza ed estetica. Ancora oggi questo equilibrio perfetto si può trovare nella natura, nell'arte, nell'architettura, nel design ecc..

La sequenza di Fibonacci si basa sul principio del rapporto aureo e descrive le caratteristiche dei processi di crescita che si possono trovare nella natura, ad esempio nelle foglie e nei fiori per

quanto concerne le piante. È il caso, per esempio, delle spirali levogire con un rapporto 8-13 o 21-34 (tutti i numeri della sequenza di Fibonacci). Dividendo questi numeri tra loro si ottiene sempre 1.618, conosciuto come “Phi” ovvero il rapporto aureo.

Ogni seme è contenuto in un bocciolo di girasole appartiene ad una spirale levogira e destrógira, il numero di spirali sono tutti dei numeri vicini alla sequenza di Fibonacci. Nel girasole si trovano sempre le combinazioni di spirali 21/34 35/55 55/89 e, specialmente nei grossi girasoli anche 89/144. Questo principio vale anche per le margherite, le pigne, il cavolo, l’ananas ecc.

$$1+1=2, 1+2=3, 2+3=5, 3+5=8, 5+8=13... 55+89=144...$$

Il rapporto tra due numeri nella sequenza di Fibonacci è sempre uguale a 1,62 e ciò corrisponde al rapporto aureo. $34:21=1,62$, $55:34=1,62$, $89:55=1,62$

3.4 Omeopatia

Questa sottile pratica medica inventata dal medico tedesco Samuel Hahnemann verso la fine del XVIII secolo, si basa sul noto principio del “simile che cura il suo simile” o di “similitudine del farmaco” *similia similibus curantur*, secondo il quale il rimedio appropriato per una determinata malattia sarebbe dato da quella sostanza che in una persona sana, induce sintomi simili a quelli osservati nella persona malata. Questo tipo di approccio trovava i suoi principi ispirativi nell’antica alchimia secondo cui, purificando una sostanza, se ne poteva estrarre la famosa “quintessenza”, che aveva proprietà opposte alla sostanza stessa.

Hahnemann iniziò a fare esperimenti in cui faceva infusioni di sostanze in acqua e poi diluiva sempre più queste soluzioni. Tra le altre cose egli sperimentò la corteccia di china per curare la febbre malarica perché aveva lo stesso effetto della febbre causata dalla puntura delle zanzare infette. Se mangi la corteccia di china ti viene la febbre. Così, nell’ottica del “simile cura il simile”, il medico tedesco ipotizzò che se si dava della corteccia di china a un malato di malaria forse gli passava la febbre. In effetti la cosa funzionava. Tale tipo di sostanza, detta anche principio

omeopatico, una volta individuata viene somministrata al malato in una quantità fortemente diluita; la misura della diluizione è definita dagli omeopati come potenza e può essere di vari tipi.

L'omeopatia è stata la prima pratica che in maniera estensiva riconosce come base teorica proprio il principio della memoria dell'acqua. Come abbiamo detto la medicina allopatrica, ovvero quella oggi comunemente utilizzata, consiglia con malavoglia, sebbene sempre più ospedali pubblici stiano aprendo ambulatori dove si pratica tale forma di terapia, intesa non tanto come medicina alternativa ma piuttosto integrativa e complementare alle normali pratiche mediche. Del resto sebbene molti medici ancora oggi considerino l'omeopatia alla stregua di un placebo, sono milioni le persone che la utilizzano regolarmente in tutto il mondo (solo in Italia il 7% della popolazione la usa abitualmente) oltre al suo impiego anche in ambito veterinario.

La dinamizzazione o potenziamento dell'acqua è l'altra fase importante del processo di preparazione dei rimedi omeopatici, assieme alla diluizione. Consiste in un'azione di forte agitazione e percussione del flacone in cui è contenuto la diluizione omeopatica (succussioni in senso verticale) oppure il rimescolamento creando vortici (succussione orizzontale), come identificava anche Rudolf Steiner applicando l'omeopatia all'agricoltura (che suggeriva addirittura di usare un ramo di betulla per mescolare l'acqua in un tino o in un secchio di legno per un'ora) per preparare sostanze biodinamiche da irrorare poi nei campi e sui vegetali.

Le successioni canoniche che vengono impresse sono pari a 100, prendendo spunto da quelle effettuate dallo stesso Hahnemann, che si racconta, soleva sbattere 100 volte il suo contenitore sulla Sacra Bibbia. A ogni passaggio di diluizione deve seguire una dinamizzazione. La dinamizzazione conferisce al rimedio il potere omeopatico, il "quid energetico" in concordanza con la Legge di dissimilitudine, che costituisce la base di azione del rimedio stesso. Ciò avviene proprio attraverso la memoria dell'acqua che accoglie in sé il messaggio terapeutico risonante con le forze cosmiche della vita spirituale (Zoe) e trattenuto e trasmesso nonostante l'ormai pressoché totale assenza materiale del principio attivo di fatto fisicamente eliminato attraverso le successive diluizioni. Pertanto la dimensione metafisico-spirituale è una parte fondamentale del principio

omeopatico e della sua efficacia. Non tenerne conto e usare questi prodotti come fossero “normali” piccole gocce che curano solo il sintomo, come ci ha purtroppo abituato la medicina di oggi, rischia di “caricare negativamente” il medicinale stesso, attraverso la sua componente acquosa inficiandone l’efficacia.

Va poi detto che tutti i grandi omeopati del passato non solo effettuavano le varie operazioni rigorosamente a mano, ma stavano anche molto attenti al loro stato d’animo e alle loro condizioni interiori quando si accingevano a lavorare su questi preparati. Ovvero ci mettevano coscienza e conoscenza. Oggi molti dei laboratori farmaceutici che producono prodotti omeopatici effettuano addirittura operazioni delicate come la dinamizzazione in modo meccanizzato, utilizzando delle apparecchiature elettromeccaniche o computerizzate e quindi trascurando proprio quella dimensione metafisica che invece, come visto, sta alla base di questo tipo di medicina (oltre a imprimere nell’acqua così dinamizzata l’impronta non propriamente terapeutica dei campi magnetici dei motori elettrici di questi macchinari). Non c’è quindi da stupirsi se a volte utilizzatori di lungo corso dell’omeopatia abbiano l’impressione di avere a che fare con medicine come le altre o addirittura anche meno efficaci.

3.5 Floriterapia

La dolce unione tra l’acqua e i fiori è la manifestazione più bella e delicata dell’astralità di una pianta e del suo legame con la luce. Quest’ultimo è un rapporto molto profondo che va ben oltre le tipiche proprietà dell’acqua di riflettere oppure di inglobare (rifrangere) i raggi solari e più in generale la luce, diventando in un certo senso essa stessa luminosa.

L’archeologa lituana Marija Gimbutas menziona che nei paesi baltici erano considerate sacre le sorgenti che scorrevano verso est, cioè verso il sole (la direzione verso la quale erano anche orientate le antiche chiese cristiane e le cattedrali gotiche per gli stessi motivi). Inoltre le acque di molte sorgenti sacre erano considerate curative anche per gli occhi e per la vista. In cimrico (o

gallese) la lingua originale celtica del Galles, la parola “llygad” significa “occhio” ma indica anche le acque sorgive, come nel caso delle grotte di Llygad Llŵchwr (l’occhio del Loughor) una rete di sotterranei ricco di acqua che formano la sorgente del fiume Loughor nella catena montuosa del Black Mountain, nel Galles centro occidentale. Così l’occhio, che esprime la chiarezza della visione, si riflette nelle acque pure e trasparenti delle fonti cristalline, gli “occhi della terra” dove come diceva il naturalista-scrittore Henry David Thoreau, lo spettatore guardandole fa risuonare le profondità della propria natura. Quindi il legame tra la luce, la vista e l’acqua potrebbe essere utilizzato anche sul piano terapeutico agendo soprattutto sul nostro corpo sottile che maggiormente è influenzato dalla luce o dall’oscurità, ovvero la psiche e l’Anima. Ciò era quello che rispecchiava il pensiero del medico gallese Eduard Bach (1886-1936) quando mise appunto il metodo terapeutico che prese il suo nome: la floriterapia o terapia con i Fiori di Bach. Durante un periodo di studio sui vaccini Bach si imbatte nell’Organon, il testo principale di Samuel Hahnemann. Nel suo lavoro trovò un’affinità col proprio pensiero: entrambi erano dell’opinione che ci dovesse essere curato sarebbe dovuto essere il malato e non la malattia in sé. A differenza di Bach, però, Hahnemann utilizzava anche erbe velenose, cosa che Bach non condivideva considerandolo una pratica invadente per l’organismo si rivolse quindi alle componenti più gentili del mondo vegetale, ma che nel contempo erano in grado di sintetizzarne molte proprietà e sostanze: i fiori.

Alla base della floriterapia vi è il principio secondo il quale, nella cura di una persona, devono essere prese in considerazione soltanto le sue emozioni e la sua personalità, le quali determinerebbero il sintomo manifesto nel fisico: il singolo fiore sarebbe in grado di dare il via al processo di trasformazione dell’emozioni negativa nel suo tratto positivo, con una conseguente scomparsa del sintomo fisico, essendo quest’ultimo ritenuto il disturbo finale di un disagio originatosi a un altro livello molto più profondo.

In totale utilizzando sostanze estratte dai fiori e successivamente anche da foglie e cortecce, Bach sintetizzò 38 tipi di “fiori terapeutici”. I primissimi fiori scoperti furono i cosiddetti 12 guaritori (tra cui Clematis, Chicory e Centaury), che il medico gallese iniziò prontamente a

sperimentare prima su se stesso e poi sui suoi pazienti; gli altri 26 vennero scoperti poco tempo dopo.

Bach consigliava di cogliere i fiori nel periodo di massima fioritura e nelle prime ore del mattino di un giorno assolato, senza nubi in cielo; il fiore integro veniva posto in una ciotola d'acqua di sorgente nel campo dove era stato raccolto e veniva trattato secondo il metodo del sole. L'altro metodo, detto della bollitura, consisteva nel far bollire le gemme o i boccioli sui propri rametti.

Bach dava molta importanza all'acqua utilizzando di preferenza quella di una particolare sorgente in Galles. Oggi questa tecnica terapeutica non è riconosciuta dalla medicina ufficiale. Al contrario secondo i numerosi sostenitori i rimedi di Bach rilascerebbero nell'acqua, se opportunamente trattati, la loro "energia" e le loro proprietà terapeutiche che, captate dalla memoria dell'acqua, trasmetterebbero al paziente i suoi principi curativi.

3.6 Azione delle acque informate sull'organismo e la risonanza

Per comprendere l'azione delle somministrazioni omeopatiche bisogna necessariamente accettare che il rimedio diluito e scosso contenga un'informazione legata alla struttura fisico-chimica-vibrazionale del solvente, cioè l'acqua. Il rimedio omeopatico ne sfrutta le capacità di unirsi nei domini di coerenza cioè la capacità di danzare alla stessa frequenza. Nell'ambito della fisica quantistica e di alcune sperimentazioni certificano la correttezza di tale preliminare assunzione sciogliendo un determinato composto in acqua, esso "informa" le molecole ad esso vicine, organizzandole in modo che esse, nel loro insieme, assumano una configurazione o una dinamica vibrazionale dei dipoli elettrici che rispecchia quella del composto stesso. Tali modificazione dell'acqua rappresentano quasi un trasferimento di forma. Nel rimedio omeopatico, il soluto, grazie alla succussione nel momento della diluzione, comunica all'acqua un'informazione strutturante: i cluster, sottoposti a un determinato flusso di energia, assumono comportamenti

collettivi, cioè, si va a instaurare un regime di coerenza in grandi domini di molecole d'acqua. Tale struttura o dinamica coerente si conserva anche quando il soluto viene progressivamente ad essere eliminato per effetto della diluizione.

Gli esseri viventi sono sistemi aperti, lontani dall'equilibrio, capaci di percepire minime perturbazioni, soprattutto quando sono maggiormente sensibili a causa di un processo patologico. L'organismo può rispondere a campi magnetici estremamente deboli, soprattutto a certe frequenze specifiche. La malattia potrebbe quindi essere intesa non solo come anomalia funzionale o strutturale molecolare come nella visione accademica classica, ma anche un disturbo di tutta quella rete di comunicazioni elettromagnetiche tra le molecole, i centri nervosi, gli organi ecc. che oscillano a frequenze coerenti e specifiche e quindi sono capaci di entrare in risonanza con frequenze esterne simili. Potrebbe essere lecito definire la malattia come un disturbo degli oscillatori interni e delle loro comunicazioni.

La risonanza si manifesta in diverse forme, ogni volta che un sistema fisico di qualsiasi natura, è caratterizzato da una grandezza capace di oscillare liberamente con una frequenza propria e viene sottoposto dall'esterno a una causa che tende a far variare quella grandezza con la stessa frequenza. Possiamo avere una risonanza meccanica, elettrica, ottica, magnetica, nucleare, delle varie particelle ecc. indagando mediante il fenomeno della risonanza degli esseri viventi entriamo nel campo della bio-risonanza. Nell'atomo gli elettroni occupano nicchie energetiche o zone dello spazio chiamate orbite. Ogni orbita possiede certe frequenze e caratteristiche energetiche dipendenti dal tipo e dal peso molecolare dell'atomo. Per eccitare e spostare un elettrone nell'orbita superiore è necessario dargli energia di una specifica frequenza; solo un quantum dell'esatto bisogno energetico farà saltare l'elettrone sull'orbita superiore. Questo è conosciuto come il principio di risonanza secondo il quale gli oscillatori accettano soltanto energia di una certa banda di frequenza. Attraverso il processo di risonanza, l'energia di giusta frequenza ecciterà l'elettrone a spostarsi a un livello o stato energetico superiore nella sua orbita intorno al nucleo.

L'essere umano può essere paragonato agli elettroni, poiché le sue energie si collocano su diversi livelli energetici che possiamo chiamare orbite di salute e orbite di malattia. Per l'individuo i cui sistemi energetici sono su un'orbita di malattia, per ritornare a un'orbita di salute saranno utili solo energie sottili della frequenza adatta. La risonanza biologica è un fenomeno che avviene ovunque in natura: a livello atomico sappiamo che gli elettroni girano intorno al nucleo su orbite energeticamente definite; perché un elettrone passi da un'orbita inferiore a una superiore deve ricevere energia con caratteristiche frequenziali molto precise. Passando da una superiore a una inferiore emetterà energia di quella stessa frequenza: tale frequenza è la frequenza di risonanza. Per esempio il cantante che è in grado di frantumare un bicchiere emettendo una sola nota molto alta, lo fa cantando alla esatta frequenza di risonanza del vetro. Sebbene il livello energetico dell'uomo vari da momento a momento e da un giorno all'altro, il corpo tende a vibrare sempre a determinate specifiche frequenze. Lo stato di malattia sarebbe uno squilibrio energetico con presenza di frequenze anomale e fattori vari che hanno determinato la rottura dell'equilibrio armonico frequenziale dello stato di salute. Il disturbo dell'oscillazione e della comunicazione collegati alla malattia può essere regolato mediante sintonizzazione, cioè mediante il cambiamento della frequenza imposto dall'iterazione con un altro oscillatore. Secondo questa idea, il rimedio omeopatico (che si basa sulla memoria dell'acqua) e le acque vibrazionali o di luce, agiscono nel malato come una frequenza-guida esterna capace di entrare in risonanza con strutture sensibili del ricevente.

Questi sistemi terapeutici contengono elementi oscillanti in fase coerente e possono interagire con strutture complesse capaci di oscillare (macro-molecole, recettori, alfa-eliche, centrioli, membrane, strutture lineari, filamentose ecc.), ma soprattutto con i liquidi biologici che a loro volta sono fatti per la maggior parte di acqua. Il nostro cervello emette campi elettromagnetici a bassa frequenza affinché i messaggi possano attraversare il mare di liquidi che compone il terreno biologico del corpo fisico, così come i sottomarini nei nostri mari, comunicano con le loro basi e fra di loro solo con emissione a bassa o bassissima frequenza.

Le emozioni sono state da sempre messe in relazione con le frequenze dei suoni; infatti un certo tipo di melodia rilassa e un'altra eccita e ciò in funzione del tipo di composizione di frequenze utilizzate. Questi sono fenomeni interattivi *psico-emotivi-elettro-cerebrali-chimico-fisici*, attivati da frequenza ben definiti e definite.

Esperimento: si prendono due provette di vetro contenenti sangue fresco e si mettono ben accostate una di fianco all'altra, nel primo bicchiere si inserisca una sostanza antigenica che faccia reagire gli anticorpi del sangue. Il tutto alla luce del giorno. Una volta che la reazione è avvenuta, controllate il secondo bicchiere ed osserverete che è anche in esso è avvenuta la reazione anticorpale, senza che vi sia stata aggiunta alcuna sostanza o materia. La risposta può essere solo che l'"informazione biofisica" (perciò senza alcun intervento biochimico) è passata dal sangue della prima provetta a quello della seconda, attraverso il vetro e veicolata dalla luce, producendo la stessa reazione antigene-anticorpo.

Stessi esperimenti anche più sofisticati sono stati effettuati a Novosibirsk nel 1970 dal prof. Kaznacejev e confermati all'Università di Mosca (Naletov 199). Essi hanno contribuito alla nascita della teoria dell'elettroluminescenza e delle informazioni con segnali ultra deboli, facendo passare, da una provetta all'altra, grazie a una fonte di luce UV, le informazioni infettanti dell'EBV (Epstein Barr Virus), il virus della febbre ghiandolaire (mononucleosi).

Ecco svelato il meccanismo della trasmissione-ricezione attraverso i bio-fotoni, dell'informazione fra le varie sostanze cioè l'interazione per mezzo della luce. Ciò avviene in tutti gli esseri viventi e significa semplicemente che tutti i sistemi biologici funzionano come ricevitori radio ricetrasmittenti, tramite le leggi di bio-risonanza. Si può così comprendere come milioni di molecole biologiche possano comunicare tra loro, alla velocità della luce, nel corpo umano anche attraverso l'acqua contenuta in tutti i tessuti. La memoria dell'acqua, così come quella di ogni altra sostanza, risiede nella possibilità intrinseca di accumulo e rilascio dell'informazione della luce ovvero energia fotonica (vedi le ricerche e studi del prof. F. Popp).

3.7 Metodo Omeodinamico

Esiste un metodo piuttosto recente dove l'acqua costituisce uno degli elementi fondamentali e dove l'azione terapeutica con i prodotti derivati si può applicare non solo all'uomo ma anche agli animali e alla Terra.

Il Metodo Omeodinamico messo a punto dal ricercatore italiano Enzo Nastati dell'Istituto Eureka all'inizio degli anni '90 nasce come evoluzione dell'agricoltura biodinamica, a sua volta inventata da Rudolf Steiner negli anni Venti del XX secolo per rispondere alle nuove sfide che interessano il mondo vegetale. Ciò soprattutto dal punto di vista della perdita della vitalità e anche di valore nutrizionale delle piante e delle profonde modifiche che da alcuni decenni stanno avvenendo sul piano delle forze eteriche. Inoltre in tutta la natura quindi anche nell'agricoltura, si fa sempre più pesante l'azione dei fattori di pressione antropica quali l'inquinamento fisico-chimico, biologico, elettromagnetico, radioattivo, transgenico, scarsità di acqua potabile ecc. molte di queste interferenze sono sottili e sfuggibili e non si vedono o percepiscono e quindi spesso non vengono neppure prese in seria considerazione (es. l'azione dei campi elettromagnetici sul vivente). Serve quindi una nuova agricoltura per affrontare queste sfide epocali. È facile intuire che il suffisso omeo deriva dal termine omeopatia.

Questo modo di fare agricoltura infatti si prefigge lo scopo di fondere le conoscenze dell'agricoltura bioecologica tradizionale e con quelle biodinamiche e con quelle appunto dell'omeopatia.

Risulta infatti possibile, in accordo con la visione omeopatica, portare alle piante e ai terreni delle forze sotto forma di messaggi memorizzati e conservati dall'acqua. Come l'agricoltura biodinamica anche quella omeodinamica riconosce tre principi fondamentali: la pianta è immagine del cosmo, concimare significa portare vita nel terreno e l'azienda agricola deve essere concepita e conformata come un organismo vivente in sé concluso.

Il termine Omeodinamico indica quindi che gli interventi vengono effettuati con prodotti collocabili nell'ambito dell'omeopatia. Il Metodo Omeodinamico può così stimolare:

- Il processo di formazione dell'humus del terreno (anche senza apporto di sostanza organica)
- Il processo di compostaggio di sostanza organica
- L'attivazione dei processi di depurazione nel terreno piante e acqua
- I principali processi vegetali (germinazione, fioritura, accrescimento, maturazione, formazione di vitamine, principi attivi ecc.)
- La resistenza degli stress climatici (al freddo, al caldo, al secco, all'umido)
- La resistenza ai parassiti e alle erbe infestanti
- La resistenza all'acqua salmastra
- La resistenza ai pollini OGM
- La resistenza ai campi elettromagnetici

Seguendo questi pensieri sono stati anche realizzati dei dispositivi atti a potenziare la capacità bagnante dell'acqua (fino a 6 volte). Dispositivi che si sono dimostrati ideali per condizioni di siccità. Questo metodo presenta tre indiscutibili vantaggi:

- Assoluta assenza di residui indesiderati nel terreno e nelle piante
- Costo molto limitato dei preparati, data l'alta diluizione cui la sostanza base viene sottoposta
- Praticità operativa

Questo nuovo metodo di coltivazione, presenta inoltre molti aspetti educativi e morali, in particolare per i giovani, cosa particolarmente importante in un'epoca qual è la nostra ove il rispetto dei valori ambientali e della vita è scivolata a un punto molto basso. Un sistema che ancora una volta utilizza l'acqua abbinandola alle *forze sottili*, con un approccio ritenuto non scientifico dagli ambiti accademici tradizionali ma che, stante i positivi risultati verificabili sul campo sta anche

convincendo sempre di più numerosi ricercatori quanto meno a prenderlo in considerazione, ma soprattutto sta incontrando il favore di molti agricoltori.

3.8 Trasferimento farmacologico frequenziale (TFF)

Il dott. Massimo Citro, medico chirurgo specializzato in psico-terapia e medicina naturale, ha anche una laurea in lettere classiche, a testimonianza dell'ecletticità e della solidità culturale della persona. Sin dal 1990 ha sviluppato una propria originale linea farmacologica tenendo conto degli studi dell'acqua informata di Masaru Emoto e Jacques Benveniste della teoria dei domini della coerenza dei fisici Del Giudice e Preparata e di altri ricercatori tra i quali Samuel Hahnemann.

Tutto ciò gli ha permesso di arrivare a mettere a punto il trasferimento farmacologico frequenziale, una metodologia che permetterebbe di trasferire a un soggetto le proprietà farmacologiche di un farmaco senza somministrarlo. In pratica, attraverso particolari circuiti elettronici, si trasferiscono segnali di natura elettromagnetica e non, che possono ottenere su diversi substrati biologici riceventi gli effetti di un medicinale senza doverlo somministrare. Quel che viene trasferito è solo il codice di un principio attivo terapeutico al quale l'organismo risponde come in presenza di quel farmaco, la sua *essenza*, senza però i sempre presenti effetti collaterali. In pratica ai sistemi organici riceventi, per esempio le cellule, per reagire non importa tanto avere la presenza fisica, materiale, di un oggetto (per es. in questo caso il farmaco) ma piuttosto il suo segnale, ovvero la sua essenza peculiare.

4. L'Acqua: percezioni, sensazioni ed emozioni

“Come un uomo del medioevo, il feto racconta d’un viaggio in un mondo di meraviglie non come chi ha vissuto l’esperienza direttamente, ma come chi l’ha appresa leggendola sulle pagine di un grande libro.”

M. Mancia

La prima esperienza degli esseri umani nel grembo materno è anche la nostra prima esperienza immersiva ed è la nostra prima esperienza uditiva in acqua. Per essere più precisi la modalità percettiva sensoriale primordiale è stata principalmente tattile, propriocettiva e uditiva. Quello che abbiamo sperimentato prima della nascita può essere definita “beatitudine oceanica” della fusione primaria nell’ immersione in amnios.

“Vorrei che tu fossi l’acqua in cui nuotare nudo come un feto che mima il suo immenso desiderio di pace” scrisse il grande compositore George Gershwin.

In età adulta, ci possiamo cimentare con altre esperienze di immersione come ad esempio quella subacquea e quella delle vasche di galleggiamento intese non solo come attività sportive o di rilassamento ma soprattutto come attività di ricerca e scoperta della dimensione inconscia della mente.

La parola *emozione* è derivata dal latino *e-movere* – far uscire, le nostre emozioni esprimono la direzione del processo di cambiamento dentro di noi e gli impulsi e scopi. Gli scienziati ci dicono che la galassia si espande dal centro verso l’esterno, che c’è una direzione centrifuga nel movimento dell’Universo.

Potremmo dire che una delle ragioni per cui ci troviamo al mondo è di espandere la nostra coscienza: è il nostro aspetto emotivo a imprimere la direzione all’espansione del nostro essere verso una maggiore comunicazione tra i suoi diversi livelli. La forma più alta di emozione è l’estasi:

questa parola non è da intendersi in senso religioso ma come espressione della capacità umana di andare al di là delle sue limitazioni razionali.

I fluidi del corpo corrispondono al nostro aspetto emotivo. I fluidi dentro di noi (acqua, sangue, urina, linfa ecc.) scorrono attraverso tutto il nostro organismo e lo permeano, influenzando sulla salute e sull'equilibrio. Sono paragonabili agli oceani e ai fiumi sul nostro pianeta. Quando siamo eccitati, un cambiamento immediato si verifica a livello dei fluidi: il sangue irrorà le labbra, i capezzoli e gli organi genitali oppure il sudore appare sul corpo.

Circa il 70% del corpo è costituito da fluidi, soprattutto da acqua, che agiscono come un grande mare interno rifluente in su e in giù, con onde correnti che ne determinano la direzione. Il sangue passando attraverso il cuore (antico simbolo dell'Amore) rappresenta la circolazione di quell'Amore proveniente da noi e diretto sia verso noi stessi sia verso gli altri.

Urinare è uno sblocco di emozioni, come per esempio l'urgenza di urinare in momenti di paura o di panico.

4.1 La memoria delle emozioni

Attraverso le neuroscienze, abbiamo scoperto che, oltre alla forma di memoria autobiografica, chiamata *memoria esplicita* abbiamo anche una *memoria implicita* - un inconscio sistema di archiviazione che noi non possiamo riportare alla coscienza e verbalizzare (ineffabilità dell'esperienza).

Possiamo quindi ipotizzare che le esperienze dei nostri primi due anni di vita sono memorizzate come memoria implicita nell'amigdala, nuclei neuronali situati in profondità all'interno dei lobi mediali temporali del cervello. La ricerca ha dimostrato che è nell'amigdala che si svolgono primariamente la memorizzazione delle reazioni emotive. L'ippocampo, infatti, il principale componente del cervello che svolge un ruolo nella memoria a lungo termine, non diventa pienamente maturo se non dopo il secondo anno di vita.

Il ricercatore russo Kostantin Korotkov, professore di fisica dell'Università statale Tecnica di San Pietroburgo ha evidenziato come tutta la memoria degli esseri viventi sia contenuta nelle nostre cellule (e non solo quelle del cervello) e in particolare nella sua porzione acquosa, in quanto le molecole rimangono costantemente concatenate (in condizioni di salute) ma in modi estremamente variegati e conseguenti alle vibrazioni dei nostri organi e di tutto il nostro essere (compresa la nostra coscienza). Dunque non solo l'acqua ricorda ma consente a noi stessi di ricordare.

4.2 Il suono



“ Un unico ritmo, una sola melodia pulsano in seno a tutta la creazione. Una volta realizzata questa verità, tutte le contraddizioni e le differenze scompaiono, si dissolvono, A quel punto potremo udire la musica eterna del Sé, all'interno e all'esterno. Sboccherà il fiore divino della pace, dell'amore e della tranquillità, e la sua fragranza si diffonderà in tutto il mondo ”

Amma (Mata Amritanandamayi)

Tra l'acqua e il suono c'è sempre stato un legame e un feeling particolare, sin dai tempi della creazione del Mondo, quando entrambi questi elementi sono stati plasmati da Dio per la nascita dell'Universo. Tutti conoscono l'incipit del Vangelo di Giovanni *"In principio era il verbo..."* (Gv. 1, 1-18) che ci viene dalla cultura ebraica ma prima di essa anche le civiltà egizie e hindù parlano della creazione come parola e suono, così come alcune leggende vediche risolvono il caos e la disarmonia dell'Universo attraverso la concessione delle note musicali da parte di Dio sino la cultura celtica, che usava la musica per cantare i fuochi di Beltane a primavera, ovvero la perfetta fusione tra acqua e fuoco intesi come elementi archetipici. Il legame tra acqua e suono avviene innanzitutto a livello fisico e macroscopico, con peculiari assonanze funzionali tra un elemento allo stato liquido (l'acqua) dove l'energia che lo compone è in un certo senso intrappolata o stabilizzata e una forma di energia in movimento e in espansione (suono). Quando gettiamo un sasso in uno specchio d'acqua, vediamo formarsi sulla superficie, a partire dal punto in cui il sasso l'ha scolpita, una serie di increspature concentriche che chiameremo onde. Se sull'acqua galleggia per esempio un sughero da pesca, questo, al passaggio delle onde, si solleva e si abbassa ma non si allontana dal posto in cui si trova; la propagazione delle onde avviene infatti senza che le particelle d'acqua subiscano uno spostamento orizzontale ma solo verticale.

Qualcosa di simile avviene nell'aria o in un solido elastico quando vengono colpiti da una vibrazione emessa da una sorgente sonora. Passata l'onda di energia il mezzo in cui essa si è propagata (l'aria o l'acqua) torna al suo posto, nello stato di quiete (ma non necessariamente uguale a prima). I suoni infatti si propagano mediante una successione di compressioni ed espansioni, dette appunto onde sonore. Si tratta dunque di fenomeni ondulatori che interessano le molecole dell'aria, dell'acqua e dei solidi purché ovviamente questi ultimi siano sufficientemente elastici.

Il suono nell'acqua si diffonde in maniera assai più veloce che nell'aria perché nei gas e nei liquidi la trasmissione dell'energia sonora avviene con un'onda elastica: una successione di compressioni e rarefazioni del fluido nella direzione di propagazione del suono.

L'acqua comunque produce quasi sempre suoni, anche quando sembra immobile e anche se l'orecchio umano non è in grado di coglierli: suoni delicati, suoni violenti, suoni misteriosi e suoni inquietanti. Seduti sulle rive davanti allo scorrere placido di un grande fiume solo a tratti si ode il rumore di qualche rivolo o gorgo, ma all'interno della grande massa liquida differenti strati d'acqua scorrono uno sull'altro producendo vibrazioni silenziose solo per le nostre limitate orecchie, che percepiscono come distinti due suoni che gli giungano separati da un intervallo di tempo di almeno 1/10 di secondo e che non odono più nulla quando il suono raggiunge e supera i 18.000/20.000 Hz, limite della nostra capacità uditiva.

Altri animali che meglio incarnano e sintetizzano il rapporto tra acqua e suono sono senz'altro i cetacei. Balene, orche, delfini comunicano ed esplorano l'ambiente circostante attraverso l'eco-localizzazione. Cioè la capacità di ricevere informazioni attraverso l'eco di suoni appositamente prodotti proprio come i pipistrelli.

Con la 24a settimana di vita, il feto è già in ascolto di rumori e suoni nel suo ambiente liquido. Immerso nel liquido amniotico, questo piccolo essere è guidato dal desiderio di comunicare con la voce della madre, per mantenere questa connessione ininterrotta e stabilire un rapporto uditivo con lei.

Il bambino nuota in questo universo acquatico di suoni e rumori interni, punteggiato occasionalmente dalla musica della voce di sua madre. Egli deve imparare ad allungare le orecchie, al fine di ristabilire un dialogo con quella voce. L'orecchio riceve direttamente le frequenze del gorgoglio sonoro dal suo ambiente amniotico, mentre i rumori e i suoni esterni sono sentiti indirettamente passando attraverso la parete addominale della madre.

Il feto ha una connessione uditiva con il suono ritmico del respiro materno, più vario e simile a un'onda quando colpisce la riva. Durante la gravidanza il liquido amniotico avvolge il nascituro, assorbendo e smorzando urti e pressioni di vario genere derivanti dal mondo esterno. Allo stesso modo il liquido amniotico mette al riparo i tessuti circostanti della madre dai movimenti del

feto, che vengono facilitati dalla sua stessa presenza. Questo fluido funziona inoltre da isolante termico e permette l'ottimale sviluppo delle varie strutture corporee del feto.

I suoni vengono filtrati attraverso il liquido amniotico e si verificano modificazioni nelle vibrazioni sonore. I suoni acuti vengono trasformati attraverso questo effetto filtro, mentre i suoni superiori a 500 hertz restano invariati. Il feto sembra reagire più fortemente alle basse frequenze, come quelle del violoncello e contrabbasso, e meno a quelle di violini e flauti. I suoni bassi, vengono condotti per mezzo della conduzione ossea ed hanno secondo Tomatis un potere ipnotico e per certi versi paralizzante ed angosciante, agendo prevalentemente sul labirinto, sull'auto-percezione spaziale e sullo schema corporeo. La voce della madre si origina nella laringe, si diffonde lungo le vertebre per conduzione ossea, si diffonde nell'amnios e in fine giunge all'orecchio.

Il corpo della madre è l'elemento critico nella trasmissione del suono tra il mondo esterno e il nascituro. I suoni esterni, come le voci del padre e fratelli, sono percepiti in forma attenuata. Il liquido amniotico deforma meno la voce materna, mantenendone intonazione e ritmo e questo forse spiega perché il feto ha una predilezione per le voci delle donne, specialmente se cantano.

L'acqua produce suoni molto diversi tra loro e anche reazioni decisamente differenti nei confronti di chi le ascolta. Lo scrosciare di una cascata o di un forte acquazzone hanno un suono inconfondibile e ben distinto anche all'orecchio dell'essere umano, che per altro reagirà in maniera assai diversa per esempio udendo tali sonorità o piuttosto quelle prodotte dalla classica goccia del lavandino. La sorgente maggiore del rumore quando una gocciolina colpisce la superficie di un liquido è la risonanza delle bolle eccitate intrappolate sotto l'acqua. Queste bolle oscillanti sono responsabili per la maggior parte dei suoni provenienti dai liquidi, come l'acqua corrente o gli spruzzi, poiché effettivamente consistono in molte collisioni in gocce-liquide.

Nel 1933 l'astronomo belga Marcel Minnaert ha dunque evidenziato che gran parte dei suoni musicali prodotti dall'acqua a questo livello sono innanzitutto causati dalla vibrazione di innumerevoli bolle che oscillano secondo le loro frequenze naturali. Queste vibrazioni si producono

quando le gocce d'acqua colpiscono una superficie solida e scoppiano o quando una goccia diviene una bolla nell'acqua, gonfiandosi ed entrano in collisione con le gocce vicine. In entrambi i casi si producono vibrazioni che sono all'origine dei suoni dell'acqua e che sono ormai entrati nel nostro DNA. È stato infatti accertato che i suoni dell'acqua favoriscono il rilassamento o addirittura i processi di guarigione, soprattutto da malattie legate al sistema nervoso.

Da tempo immemorabile sono per altro noti gli effetti curativi del suono e della musica soprattutto quando abbinati all'acqua. Le testimonianze lasciate da Pitagora e Platone in Grecia, la musica dell'arpa di Davide nella Bibbia e gli inni dei Veda in India sono una conferma dei poteri terapeutici del suono.

In epoca moderna, gli effetti curativi del suono (musicoterapia) furono confermati dalla medicina nel 1896: alcuni generi musicali stimolavano la circolazione cerebrale e periferica, mentre altri influivano sulla lucidità mentale. Sebbene ancora oggi la musicoterapia sia considerata un settore della cosiddetta medicina alternativa, i dati sull'efficacia di questo tipo di terapia si moltiplicano, soprattutto quando il suono agisce sull'elemento liquido, ovvero l'acqua nelle sue varie forme presente negli organismi umani e non. Per esempio sono state trattate con successo con terapia musicale giovani donne affette da amenorrea ipotalamica funzionale (mancanza di ciclo mestruale) da più di 5 anni. Dopo circa 4 settimane di terapia musicale nelle pazienti si sono rilevati incrementi della produzione di FSH (Ormone follicolo stimolante), LH (ormone luteinizzante) e Estradiolo, ormoni deputati alla regolazione del ciclo mestruale.

Negli ultimi decenni è stato anche rivisto il rapporto tra musica e corpo umano e si è affermato il concetto che l'orecchio, sia pure più importante, non è l'unico organo bersaglio delle frequenze delle varie onde sonore, ma che queste sono percepite e interagiscono anche con gli altri organi, in particolare entrando in risonanza con la componente acquosa del nostro corpo. Esistono studi sugli effetti di vibrazioni nei confronti del Liquor Fontis, ovvero il fluido cerebrospinale, che si è rivelato uno dei ricettori più importanti del corpo umano. Il Liquor è in grado di trasmettere al cervello i segnali delle onde armoniche inducendo così l'attivazione di importanti

attività di sintesi. Anche il citoplasma cellulare, costituito in massima parte di acqua (75-85% peso totale della cellula), è sensibile agli stimoli sonori.

Gli scienziati dell'Università di Bologna hanno rilevato che le cellule producono dei suoni con cui si scambiano segnali in modo molto più rapido ed efficiente rispetto ad esempio a quanto accade con gli scambi chimici. Ovvero utilizzano anche questa metodologia oltre alle altre di tipo biochimico e bioelettrico per comunicare. E quindi, ragionando all'inverso, c'è da capire se producendo determinati suoni si potrebbe arrivare a istruire la cellula a svolgere determinati compiti, ad esempio in campo terapeutico (pensiamo al ripristino dei tessuti danneggiati o l'arresto dei comportamenti caotici distruttivi delle cellule tumorali).

All'inizio del XX secolo Edgar Cayce denominato "il profeta dormiente" predisse che la medicina del futuro sarebbe stato il suono. Effettivamente oggi aumentano sempre più le esperienze e si sviluppano le informazioni riguardo al suono e alla sua capacità di guarigione.

Tutti possono ricevere benefici straordinari da questa forma di guarigione che riduce lo stress, il dolore, aiuta a rilassarsi, migliora il sonno e altro ancora. Il suono viene già abitualmente utilizzato in differenti aree della medicina, nella guarigione olistica e nel consiglio terapeutico (counseling). E' pratica comune per un medico avvalersene sotto forma di ultrasuoni in un'ecografia, ad esempio per creare l'immagine di un feto in modo che i genitori lo possano vedere ancora prima che nasca. Gli ultrasuoni vengono impiegati per eliminare calcoli renali o per accelerare la guarigione delle fratture ossee. Attualmente il suono viene testato in forma sperimentale con i malati di cancro. Alcuni scienziati, esaminando il nostro codice genetico, hanno riscontrato delle analogie con la musica e stanno ricercando il metodo con cui il suono, attraverso il nostro DNA, potrebbe avere effetti importanti sulla nostra guarigione.

Il nostro corpo è come un'orchestra che può essere sintonizzata sul suono. L'Universo è in perenne stato di vibrazione. Come queste vibrazioni interagiscono con noi non dipende solo dalla loro frequenza effettiva, ma anche dall'intenzione e dall'energia con cui quelle vibrazioni sono state

emesse. Grazie a questo segreto riconsidereremo l'importanza dei nostri pensieri, dei nostri sentimenti, di ciò in cui crediamo e di come potrebbero venire utilizzati.

Sia la nostra individualità che le nostre reazioni personali, sono in grado di influenzare gli effetti del suono e possono risultare diversi per ognuno di noi. Realizzeremo così che non esiste un singolo suono come cura unica per tutto e per tutti.

Ognuno di noi possiede uno strumento curativo straordinario: la voce utilizzando la tecnica chiamata *toning* e la si potrà far risuonare nelle parti più importanti del nostro corpo.

Il suono può curare, trasformare, migliorare il benessere e portare armonia ed equilibrio nella vita di tutti i giorni. Tutto è vibrazione.

Mistici, guaritori e insegnanti spirituali conoscono questa dote del suono sin dai tempi antichi. L'importanza del suo potere risuona oggi nelle parole dei medici, visionari e fisici quantistici che, come gli antichi mistici, dichiarano che il mondo è suono. Tutte le religioni e le antiche scuole mistiche concordano che il suono rappresenta la forza maggiore della manifestazione di Dio. Risonanza significa vibrare in pari frequenza, il corpo umano è un sistema vibrante e risponde a diversi tipi di frequenza.

Il benessere è dato dall'equilibrio dell'insieme delle frequenze che crea un complesso armonico. Quando una parte del corpo vive fuori armonia definiamo questa condizione malattia.

La frequenza delle onde sonore viene misurata in cicli al secondo che scientificamente si chiamano Hertz, dal cognome dello scienziato tedesco Heinrich Hertz, abbreviato in Hz. Un suono con frequenza di un ciclo al secondo, si dice che ha la frequenza di 1 Hz, cioè compie un'oscillazione completa in un secondo. Onde estremamente lente (a bassa frequenza) creano suoni bassi, molto profondi mentre onde veloci (ad alta frequenza) sono associate a suoni molto acuti. In musica la grandezza fisica *frequenza* viene tradotta con il termine *altezza di suono* e associata all'aggettivo *grave* per le basse frequenze, *acuto* per le alte.

Altro modo per esplorare il rapporto tra acqua e suono, soprattutto nei loro legami più armonici e creativi, è quello attraverso il mondo della musica. Un legame che nasce in modo

naturale dai suoni prodotti dal ciclo dell'acqua, con la pioggia che cade dalle nuvole per generare mari, fiumi e laghi e con l'uomo che cerca di inserirsi in questo poderoso ciclo naturale, sempre alla ricerca dell'antica unità perduta con la Natura dopo la Caduta, proprio assimilandosi ad essa grazie alla musica, a cercare di ripeterne lo stesso fluire, a penetrare nei recessi, a colmare le cavità.

In relazione a questo magico legame tra acqua e musica, il compositore Fabio Piangiani afferma che la prima similitudine tra acqua e musica si trova nello scorrere e nel fluire, movimenti che appartengono all'acqua come alla musica, quindi si trovano a essere simbolo e manifestazione del procedere del tempo. Nelle sue varie forme l'acqua è come la musica, espressione della creazione infinita, che nel suo incessante mutare rimane sempre se stessa.

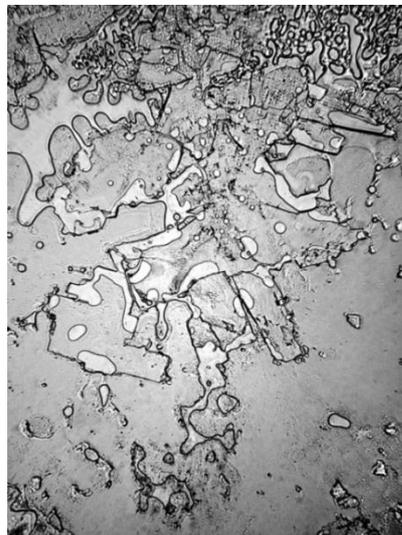
Innumerevoli sono le opere e le melodie musicali che l'acqua ha ispirato. Nel famosissimo *Le quattro stagioni*, Antonio Vivaldi la traduce mirabilmente con il secondo e terzo movimento dell'estate nel quale dopo la canicola imperversa una tempesta, ma anche ne l'inverno, dove l'acqua si fa neve. La musica sull'acqua di Haendel, un'opera che in verità più che dedicata all'acqua è ambientata su di essa, nel viaggio di un battello fluviale. Altro compositore fortemente ispirato dal tema dell'acqua è Claude Debussy che scrive opere come *La cattedrale sommersa* e titola molti brani quali *Jet d'eau* e *Jarden sous la pluie* ma forse l'opera dove il tema è centrale e indispensabile all'opera stessa è *La mer*. Ottorino Respighi, un importante compositore nato e vissuto a Roma, crea una delle più belle opere italiane del periodo, *Le fontane di Roma* in cui ne sceglie quattro che espone e ascolta durante le diverse ore della giornata, cogliendone tutte le originali peculiarità sonore. Ogni fontana parla e si racconta.

Quindi tutto ciò che vibra, e non solo nell'acqua, in un certo senso produce suono. Tutto è dunque suono! È la famosa "armonia delle sfere", il suono primordiale dell'Universo (AUM o OM). Il logos (il verbo) ovvero il suono primo che crea e si manifesta tramite se stesso. L'acqua si rivela particolarmente adatta a raccogliere e trasmettere messaggi, come appunto sono i suoni e le vibrazioni.

4.3 Le lacrime e le emozioni

Una fotografa americana, Rose Lynn Fischer, ha fatto una interessantissima documentazione fotografica. Nel suo libro *The topography of tears* ha descritto attraverso fotografie centinaia di lacrime al microscopio. La lacrima, cambia forma quando un agente fisico, un sentimento, un'emozione o un pensiero ne stimola la fuoriuscita dai canali lacrimali dell'occhio.

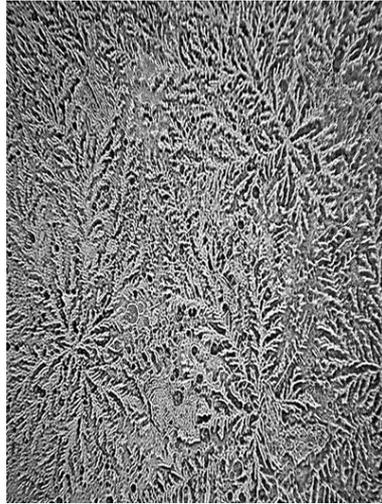
Possiamo piangere per gioia, per dolore, per rabbia, ma le lacrime che escono dai nostri occhi, non sono sempre uguali.



Lacrime di gioia (ridere), autrice della foto Rose Lynn Fischer

La lacrima è un'escrezione del corpo come il sudore, il muco e l'urina. Se ne distinguono 3 tipi:

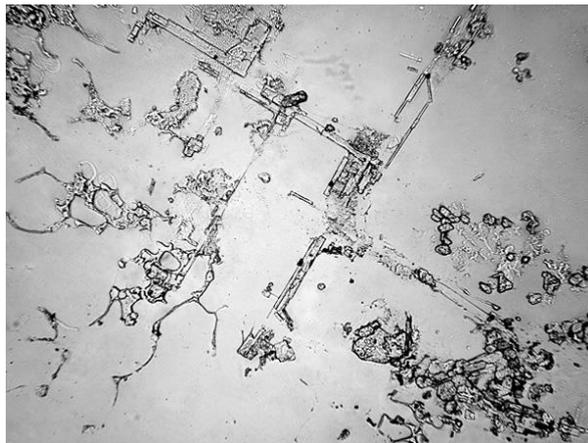
- Basale per lubrificare l'occhio
- Di riflesso, se è prodotta dall'occhio per proteggersi da agenti irritanti quali gas, luce, polvere, sabbia, cipolla, ecc.
- Lacrima di commozione, stress, felicità, vomito, tosse.



Lacrime da cipolla, autrice della foto Rose Lynn Fischer

La lacrima, formata dal 98% di acqua, contiene 3 sostanze chimiche rilasciate dal corpo durante lo stress:

- Un endorfina la leucina, encefalina modulatrice delle sensazioni.
- L'ACTH, un ormone che indica lo stato di stress.
- Prolattina, l'ormone che regola la produzione del latte nei mammiferi.



Lacrime di dolore, autrice della foto Rose Lynn Fischer

Queste molecole vengono rilasciate a seconda dell'emozione o della reazione irritante.

Le informazioni inviate dalle sostanze chimiche fanno assumere alle lacrime forme diverse.

Le foto di Rose Lynn Fischer per alcuni hanno solo una valenza artistica, ma se le guardiamo con attenzione, alcune di esse contengono delle geometrie perfette e rispondono alla legge dei frattali. Queste foto sono un'altra dimostrazione di come l'acqua, contenuta nella lacrima, se stimolata dall'esterno o dall'interno, si modifica con forme più o meno armoniche.



Lacrime da sbadiglio autrice della foto Rose Lynn Fischer

5. Discipline igienistiche naturali: idrologia e idropratica

“... Che il potere guaritore dell’acqua mi faccia crescere e possa io imparare a lasciar andare e vivere ogni momento nel flusso delle cose...”

John Shane

La vita è racchiusa negli elementi e forze del mondo cosmici. Il segreto della natura, è la risultante della trasformazione degli elementi del cosmo. La realtà consiste nella saggia utilizzazione di questi elementi: l’acqua, la terra, il sole, la luce, l’aria. Disconoscere e sottovalutare l’influenza e gli effetti di queste forze ed elementi vuol dire, candidare il proprio organismo alla prematura conclusione dell’esistenza. È stato accertato che nessuna terapia può essere ritenuta curativa se i suoi presumibili effetti bio-fisiologici non partecipano come elemento dell’armonia dell’equilibrio termico fra le temperature interna ed esterna del corpo.

L’uso degli agenti naturali in riferimento alla salute è da considerarsi come una “igiene di vita” in conformità alle leggi naturali. Acqua, aria, luce, terra, cibo ed esercizio fisico adeguato costituiscono l’essenza della vera naturopatia secondo il concetto ippocratico. Ricollocando l’uomo nel suo ambiente naturale, utilizziamo gli stessi elementi che governano la vita, anche per il recupero o la conservazione della salute.

Non bisogna pretendere di curare una malattia, ma semplicemente normalizzare le funzioni organiche nei processi di nutrizione e di eliminazione; nutrire al meglio il nostro corpo e la nostra psiche, eliminando al massimo gli umori corrotti o tossico-residuali che avvelenano il nostro organismo, tanto a livello fisico quanto a quello psichico. La natura è quindi posta alla base di ogni forma curativa (pratica normalizzante), bisogna favorire l’igiene mentale e quella corporea, tenendo sempre presente che ognuno è un individuo e per tanto in Naturopatia non esistono convenzioni o

regole fisse, ma bensì è necessaria l'osservazione e la comprensione dell'essere umano nel suo contesto individuale.

Con il suo potere purificatore, l'acqua, dissolve ed elimina tutte le impurità, con il suo potere magnetico fornisce energia, dà vitalità, equilibra il sistema nervoso e regolarizza l'intero organismo. L'acqua di sorgente impregnata degli agenti atmosferici è la migliore per il mantenimento della salute poiché in essa si trovano combinati in condizioni ottimali: aria, energie magnetiche, solari ed elettriche.

È meglio prevenire che curare e nella nostra ottica ciò è possibile rafforzando l'organismo e le sue difese. In poche parole stimolare la sua vitalità, la sua forza energetica in modo di risvegliare quel medico interno presente in ognuno di noi (forza di autoguarigione), ma che possiamo considerare addormentato. Questa forza vitale è alla base del concetto naturopatico di autoguarigione, dobbiamo solamente favorire il suo risveglio. Ecco dove trova la sua più corretta collocazione l'insieme delle discipline naturali idro-termo-fango-normalizzanti (idroterapia).

Così come il globale concetto di Igiene Vitale, l'idrologia termica di Kneipp, Lezaeta, Costacurta, e di molti altri autori e studiosi, è un metodo di "cura" e di "terapia" fondamentale per agire sulla causa della malattia. Questo insieme di pratiche dell'acqua, sia esso utilizzato in modo parziale o completo, agisce sulle reali cause dei malanni portando in equilibrio l'organismo e senza alterarne i processi. Il suo scopo è quello di rigenerare l'organismo con le sue stesse forze di difesa e di salute, agendo soprattutto sul sangue e attraverso la sua circolazione, su tutto lo stato fisico e mentale dell'uomo. Il riequilibrio e rafforzamento di tutto l'organismo favorisce l'ordine eliminando il caos (causa dei mali) e affinché questo sia possibile, si rende necessario stimolarlo in modo corretto, permettendo il verificarsi di sane reazioni termo-circolatorie.

Le discipline Igienistiche Naturali saranno sempre utilizzate nel contesto delle tre fasi essenziali dell'igiene vitale:

- Disintossicazione
- Rivitalizzazione o rigenerazione

- Mantenimento dell'equilibrio degli scambi umorali

Inoltre saranno sempre inserite nel contesto cardinale della Naturopatia Ortodossa, concomitanti ad una sana nutrizione alimentare, ad un sano esercizio fisico e ad una buona attività mentale ed emozionale. Solo a queste condizioni potremo abbinare metodiche di supporto quali: la Riflessologia, l'Agopuntura, lo Shiatzu, Watzu, ginnastica dolce in gravidanza, l'Autosuggestione e molte altre tecniche che possono favorire la normalizzazione dei processi organici.

5.1 Le caratteristiche benefiche

5.1.1 Fattori fisici

Temperatura: l'uso di acqua fredda tonifica il sistema simpatico e alza la glicemia, mentre l'uso di acqua calda tonifica il sistema vagale e abbassa la glicemia. La caratteristica termica dell'acqua è la più importante dell'Idroterapia. L'acqua fredda si prende gli eccessi di calore del corpo, mentre quella calda veicola il calore al corpo troppo freddo.

Pressione idrostatica: favorisce l'interscambio umorale tra sangue, liquidi interstiziali e linfa. Quando il corpo viene immerso nell'acqua i suoi vasi, i suoi tessuti vengono compressi, con un conseguente ritorno sanguigno al cuore maggiorato. Più profonda sarà l'immersione, maggiore sarà la quantità di sangue in reflusso al cuore. Bisogna prestare attenzione ai soggetti sofferenti di disturbi cardiaci ai quali sono controindicati i bagni completi.

Spinta di galleggiamento: può essere utile per favorire l'apparato motorio in difficoltà a causa di malattie, handicap o comunque per alleggerire il corpo e facilitarne i movimenti.

Attrito: (resistenza dell'acqua al movimento del corpo) la resistenza è tanto più forte quanto è maggiore e veloce la massa spostata. Questa caratteristica è utilizzata per ginnastica in acqua con lo scopo di rafforzare la muscolatura.

Caratteristica elettrica: (elettroforesi e galvano terapia) corrente bassa che si scarica dall'altro verso il basso.

5.1.2 Fattori chimici e psicologici

L'uso di tisane o decotti aggiunti ai diversi bagni che, assimilati all'organismo, possono indurre effetti rilassanti o stimolanti, in base alle erbe che vi vengono addizionate, il risultato corrisponde a benessere psico-fisico.

La pressione osmotica regola il movimento dell'acqua e dei soluti favorendo l'interscambio umorale e di conseguenza la qualità di sangue, linfa e tessuti, favorendo così le capacità del sistema immunitario.

Onde sfruttare al massimo le caratteristiche dell'acqua, la moderna idroterapia ha perfezionato le vecchie metodiche di Priessnitz, Kneipp, Kuhne, Just, Taddeo e altri maestri tra i quali Costacurta che ha sottolineato l'importanza del principio di osmosi nei processi vitali di interscambio umorale.

5.2 Principi dell' Idro-termo-fango-pratica

Decongestione: processo antiflogistico totale, parziale.

Reazione nervoso-circolatoria: vaso dilatazione e vasocostrizione; Termoregolazione.

Fenomeno di osmosi: regola l'interscambio umorale delle sostanze organiche contenute nel sistema vaso circolatorio del sangue e della linfa (apparato digerente, renale) e ciò che per eccesso o difetto presente nelle zone interstiziali del corpo (tessuto carneo-muscolare).

Questi 3 principi agiscono sul sistema nervoso svolgendo una funzione rigeneratrice.

Le caratteristiche reazioni salutari riconoscibili in seguito all'applicazione delle discipline idriche, sono: senso di calore distribuito uniformemente su tutto il corpo e arrossamento della pelle

L'Idro-termo-fango-pratica si basa in modo particolare sulle reazioni che si producono in conseguenza di uno stimolo portato all'organismo.

Stimolo e reazione sono sempre relazionati alle caratteristiche individuali di un soggetto, siano esse di costituzione, di temperamento e di forza vitale (vitalità). La forza vitale è senza dubbio maggiore nei soggetti giovani e sani, piuttosto che nelle persone anziane o malate. Quanto più un individuo è vitale tanto maggiore può essere lo stimolo da applicare, così come più forte sarà la reazione conseguenziale. Quanto minore è la vitalità del soggetto tanto più può essere moderato lo stimolo da apportare. È possibile quindi affermare che una continua mancanza di stimoli porta a un indebolimento dell'organismo, al contrario, un eccesso di stimoli può portare l'esaurimento psico-fisico. Per tanto l'intensità di uno stimolo sarà sempre relazionato alla vitalità della persona da trattare. Non il troppo, non il poco, mai il giusto.

Ma cos'è uno stimolo? Non è altro che un impulso caotico, un disordine improvviso allo scopo di risvegliare la reazione vitale.

Cos'è una reazione? È una risposta all'organismo da uno stimolo. È l'opposizione, il rifiuto, la resistenza a qualcosa che cambia.

Emblematica nel corpo umano è la traspirazione causata dall'aumento di calore.

5.3 Principali applicazioni idro-termo-fango-normalizzanti

- Enteroclisma o clistere
- Lavaggi (frizioni e abluzioni)
- Docce (getti soavi, medi e folgoranti)
- Bagni (semicupi, bagni completi, parziali)
- Fasciature (piccole, medie e lunghe)
- Bagni di vapore (totali o parziali, suffumigi e inalazioni)
- Cataplasmi (ricotta, argilla, terra, piante e polentine)

- Camminate sulla rugiada scalzi, spazzolature a secco, urticazioni, bagni di luce, di aria e di sole

Tutte le applicazioni possono subire modificazioni di tempo e calore; possono essere alternate tra caldo e freddo, praticate in diversi momenti della giornata, tutto ciò in dipendenza dal soggetto e dalla sua salute. Saranno analizzate le costituzioni (retratte o dilatate), i temperamenti (nervosi o sanguigni), i tipi di intossicazioni (solubili o insolubili, del sangue o della linfa), in modus vivendi e la situazione psico-emotiva. È possibile arricchire ogni intervento con un elemento fitoterapico specifico.

5.4 La pelle

In Naturopatia la pelle riveste un ruolo fondamentale della prevenzione, della malattia e del ritorno alla salute, tanto da essere considerata un vero e proprio organo o meglio ancora un vero e proprio sistema funzionale. In ogni situazione il naturopata utilizza terapie idriche cutanee, generali e locali.

Interventi fondamentali per partecipare al mantenimento dell'equilibrio termico del corpo o al suo ripristino qualora fosse stato perduto, in associazione ai fulcri igienistici quali sono la nutrizione e l'esercizio fisico. La pelle in effetti è un organo neuro-vascolarizzato molto sensibile e delicato che costituisce in anatomia, in fisiologia e in psicologia, il confine tra l'ambiente interno dell'essere umano e quello esterno. Per questo motivo la pelle diventa il punto di applicazione di tutti i procedimenti idroterapici.

Se ben trattata la pelle è in grado di rinnovarsi completamente nel giro di 28 giorni (ritmo lunare), ma questo processo può rallentare per cause che vanno dallo stress alla mancanza di riposo e a causa di sforzi eccessivi; anche il fumo e l'alcol possono interferire negativamente su questo importante processo. Al contrario invece durante le ore di riposo, la rigenerazione cutanea è accelerata e in medicina naturale è sempre posta un'attenzione primaria sulla qualità e la quantità

del sonno; bisogna dormire a sufficienza, quanto necessario, ogni carenza o eccesso nel dormire si riflette negativamente su ogni funzione organica pelle compresa.

La parte più esterna della pelle, chiamata epidermide, riveste una certa importanza in quanto in essa è situato uno strato basale germinativo atto al ricambio cellulare e all'escrezione di sostanze tossiche. Queste attività sono fondamentalmente legate agli strati sottostanti (derma e tessuto cellulare sottocutaneo), in quanto in queste sedi sono situati i vasi sanguigni responsabili della nutrizione e termoregolazione.

Il derma costituisce lo strato medio della cute e nei suoi tessuti si realizzano principalmente i meccanismi salutare delle applicazioni dermo-terapiche.

Lo strato più profondo della pelle – il tessuto sottocutaneo – immagazzina una quantità di grasso corrispondente alla metà di tutto quello contenuto nel corpo. La pelle elimina per il 99% acqua e 1-2% di cloruro di sodio, altre sostanze come l'acido lattico e l'urea ad esempio. Il pH degli acidi espulsi varia tra 4,5 e 6 (acido).

I processi sudoriferi sono di conseguenza molto importanti per consentire all'organismo (tra le altre funzioni, di liberarsi dei liquidi umorali corrotti e intossicanti).

Tanto nelle malattie infettive come il raffreddore, l'influenza ecc. quanto nelle forme catarrali bronchiali, polmonite, reumatismo articolare (acuto e cronico), sciatica, polinevriti e malattie del ricambio (ritenzione di cloruro di sodio e di urea), i processi sudoriferi rivestono un'importanza fondamentale.

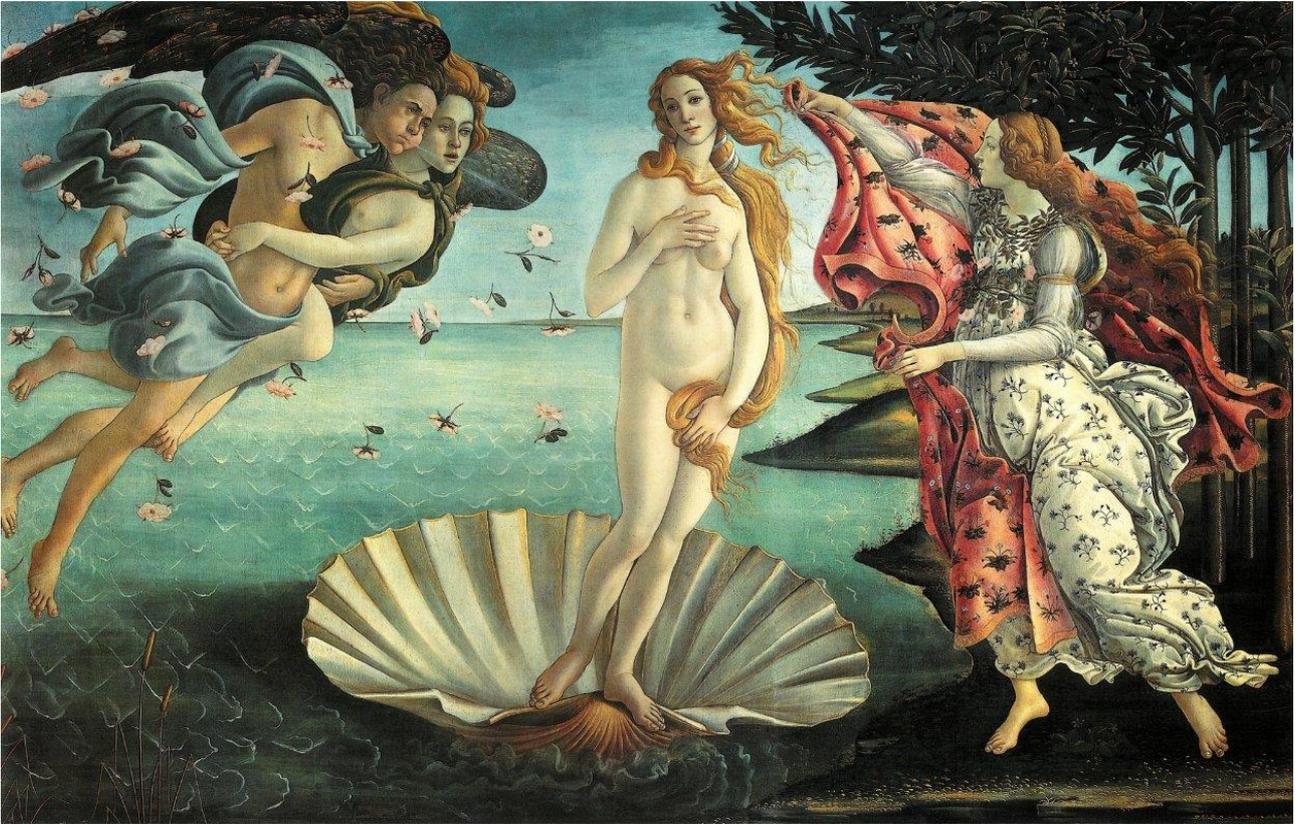
In presenza di disturbi cardiaci con insufficienza circolatoria ed edemi, l'uso dei trattamenti sudoriferi è da controindicare (rischio di sovraccarico cardiaco), mentre sono ottimi in presenza di malattie renali. La forte attività circolatoria cutanea stimola e favorisce l'avvio dei naturali processi di difesa organica.

L'applicazione dell'acqua sulla pelle è fondamentale perché essa è in grado di spaziare a diversi livelli nell'organismo, con meccanismi di riflesso tra se stessa, i muscoli e gli organi, passando per i gangli nervosi vegetativi del midollo spinale. L'azione è bidirezionale. La pelle è

infatti dotata di tutti i tipi di neuro-sensori (Tattili, dolorifici, pressori, termici, ecc.) per cui può inviare al sistema nervoso qualsiasi tipo di stimolo esterno, così come può riflettere le sensazioni dell'intero organismo. Ad esempio: in caso di paura, ira, vergogna, ecc. la pelle arrossisce o impallidisce oppure suda.

La termoregolazione corporea è regolata dal termostato che risiede nell'ipotalamo, sensibile alle variazioni che avvengono nell'organismo, in particolare dal sistema neuroendocrino che condiziona il metabolismo e di conseguenza la variazione di temperatura

6. La sacralità dell'acqua



L'acqua, la fertilità e la vita.

Per l'uomo primitivo, che viveva in stretto contatto con la natura, le cose veramente importanti erano poche e riconducibili ai quattro elementi: il fuoco, la terra, l'aria e l'acqua, considerati divini. L'acqua tra i quattro elementi è il più presente nella speculazione simbolica, perché esso più di ogni altro si carica di significati legati all'origine della vita e rappresenta per eccellenza il principio vitale che penetra le cose della natura.

Nell'immaginario collettivo l'acqua non ha mai perso completamente tale connotazione cosmica di elemento originario. Come si osserva nella rappresentazione simbolica di mari e oceani, come in moltissimi racconti della creazione del mondo vi siano delle acque primordiali come elemento di partenza. Inoltre l'acqua assimila, interiorizza, ammorbidisce, mescola, inibisce,

omogeneizza, riempie e risolve, si espande è profonda, ricettiva, purificante e terapeutica. L'acqua cambia costantemente, rimanendo sé stessa (H₂O), tuttavia mutando continuamente stato e occupando in maniera diversa spazi e tempi differenti. Proprio come la vita. È infatti il secondo grande simbolo che essa rappresenta per moltissime culture, in passato come oggi, è proprio quello della vita stessa. Poiché essa consente la vita, e quindi la dona e ne permette il fluire sia sul piano fisico che spirituale, ma anche la mantiene. Da questo punto di vista il primo forte richiamo che unisce l'acqua alla vita è quello del liquido amniotico, in cui per nove mesi è immerso il feto prima della nascita. Non a caso si sono ormai perfezionate e abbastanza diffuse le tecniche di parto in acqua – detto anche parto dolce – che consentono appunto la nascita passando dall'acqua interna a un'acqua esterna, propedeutica al contatto successivo con l'aria. Scrive la neurologa e psichiatra israeliana Mirjam Viterbi Ben Horin: *“Un giorno la terra emerse dalle acque per opera creatrice di Dio, e come ogni bambino esce dalle acque amniotiche per vedere la luce, così l'emersione, che segue a un'immersione nel mikvè (piscina naturale ebraica), ripete simbolicamente ogni volta un processo di nascita”*.

Quindi una sorta di morte (dall'ambiente materno) per una rinascita in un nuovo habitat, quello appunto aereo. E in ciò l'acqua è il grande “medium”, l'elemento che permette questo sacro passaggio. Inoltre il rapporto con la Vita, linfa, saliva, ecc.) che trasportano informatori, come ormoni, neurotrasmettitori, linfociti e altre cellule agli organi. L'acqua rappresenta dunque un legame tra la maternità e la fecondità maschile, tra il cielo e la terra, tra la vita e la morte: in molte tradizioni, l'acqua che discende dal cielo è maschile e viene a fecondare la terra, mentre l'acqua che nasce dalla terra è femminile ed associata alla fecondità: nella terra incinta, in cui è avvenuta la fecondazione e dalla quale esce la “nuova acqua”, può ora realizzarsi la germinazione, per esempio delle piante. Fin dall'antichità si parla dell'acqua come fonte originaria della vita e le religioni, dalla Genesi alla mitologia Indù, dall'Islam al Corano, citano l'acqua come luogo di nascita delle creature animate e inanimate dell'Universo. Proprio perché legata alla manifestazione per eccellenza della vita, ovvero la nascita, l'acqua viene poi espressa come principio cosmico femminile, anima del

Mondo, Madre per eccellenza, genitrice di Vita. Quest'aspetto femminile lo esprime anche attraverso attributi di passività, accoglienza, ricettività. Anche il latte materno, come fa notare il filosofo francese Bachelard, ci fa pensare all'acqua come qualcosa di femminile. Non a caso moltissime divinità legate alle acque sono rappresentate come femmine. Ricordiamo Anahita, una delle divinità dell'antico impero persiano. Dea delle sorgenti d'acqua, della pioggia, della fertilità e della maternità, incarnava le qualità fisiche e metaforiche dell'acqua, la forza fertilizzante che fluiva dalla sua fonte soprannaturale nelle stelle. Poi Yemaya la Dea africana degli oceani e di tutte le acque. La Dea indiana Sarasvati citata nel più antico dei quattro Veda (1300- 1100 a. C.) e associata al mitico fiume Sarasvati, il capo di tutti i fiumi. E ancora Ganga la madre indù dei fiumi. Coventina Dea celtica della sorgente oltre alle Dee Madri neolitiche del latte divino e tante altre.

Naturalmente l'acqua, con il liquido seminale, è spesso collegata alla fertilità maschile, assumendo ancora una volta una natura duplice riconosciuta in questo ambito da numerosi riti del passato e dalle varie divinità maschili legati alla sfera della sessualità e spesso portatrici anche di abbondanza e fortuna. Ecco quindi, come conseguenza di tutto ciò, l'evolversi di numerose tradizioni popolari, rimaste in parte anche in età moderna, cariche di significati simbolici, che collegano l'acqua al recupero della fertilità, alla possibilità di procreare, ma anche al ripristino della vigoria sessuale. Per esempio in Gambia le donne con problemi di sterilità si immergevano e si immergono tuttora negli stagni del "coccodrillo sacro", perché le loro acque sono ritenute propizie al concepimento. Ungheresi e Finnici pregavano la Madre Acqua simile alla Madre Terra, per avere figli. In Messico il primo lavaggio del neonato avveniva tra litanie di ringraziamento alla Dea dell'acqua, considerata la vera madre del bambino. Gli Atzechi pensavano che la pioggia fosse il seme del dio della tempesta Tlaloc, quindi sottolineavano l'importanza dell'acqua che cadendo dal cielo feconda la terra. Analogamente esistono anche in Europa numerose sorgenti o fonti di acqua ritenuta sacra o quantomeno "speciale", dal riconosciuto (dal popolo) valore terapeutico specifico, il cui contatto facilita la buona riuscita dei parti o addirittura favorisce la fertilità risolvendo anche casi di sterilità, soprattutto nelle donne.

È il caso ad esempio della fonte posta al centro della foresta della Croce, *Krastova gora*, sui Monti Rodopi, in Bulgaria. Si narra infatti che un pezzo della croce di Cristo sia stato sepolto in questi luoghi, ricchi di templi e luoghi di culto e di misteri fin dai tempi più antichi, tra cui appunto quello della sorgente della fertilità. In Francia Hervè Maneglier scrive nel suo libro *La storia dell'acqua* di una fonte che "...sulla collina di Chaillot, in un giardino di boschetti e di incantevoli padiglioni...pareva utile in certi casi di sterilità". E aggiunge a proposito di antiche credenze. "...nell'Allier le donne trascorrevano la notte del 24 giugno in una landa deserta, presso la fonte di San Giovanni. Riportavano a casa una miscela di vino e acqua che passava per un potente preservativo dalla sterilità e dagli incantesimi che nuocciono al membro virile, rendendo impotenti i mariti". In Italia i casi di questo tipo e i relativi siti sono numerosi. Famosa ad esempio la sorgente de " il funtanin de l'avucat" (il fontanino dell'avvocato) a Cuvio (VA) posta a quota 460 m s.l.m. nel Parco Regionale del Campo dei Fiori. L'acqua della fonte, citata e analizzata già nel XIX secolo da Leopoldo Maggi, scienziato di valore dell'Università di Pavia, sgorga tra le radici di un faggio secolare e viene accreditata del potere di rafforzare la virilità e l'efficienza sessuale.

Da notare che analisi recenti dell'acqua della fonte da parte dell'Asl di Varese hanno evidenziato la presenza di alcuni aspetti interessanti e apparentemente contraddittori: si tratta di un'acqua estremamente leggera pur sgorgando da un massiccio calcareo come quello del Campo dei Fiori. Inoltre contiene elementi non proprio comuni in acque di questo tipo come Litio, Selenio e tracce di Zinco. La scienza ipotizza che tali elementi possano entrare come stimolatori dei processi ormonali che stanno alla base di ipotetiche proprietà afrodisiache di vari cibi. Altre fontane e sorgenti che hanno valenze analoghe sono inoltre quelle ferruginose di Pejo, nel Parco Naturale dello Stelvio, che molti dicono afrodisiache, nonché la sorgente di Citara, sull'isola di Ischia, che Jacques-Etienne Chevalley de Rivas riconosceva vantaggiosa contro la sterilità.

Quindi l'acqua come vita che fluisce, come portatrice di vita, che ne permette l'esistenza e la manifestazione, ma anche origine della vita, ovvero come sorgente della vita stessa, sia cosmica che biologica. Infine se l'acqua è il simbolo della Vita e la Vita nasce dall'amore, l'acqua è anche il

simbolo dell'amore che, come appunto fa l'acqua, tutto abbraccia senza stringere, il calore avvolgente dell'amore: e abbiamo tra l'altro già visto che l'acqua presenta delle peculiarità termiche davvero uniche.

Le acque come elemento di passaggio come rinascita verso una nuova vita sono un altro dei simboli utilizzati nelle varie culture. In particolare ciò è ben rappresentato da vari riti di purificazione e di battesimo. Inoltre l'acqua può anche rappresentare la sensazione di libertà. Di solito si dice *libero come l'aria* ma anche come l'acqua vissuta come attraversamento di una situazione densa abbandonando certezze pregresse per qualcosa di nuovo, è una fase propedeutica non solo a una nuova vita ma anche a un cammino di libertà. ma altrettanto significativo è l'attraversamento di un mare, come nel caso dell'attraversamento da parte del popolo ebraico delle acque, miracolosamente aperte del Mar Rosso, simbolo di libertà e della strada tracciata da Dio.

Infine anche il termine *aprire le acque o rompere le acque* che indica la rottura della membrana del sacco amniotico della donna appena prima nell'imminenza del parto è un altro riferimento alla nascita, per entrare in un nuovo contesto, un nuovo habitat, una nuova vita.

6.1 L'acqua e lo Spirito

Uno dei temi più intriganti nell'ambito del simbolismo dell'acqua è il suo rapporto con il mondo spirituale. Nella cultura popolare, attraverso la fecondità, in particolare quella femminile con la quale l'acqua ha sempre avuto un legame diretto. La fecondità era infatti ritenuta a sua volta una grazia della provvidenza, mentre al contrario la sterilità era simbolo di punizione. Quindi il legame con il Divino e con il mondo spirituale, emergeva in maniera palese anche attraverso ciò, sintetizzato nella miriade di riti e tradizioni che in tutte le culture sottolineano questi elementi.

Nella cultura cristiana occidentale, l'acqua è sempre stata considerata un segno esplicito dello Spirito di Dio manifesto, ossia in azione, sia nell'Antico che nel Nuovo Testamento. La si trova al momento della creazione "*Lo Spirito di Dio aleggiava sulle acque*" (*Gen. 1, 1-2*); ma anche

nel racconto divino del Diluvio Universo come acqua purificatrice mandata da Dio per risistemare le cose del mondo.

Come elemento di libertà (il già richiamato passaggio del Mar Rosso) e come fonte di vita (per esempio quando Mosè la fa sgorgare tra le aride rocce del deserto del Sinai per ben 2 volte e innumerevoli altri passaggi. Come sorgente di vita nuova con forte significato simbolico nel vangelo di Giovanni, durante il dialogo notturno tra il pio israelita Nicodemo e Gesù, dove il tema è appunto la nascita a vita nuova, cioè mutare completamente modo di pensare e sentire: *“In verità in verità vi dico, se uno non nasce da acqua e da Spirito, non può entrare nel regno di Dio”* (Gv. 3,1-21).

Nei Vangeli infatti il legame tra l’acqua e lo Spirito è costante: dall’azione di Giovanni Battista, al battesimo nel Giordano, al primo miracolo durante le nozze di Cana, ai numerosi incontri in vicinanza di pozzi, laghi e fiumi, sino alla conclusione dell’avventura umana sul piano fisico di Gesù stesso, che come ultima cosa chiede proprio acqua: “dopo questo, Gesù, sapendo che ogni cosa era stata ormai compiuta, disse per adempiere alla Scrittura: «Ho sete». Vi era lì un vaso pieno d’aceto; posero perciò una spugna imbevuta d’aceto in cima a una canna e gliela costarono alla bocca. E dopo aver ricevuto l’aceto, Gesù disse: «Tutto è compiuto!». E chinato il capo, spirò (Gv. 19,28-30). Del resto proprio un simbolo acquatico, ben prima della oggi più nota croce, fu utilizzato dai primi cristiani per riconoscersi tra loro. Era il simbolo del pesce. Inoltre il pesce è un animale che vive nell’acqua senza annegare quindi rappresentava anche Cristo che entrava nel mondo materiale, e quindi nella morte, restando vivo. Che poi è anche la missione del cristiano oggi *“...nel mondo ma non del mondo”* – Gv. 15.

Tuttavia è bene specificare che, nei vari simbolismi l’acqua non è Dio o lo Spirito, ma lo rappresenta nella manifestazione sul piano materiale. È come una sorta di medium le cui peculiarità sottili, come la memoria dell’acqua, è come se la rendessero particolarmente idonea a risuonare con gli impulsi spirituali e a caricarsi di essi. In tal senso potremmo dire che come essa, nei suoi cambiamenti di stato, si rende libera da qualsiasi vincolo e ha la capacità di trasformarsi e assumere

qualsiasi forma, riempiendo gli spazi e colmando i vuoti, così fa lo Spirito. Ovvero l'acqua ne è metafora, rappresentazione, ma è anche l'elemento che mette in comunicazione, crea un ponte, tra la materia / sostanza ed energia/ Spirito. Con una comunicazione che avviene nelle due direzioni: tra il mondo denso materiale verso quello energetico sottile ma anche viceversa. Tra l'altro anche le comunicazioni profonde tra le parti interne del nostro corpo avvengono quasi sempre grazie all'acqua. Pensiamo a quanto sono importanti le acque corporee, che trasportano informatori biochimici, come gli ormoni, vari neurotrasmettitori, i linfociti e altre cellule agli organi. E al sangue che, con la sua emoglobina, costituisce la sede del nostro Io o Sé Superiore, ovvero la componente spirituale in noi.

Quindi estendendo il ragionamento verso nuovi nessi, possiamo arrivare a considerare l'acqua come il supporto fisico più idoneo a sostenere le risonanze della vita spirituale (Zoe), in quella biologica (Bios).

6.2 L'acqua e i riti

L'acqua guarisce e rigenera e se l'acqua è un po' il simbolo della materia prima ecco che allora la vita nell'acqua nasce e ritorna, ma nell'acqua anche rinasce.

Il Battesimo può essere considerato un rito preparatorio di passaggio e di purificazione (dell'Anima) volto poi al conseguimento del Sé spirituale, a raggiungimento dell'Io Superiore. Esso ci può condurre al risveglio della Coscienza Cristica, alla cosiddetta illuminazione.

Il concetto di abluzione varia a seconda delle culture, può essere parziale oppure totale. Può essere appunto un bagno completo per immersione (come il battesimo delle chiese protestanti e delle origini), un'aspersione per infusione (come il battesimo cristiano odierno, che si fa bagnando solo il capo) o consistere nel lavaggio di parti del corpo come piedi e mani.

Invece gli aspetti esoterico-spirituali di questo come degli altri riti sacramentali sono antichissimi, molto profondi e purtroppo solitamente non adeguatamente spiegati, soprattutto ai battezzandi, preferendo procedere ancora per dogmi.

Ricordiamo anche che l'acqua, a livello di cammino spirituale, secondo l'antroposofia è immaginativamente legata alla conquista della prima delle 3 coscienze dell'Uomo, la Coscienza immaginativa, e al contenimento delle forze di Lucifero.

Oltre alla benedizione dei defunti, degli edifici, di oggetti, di animali, dei campi e degli elementi naturali (nei riti cristiani per chiamare la pioggia o per proteggersi dalla grandine vi è sempre un momento di benedizione con l'acqua), effettuate solitamente con l'aspersione (acqua + aria) e nella liturgia cristiana vi è poi un altro momento di abluzione sacra: la lavanda dei piedi, altro rito molto importante e dai profondi significati effettuato nel tempo della Settimana Santa, dove il Superiore si inchina all'Inferiore.

Anche le altre religioni usano l'acqua nei loro riti, soprattutto di purificazione, in quella che sembra essere una sorta di convergenza evolutiva di tipo culturale in civiltà umane anche molto distante tra loro, nel tempo e nello spazio.

Ad esempio i musulmani compiono la loro preghiera rituale solo in uno stato di assoluta purezza.

Infine, nella tradizione induista le abluzioni rivestono tuttora un ruolo importante sia nella pratica quotidiana (i Bramini, in particolare, si purificano ogni mattina) sia nel corso di cerimonie pubbliche. Un ruolo importante nei rituali di purificazione di tale religione è rivestito dal bagno in fiumi o luoghi sacri quali per esempio il fiume Gange. Visitare Varanasi in India, la città sacra degli induisti, è un'esperienza unica, dura, forte e illuminante al tempo stesso. Varanasi è infatti l'unico luogo al mondo in cui gli uomini possono sfuggire al Samsara, l'eterno ciclo della morte e della rinascita.

7. Tecnica Metamorfica

“Il lavoro di metamorfosi si manifesta attraverso un cambiamento del nostro essere: è un movimento che va da ciò che siamo a ciò che possiamo essere”.

G. Saint-Pierre e Debbie Boater



Come sostiene Paramahansa Yogananda, in *Scientific Healing Affirmations*, «...le medicine e gli alimenti hanno una precisa azione chimica sul sangue e sui tessuti. Visto che si mangiano alimenti, perché negare che i medicinali e altri aiuti materiali abbiano un effetto sul corpo? Essi sono utili finché nell'uomo predomina la coscienza materiale; tuttavia presentano dei limiti in quanto applicati dall'esterno. I metodi migliori sono quelli che aiutano l'Energia Vitale verso la sua attività guaritrice.».

La Tecnica Metamorfica rende manifesta la facoltà di autoguarigione implicita in ogni essere umano. La Vita è creazione e dalla creazione nasce il movimento, e questo movimento è un cambiamento ed è la forza vitale che lo nutre.

Nessuno stato può essere considerato permanente nei cicli dell'esistenza sia in un albero, in un pianeta e in un essere umano.

La vita è il potere che guarisce ma nel corso dei tempi abbiamo perduto la capacità di utilizzarlo. L'essere umano oggi ha bisogno di un catalizzatore per entrare in contatto con questa dote e riattivarla. Così come lo è la terra, i praticanti della Tecnica Metamorfica sono dei catalizzatori; quando un seme cade nel suolo gli elementi specificamente disintegrano la sua struttura fisica: all'interno del seme vi è un potere che sprigiona il suo potenziale di crescita. Allo stesso modo il praticante scioglie una struttura interna del paziente; come la terra egli è un catalizzatore, non tuttavia per uno scopo specifico. Il praticante e il paziente si incontrano senza aspettative né imposizioni.

La nostra vita dopo la nascita è radicata nella vita, prima della nascita e ne è influenzata.

“ Quanto succede dopo la nascita è un'elaborazione di ciò che è successo prima e da esso dipende”

Thomas Verny.

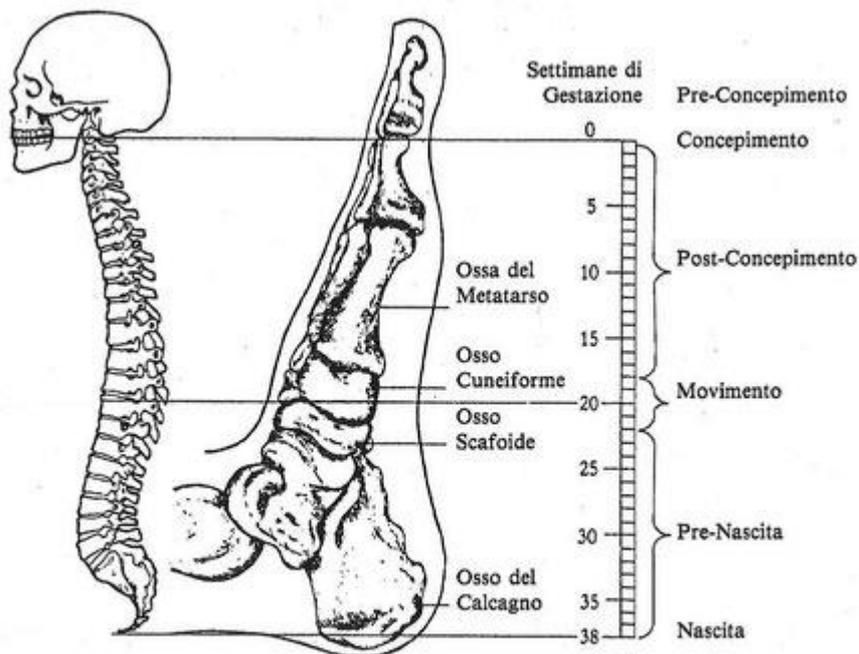
Questo periodo prenatale è la struttura temporale che viene sciolta con la Tecnica Metamorfica.

Nel periodo prenatale siamo influenzati da numerosi fattori: il modo di essere dei nostri genitori, il loro mondo culturale e ambientale, lo stadio di evoluzione che l'essere umano ha raggiunto, come pure alcune influenze non materiali, cosmiche. Tutto ciò dà forma agli schemi della nostra vita, che si stabiliscono in quel periodo.

L'ideatore della Tecnica Metamorfica, Robert St. John, individuò una struttura (periodo formativo dei 9 mesi) riflessa in alcune parti dei piedi, delle mani e della testa, punti corrispondenti ai riflessi spinali della colonna vertebrale detentrici di memorie emozionali ereditate e acquisite

durante la gestazione. Tale struttura può essere individuata e rielaborata tramite un trattamento attraverso il quale vengono stimolati con delicati tocchi e sfioramenti, i punti riflessi sopra citati.

Fondamentale è l'importante aspetto della tecnica metamorfica: l'atteggiamento mentale del praticante. Il suo scopo è di lavorare con la forza vitale senza imporre la propria volontà né dirigere questa energia in nessun modo. Se lo facesse negherebbe ai pazienti lo spazio vitale necessario al lavoro. Il lavoro di metamorfosi si manifesta come un cambiamento del nostro essere, è un movimento che va da ciò che siamo a ciò che possiamo essere. Il praticante non deve considerare i sintomi dei pazienti, se così facesse non attuerebbe un lavoro con spirito olistico, mentre è la forza vitale che opera verso il compimento del potenziale degli esseri umani. Questo atteggiamento riguardo ai sintomi è la fondamentale differenza che esiste tra la tecnica metamorfica e le altre terapie convenzionali o complementari. Non è il praticante, ma la forza vitale del paziente che opera in lui, ed essa può escogitare diverse maniere per raggiungere uno stato di integrazione, di totalità.



Mapa dello schema pre-natale, secondo la scoperta di Robert St. John

La Tecnica Metamorfica opera sulla struttura temporale durante la quale tutte le caratteristiche dell'essere umano furono originariamente stabilite. In principio era nominata terapia prenatale poiché interessa il periodo prenatale o gestazionale. Successivamente fu denominata Tecnica Metamorfica.

Robert St. John intuì che fra il *principio Padre* riscontrato sull'alluce e il *principio Madre* individuato nella zona del tallone si rispecchia la mappa temporale relativa ai 9 mesi passati nel grembo materno. Su questa epoca prenatale ci focalizziamo non come passato ma come parte integrante del nostro presente. In questo senso il tempo diviene come un fiume che scende da un lago verso il mare, dove l'acqua evapora nell'atmosfera per ritornare di nuovo alla terra e ripetere il ciclo. Gli eventi del passato hanno ancora qualche forma di esistenza.

Nel libro *Nascita senza violenza*, il dott. Frederich Leboyer suggerisce che la colonna vertebrale contenga in sé ogni ricordo del periodo prenatale e spiega come essa ci mantenga in contatto costante con le pareti dell'utero e con ogni movimento nell'interno della madre. È dunque sui riflessi spinali che troviamo lo schema prenatale.

Lo scopo della riflessologia è di provocare cambiamenti nel corpo principalmente sul piano fisico. La Tecnica Metamorfica opera diversamente, e lascia alla forza vitale di attuare il mutamento nel paziente. Il riflessologo può lavorare specificamente su aree corrispondenti a malattie che egli tenta di alleviare, mentre il praticante metamorfico, lasciando da parte i sintomi delle malattie, opera sempre sullo schema prenatale in quanto area che rappresenta l'epoca in cui le nostre forze e le nostre debolezze si sono originariamente stabilite. Con questo metodo si possono produrre dei cambiamenti ai vari livelli: mentale, emotivo, comportamentale ed anche fisico. Il praticante si concentra su una struttura temporale e sulla forza vitale che vi scorre all'interno. Non è il territorio dei sintomi e delle malattie che egli osserva ma la vita stessa. Un fatto importantissimo è dato dalle variazioni nel flusso energetico e lo stato di coscienza durante la gestazione creano le caratteristiche con cui noi viviamo la nostra vita adesso. A questo fatto è collegata la relazione del periodo

gestazione con la colonna vertebrale e si comprende come le situazioni di stress insorte in questo periodo si manifestano a livello spinale ed estendendosi di lì all'intero corpo.

L'approccio alla riflessologia perde dunque ogni importanza, in quanto noi lavoriamo nell'astratto su di una struttura temporale. Ci serviamo del sistema dei riflessi sui piedi e più specificamente dell'area del riflesso spinale, come supporto per quel periodo di tempo: questo ci permette di lavorare con un atteggiamento di distacco.

Poiché il periodo di gestazione fa parte del passato ne consegue che il lavoro della Tecnica Metamorfica riguarda quel tempo: ma il tempo non è qualcosa di lineare e gli eventi del passato sono ancora con noi. Allentando la struttura del tempo, la forza vitale del paziente può modificare le caratteristiche formatesi nel passato (che sono ancora attive) e scioglierle, creando così una maggiore libertà interiore. In questo modo la capacità del paziente di guarire sé stesso è veramente all'opera.

8. Movimento Acqua in M.T.C

I reni sono il radicamento della vita, le sue fondamenta. I reni sono come la tensione in un arco pronto a scoccare, ne decidono la forza, la stabilità e la precisione; sono l'abilità di saper vivere bene ed a lungo, in essi lo Yin e lo Yang si mescolano segretamente ed intimamente per far nascere la vita, le sue manifestazioni e la sua riproduzione.

8.1 Shen – Reni (Organo, Zang, Yin), Movimento Acqua

Il circolo funzionale comprende la funzione del tratto urogenitale i cui organi assicurano la conservazione della specie e la continuità.

In tali organi e funzioni l'uomo avverte maggiormente la sua corporalità. Le due chiavi funzionali, orecchio ovvero ossa e scheletro rappresentano il quadro funzionale che sta alla base di questo circolo si tratta delle qualità: stabilità, sostegno, sicurezza e durata.

Nella percezione sensoriale, confrontata con quella degli altri organi di senso, l'orecchio appare puramente ricettivo, sebbene sia costantemente attivo, pronto e teso come illustra chiaramente l'espressione popolare *drizza le orecchie*.

Davanti agli stimoli provenienti dall'esterno l'orecchio non si lascia bloccare; la riduzione percettiva che agisce a livello cerebrale, come una sorta di filtro, per tutte le altre funzioni sensoriali, gioca nel caso dell'udito un ruolo particolare.

L'udito selettivo, in un dormiente, i rumori superano la soglia della coscienza solo quando la situazione segnalata richiede una reazione. Anche nel regno animale l'orecchio svolge una speciale funzione di segnalazione di pericolo e protezione.

Il tessuto specifico, Ossa e Scheletro garantisce sostegno, protezione e sicurezza.

Di tutti i tessuti organici quello osseo è soprattutto improntato ai criteri di stabilità e struttura e si manifesta nel *principio tranquillizzante statico*. La funzione protettiva delle ossa, in particolare

della calotta cranica e della colonna vertebrale, offre sicurezza alla massa cerebrale e al midollo spinale, il dorso invece fornisce una copertura posteriore agli organi viscerali, e gli organi dell'apparato urogenitale sono racchiusi all'interno del bacino.

Stabilità, sicurezza e sostegno in campo somatico significano solidità, fiducia e perseveranza in campo psichico.

Gli individui che realizzano questo quadro funzionale si distinguono per la propria: costanza, resistenza, affidabilità, fedeltà e rettitudine.

La naturale fiducia consente loro dei legami fissi nel matrimonio e nella fede. Approvazione interiore, ordine e regolarità, accettazione del dato di fatto, obbedienza sono l'elemento di forza, la virtù del quadro funzionale Reni.

Il bisogno di rapporti stabili, del sostegno derivante da costanti figure di riferimento, di continuità, di cura per la tradizione e passato costituiscono i suoi tratti essenziali tipici. Il legame non si riferisce solo al proprio vissuto, al passato personale, ma è saldamente ancorato all'elemento collettivo.

Nel quadro Reni i meccanismi quali istintuale, subconsci o inconsci, svolgono un ruolo predominante: spingono alla realizzazione della corporalità, con i suoi istinti e le sue sensazioni. Nell'elemento istintuale irrompe un'energia volitiva, una determinazione intenzionale: volontà che la dottrina dell'agopuntura attribuisce all'elemento rene consiste in questa intenzionalità. Se le qualità psichiche corrispondenti al quadro funzionale reni non vengono concretizzate, nasce un esasperato bisogno di sicurezza, una mancanza di fiducia, una sensazione di paura.

Già l'agopuntura classica interpretava lo sgomento, la rigidità e la paura come corrispondenti psichici dell'elemento Reni.

Nella MTC, saldezza e rigidità, freddo e inverno sono in relazione reciproca con l'insieme reni-vescica. L'analogia con il mondo vegetale fa corrispondere questo quadro con lo stadio seminale: l'essere radicato, il germogliare.

Insieme all'informazione ereditaria, il seme porta l'energia potenziale, che fa pensare all'energia ereditaria della MTC attribuita all'elemento reni.

Il Movimento Acqua è collegato al secondo chakra, *Svadhishthana*, rappresentato geometricamente da una falce di luna racchiusa in un cerchio, emblema dell'elemento acqua.



8.1.1 La Dimora dei Jing (Energie)

I Reni ospitano l'energia Yuan (o Yuan Qi, energia ancestrale ereditaria) che ci è stata data nel momento del concepimento ed è la somma dell'energia dei genitori, di quella dell'ambiente e di quella del cielo (astri), unita allo Shen trascendente che ci viene dall'infinito mare del Tao.

La Yuan è un'energia potente, antica, legata al cielo ed ai nostri avi; può solo consumarsi o essere conservata il più possibile ed il suo esaurimento ci porta inesorabilmente alla morte.

I Reni ospitano anche l'energia nutritiva: creata da Stomaco, Milza e Polmone, l'energia nutritiva (Rong Qi) in eccesso, che non viene utilizzata, viene stivata per la giornata nei reni che devono essere pronti ad accoglierla e trattenerla.

Al momento del concepimento l'essenza paterna (Jing Qi YANG), si unisce all'essenza materna (Jing Qi YIN).

Per questo il Rene possiede una radice Yin ed una Yang: lo YIN dei Reni (Yin primordiale o vero) è alla base di tutti gli Yin dell'organismo e governa il nutrimento e l'umidificazione di organi e tessuti, nonché governare i liquidi; lo Yang dei Reni (Yang primordiale o vero) è alla base di tutto lo Yang del corpo e quindi della sua energia, del suo dinamismo e riscaldamento.

I Reni governano le acque ovvero il metabolismo dei liquidi e il loro equilibrio, la loro concentrazione, evaporazione ed evacuazione.

Si aprono in alto nelle orecchie e in basso nell'utero, uretra ed ano. L'orecchio ha la forma del rene e ne rivela potenza e stato. Mentre in basso si rivela la funzione di apertura e chiusura del rene, molto legata alla paura, che coinvolge ginocchia, uretra, utero ed ano.

Si rivela nei capelli: la quantità, la forza e la lucentezza dei capelli è indice dello dei reni.

8.2 Eziologia: Reni

8.2.1 Debolezza costituzionale

Il Qi del Cielo Anteriore di ogni individuo si forma al momento del concepimento e deriva dall'unione dei Jing dei reni dei genitori (lo sperma e l'ovulo sono le manifestazioni esteriori del Jing del Rene). Perciò la costituzione ereditata dipende dalla forza e dalla qualità dei Jing dei genitori in generale e al momento del concepimento in particolare. La medicina cinese ha sempre dato molta importanza alla relazione tra i Jing dei genitori e al costituzione ereditata dei loro figli. In alcuni testi antichi si specificano quali sono i periodo più propizi o sfavorevoli per il concepimento. Se i Jing dei genitori sono deboli anche i reni del nascituro sono deboli. Uno dei fattori principali della condizione dei genitori è la loro età. Poiché il Jing del Rene declina con il passare degli anni, se il concepimento avviene quando i genitori sono in età avanzata la costituzione dei figli ne può risentire. Allo stesso modo se i genitori sono in uno stato di esaurimento al momento del concepimento il risultato può essere una debolezza ereditaria dei figli. Questo spiega la differenza a volte sorprendente di aspetto fisico e personalità tra fratelli.

8.2.2 Emozioni del Rene: paura

L'emozione correlata ai Reni è la paura che include anche l'ansia e lo shock. Secondo la medicina cinese la paura fa scendere il Qi; nei bambini ciò si manifesta nell'enuresi, molto spesso infatti questo disturbo è causato da una situazione di ansia o di insicurezza nella famiglia che si ripercuote sul bambino. Negli adulti invece spesso la paura e l'ansia non fanno scendere il Qi ma lo fanno salire.

8.2.3 Attività sessuale eccessiva

Tradizionalmente l'idea che l'attività sessuale eccessiva possa indebolire i reni è molto antica. Essa indebolisce l'energia del Rene poiché l'energia sessuale è una manifestazione del Jing del Rene e l'orgasmo tende ad esaurire il Jing del Rene. Per *eccessiva attività sessuale* si intende l'eiaculazione per gli uomini e l'orgasmo per le donne. Se l'attività sessuale non porta all'eiaculazione o all'orgasmo, non si ha esaurimento del Jing del Rene. L'eccessiva attività sessuale include inoltre la masturbazione che ha gli stessi effetti sull'energia del Rene di un rapporto sessuale con un partner.

8.2.4 Malattie croniche

Nelle malattie croniche c'è un interessamento dei Reni negli stadi avanzati della malattia cronica.

8.2.5 Età avanzata

Il Jing del Rene declina con l'età, la medicina cinese infatti considera il processo di invecchiamento come risultato della diminuzione del Jing del Rene nel corso della vita. Diminuisce l'udito, le ossa diventano fragili e deboli perché il Jing del Rene non è in grado di nutrire le ossa e il midollo osseo, la funzione sessuale si riduce perché il Jing del Rene è in declino e il Fuoco del Ming Men non riescono a nutrire gli organi sessuali.

8.2.6 Super lavoro

Per super lavoro si intende l'eccesso di attività, sia a livello fisico che mentale. Il lavoro svolto in condizioni costantemente di stress è la mancanza di riposo adeguato, consumare pasti in modo affrettato e regolare, mangiare tardi di sera, discutere di affari e di lavoro mentre si mangia, l'essere impegnati in una attività mentale eccessiva e non bilanciata dall'esercizio fisico, sono tutti fattori che combinandosi consumano le energie Yin. Infatti al corpo non viene mai data la possibilità di recuperare.

8.3 Il simbolo È KI

Il ramo principale parte dalla superficie inferiore del quinto dito del piede e raggiunge il centro plantare nel punto K-1 (yongquan). Risale sul bordo inferiore della tuberosità dell'osso navicolare ed arriva dietro il malleolo interno nel punto KI-3 (taixi); discende sul tallone, transita sotto il malleolo e sale lungo la faccia mediale della gamba, incontra il meridiano Milza-Pancreas in SP-6, quindi raggiunge il lato mediale della fossa poplitea e prosegue sulla coscia. Nella zona inguinale penetra nella colonna e dopo aver incontrato GV-1 (changqiang) genera rami secondari; il ramo principale riemerge al bordo superiore della sinfisi pubica con KI-11, correndo a 0,5 cun dalla linea mediana sino all'epigastrio, quindi si sposta a 2 cun verso l'alto per finire in KI-27, situato sotto il bordo inferiore della clavicola.

8.3.1 Identificazione aree riflesse sensibili del Rene

Visione plantare. Il punto di Rene energetico si trova appena sotto l'epifisi distale del terzo metatarso. È collocato in una depressione compresa fra la seconda e la terza articolazione metatarso-falangea, quando le dita del piede sono in flessione plantare, alla congiunzione del terzo anteriore con il terzo medio della pianta del piede. Qui si trova il punto (KI-27 punti) da dove parte il canale del Rene. Capovolgendo il terzo dito dorsalmente, si evidenzia la testa del terzo metatarso;

al di sotto della testa del metatarso abbiamo il punto riflesso del Rene energetico. Per avere certezza del punto si muove verso l'alto e il basso il dito evidenziando il tendine che si inserisce alla testa del terzo metatarso. A livello del colon trasverso abbiamo il rene fisico. Va ricordato che il rene energetico influisce sul Rene fisico.

Quella del Rene è una delle aree riflesse più importanti nella riflessologia del piede. Così come il rene è l'organo situato più in profondità del nostro corpo, il più protetto, così il suo punto riflesso si troverà nella parte più protetta, meno esposta di tutto il piede: al centro della cavità determinata dall'arco longitudinale plantare. Una precisa identificazione di questa area riflessa si ottiene con una lieve pressione del pollice flesso verso l'alto: l'articolazione prima-seconda falange del primo dito della mano deve fare da fulcro alla leggera forza esercitata. L'area riflessa del Rene sinistro si identificherà con la mano destra, quella del rene destro con la mano sinistra. Per il massaggio vero e proprio le mani sulle aree riflesse corrispondenti si invertiranno: la mano destra sul piede destro e la mano sinistra sul piede sinistro.

L'area riflessa del Rene coincide con Yong Kuan, in cinese "fonte zampillante", punto jing dello zu shaoyin (meridiano del Rene). L'agopuntura lo identifica, dita del piede flesse verso la pianta, nella depressione alla congiunzione del terzo anteriore e del terzo medio della piante del piede, tra la seconda e la terza articolazione metatarso falangea.

8.3.2 Pang Guan – Vescica Urinaria (Viscere, Fu, Yang)

La Vescica ha l'incarico dei territori e delle città, tesaurizza i liquidi corporei, sotto l'effetto delle trasformazioni effettuate dai soffi, emana la potenza delle uscite.

La potenza si manifesta sia nel recupero di ciò che serve, sia nell'eliminazione di ciò che non serve più.

Regola l'apertura e la chiusura dei liquidi; i liquidi raffinati e raccolti da Milza ed Intestino tenue, giungono alla Vescica che li trasforma, generando le urine da espellere ed i liquidi puri da trattenere e tesaurizzare.

La Vescica si occupa di irrorare tutto il corpo con i liquidi puri, è legata al sistema nervoso simpatico e distribuisce lo Yang in tutto il corpo.

Scorrendo accanto ai gangli nervosi è legata al sistema nervoso simpatico (attivazione, sveglia, adrenalina, ecc..) e come per i liquidi, distribuisce ovunque le energie Yang.

8.3.3 Eziologia: Vescica

La principale funzione della Vescica è di *trasformare il QI* cioè trasformare ed espellere i liquidi grazie al potere del Qi. L'accumulo di umidità è il fattore eziopatologico più frequente nelle sindromi della Vescica.

8.3.4 Clima

Il clima è un'influenza notevole sulle condizioni della Vescica. L'esposizione eccessiva a un clima freddo e umido, sedersi su superfici umide o abitare in luoghi umidi può causare un accumulo di umidità nella Vescica. Anche nei paesi tropicali l'esposizione eccessiva all'umidità-calore provoca l'accumulo di umidità-calore nella Vescica.

8.3.5 Emozioni

Sul piano emozionale la Vescica come i Reni, è colpita dalla paura, in particolare nei bambini la paura, l'ansia o l'insicurezza causano un affondamento del Qi nella Vescica, dando luogo a enuresi notturna. Negli adulti, le disarmonie della Vescica si manifestano spesso con i sentimenti di sospetto e di gelosia che si protraggono per lunghi periodi di tempo.

8.3.6 Attività sessuale eccessiva

L'eccessiva attività sessuale esaurisce lo Yang del Rene e indirettamente anche il Qi della Vescica poiché quest'ultima trae la propria energia dallo Yang del Rene. Di conseguenza si hanno urine abbondanti, nicturia o incontinenza.

8.3.7 Identificazione aree riflesse sensibili della Vescica Urinaria

Ricordare che il canale della Vescica Urinaria (UB1-67 punti) parte del canthus interno, vicino al bordo mediale della cavità orbitaria e termina sulla parte laterale della punta del dito medio del piede, all'angolo dell'unghia. Il punto riflesso della Vescica Urinaria (UB) è localizzato anteriormente e inferiormente al malleolo mediale, nella depressione sul margine antero-inferiore dell'osso scafoide (corrispondente a K2 o Ki 2). La vescica è un organo unico e centrale, risiede nella parte anteriore bassa del bacino. In riflessologia è situata nella proiezione laterale interna, metà su un piede e metà sull'altro: appare grossolanamente sferica nella cavità determinata dai calcagni e dalle ossa tarsali che appunto generano un bacino, cioè qualcosa atto a contenere. Da ricordare che il meridiano della Vescica è centrifugo e passa dal bordo esterno del piede.

L'Uretere è riportato sulla mappa esclusivamente per una motivazione grafica poiché in riflessologia non è identificabile con precisione. Anche anatomicamente è poco rilevante per dimensione e funzione, quella di semplice transito dell'urina. Comunque possono esserci "incuneamenti" di calcoli.

8.4 Manifestazione della Movimento Acqua

Moto del movimento: "Io voglio!"

Anima vegetativa: Zhi, Volontà.

Colore: nero, blu scuro

Stagione: inverno

Organo (YIN): Reni (R)

Livello energetico: Zu Shao Yin (Shao Yin del Piede)

Viscere (YANG): Vescica Urinaria (V)

Livello energetico: Zu Tai Yang (Tai Yang del piede)

Ora del giorno: 15.00 – 17.00 vescica, 17.00 – 19.00 Reni

Orifizio: Orecchi

Liquidi: Urina, acqua, sputo, saliva che bagna i denti più chiara

Organo di senso: Orecchi, udito

Emozione: patologica: paura, panico. Fisiologica: abilità, saper fare, paura (moderata, difesa del pericolo)

Qualità della voce: lamento

Atteggiamento: di chi dice: “no, no, no, ..però,...”. L’acqua rifiuta di farsi muovere, ma senza forza, è più un invito a farsi trascinare, un rifiuto che richiede aiuto, che è più un farsi desiderare, farsi convincere.

Azione energetica e fisiologica: massima concentrazione

Parti del corpo: ossa, midollo osseo (per estensione cervello). Capelli, uretra, genitali, ano

Manifestazione fisica esterna: ossa, capelli

Facoltà: saper fare (kung Fu), realizzare, tremare (brividi)

Reazione allo stress: realizzazione

Facoltà superiori: volontà, sessualità (in senso di capacità di procreare, spinta riproduttiva), ambizione

Odore: putrido, salmastro

Clima: freddo

Posizione: tutte le posture coricate (Supina, sul fianco e prona), nelle quali si praticano le distensioni e i rilassamenti profondi

Azione della mano: punta delle dita

Zone del corpo a cui prestare attenzione nella pratica: parte bassa dell'addome, lombari

Respirazione: invernale: inspiro bocca, espiro bocca

Animale Celeste: tartaruga nera, tartaruga serpente, guerriero nero

Cereale (nutrimento): grani

Frutto (Crescita): datteri, castagne, fagioli, piselli

Carni: maiale

Vegetali: porri, alghe, funghi

Numero: 6

Nota musicale cinese: Yu

Pianeti: Mercurio

Movimento figlio: Legno (generazione)

Movimento nipote: Fuoco (controllo)

Movimento nonno: Terra (ribellione)

8.5 Il ciclo dell'energia vitale nelle ore del giorno in MTC

Tra le 3 e 5 del mattino, Movimento Metallo, è il momento della disintossicazione del polmone e l'organismo dovrebbe essere immerso in un sonno profondo.

Nella fascia orario compresa tra le 5 e le 7 del mattino, ancora Movimento Metallo, l'organo interessato è l'intestino crasso: è ora di svegliarsi ed è il momento perfetto per meditare.

Dalle 7 alle 9, Movimento Terra, l'organo attivo è lo stomaco, infatti è tempo per la prima colazione, ma anche di fare una passeggiata digestiva o dedicarsi al sesso.

Tra le 9 e le 11 ancora nella Movimento Terra, l'organo coinvolto è la milza: la concentrazione è al massimo quindi è il momento migliore per lavorare, condurre colloqui importanti e mettere a punto progetti.

Verso le 11 e fino alle 13 l'organismo si trova nel Movimento Fuoco, ed è il cuore ad essere attivato. È tempo di consumare il pasto principale della giornata, seguito da una breve passeggiata.

Alle 13 si è ancora nel Movimento Fuoco, l'intestino tenue è coinvolto e ci aiuta ad assorbire i nutrienti. È una buona idea fare un riposino fino alle 15.

Alle 15 l'organismo entra nel Movimento Acqua, i fluidi corporei sono in movimento, infatti l'organo corrispondente è la vescica. Possiamo lavorare e studiare fino alle 17 con un buon rendimento.

Verso le 17 dovremmo considerare conclusa la giornata, siamo ancora nel Movimento Acqua e sono i reni ad essere interessati. È una buona idea fare esercizio fisico prima di una cena leggera.

Tra le 19 e le 21 siamo nuovamente nel Movimento Fuoco, l'organo corrispondente è il pericardio. Sarebbe perfetto dedicarsi alla lettura di un buon romanzo rilassante e divertente. È anche un ottimo momento per un ritemprante massaggio ai piedi.

Tra le 21 e le 23 ancora nel Movimento Fuoco, il meridiano triplice riscaldatore ci permette di assorbire al meglio i nutrienti. È il momento del giorno in cui siamo più portati ad attività di socializzazione.

Alle 23 ci accoglie il Movimento Legno e la cistifellea, organo coinvolto a quest'ora garantisce il miglior rinnovamento cellulare per cui è opportuno andare a letto e lasciarla lavorare.

Dall'1 fino alle 3 del mattino, ancora nel Movimento Legno, dovremmo godere di un sonno profondo poiché il fegato ed il sangue si depurano proprio in questo lasso di tempo.

Caso pratico

Nel novembre 2011, dopo numerose vicissitudini dolorose in ambito familiare ed il conseguente periodo di stress psicofisico ed emotivo elevato, iniziai ad accusare dolori intensi all'anca ed alla colonna vertebrale che divenivano sempre più forti ed acuti fino a compromettere la deambulazione ed a costringermi all'immobilità.

La vita mi stava inviando un messaggio chiarissimo: *“dovevo rallentare ed alleggerirmi da pesi che non mi competevano”*.

Attraverso numerose indagini cliniche e strumentali approfondite mi fu riscontrato un angioma alla vertebra T12 ed una protrusione tra la vertebra 4L e la 5 L.

Dopo aver consultato medici illustri dalle diverse filosofie di pensiero, le mie prospettive future non apparivano rosee e le proposte terapeutiche della medicina allopatica non mi convincevano pienamente, in quanto temevo potessero avere ripercussioni permanenti e dannose sul mio organismo.

Considerato il percorso di studi intrapreso, decisi di assumermi la responsabilità della mia guarigione affrontando i rischi del caso.

Certa e fiduciosa nella mie innate forze di Fede ed Amore per la Vita, decisi di attuare tutte le pratiche e sperimentare le discipline che man mano andavo acquisendo. Il lavoro fu complesso e faticoso ma nel contempo soddisfacente.

Per ottenere la guarigione ho imparato ad ascoltare, riconoscere e comprendere il messaggio dell'Anima attraverso i segnali inviati dal mio corpo.

Ho abbracciato un percorso globale, contemplando le dimensioni Corpo – Mente – Spirito, avvalendomi della sinergia di più linguaggi che si rifanno a conoscenze differenti ma strettamente collegate: Tecnica Metamorfica, Riflessologia, Floriterapia, Omeopatia ed il Naturo-Igienismo.

Con la Tecnica Metamorfica ho avuto la possibilità di riconoscere i disequilibri energetici ed i disagi psicofisici, di rintracciarli sul corpo ed ascoltare il grido di malessere animico che la mia

personalità faticava a riconoscere, arrivando a sciogliere i blocchi emozionali annidati sin dal periodo pre-natale.

Ho ricevuto numerosi trattamenti di Tecnica Metamorfica ogni qual volta ne sentivo il bisogno, ciò avveniva quindi ad intervalli di tempo irregolari e mai prestabiliti.

Ho scelto di beneficiare dei trattamenti di Riflessologia per l'efficacia del suo tocco terapeutico che si dimostra un valido aiuto per facilitare il processo di guarigione.

Secondo la riflessologia gli organi e le funzioni del corpo sono proiettati sulla pianta dei piedi attraverso 7200 terminazioni nervose e per la medicina cinese anche le terminazioni di molti meridiani energetici. I piedi hanno estesi collegamenti tra il midollo spinale e il cervello con tutte le parti del corpo, sono una miniera d'oro di opportunità per allentare la tensione e migliorare la salute.

La riflessologia dimostra che tra gli organi del corpo circola un'energia vitale che permea ciascuna cellula e tessuto; se l'energia resta bloccata è colpita la parte del corpo interessata dal blocco.

Per due mesi ho ricevuto un ciclo settimanale di trattamenti di Riflessologia Plantare di tipo rilassante e antistress che ha interessato i punti riflessi della colonna vertebrale coinvolgendo i punti dalla spalla al polso, del diaframma, del plesso solare, dello stomaco, del rene, della vescica, delle ghiandole surrenali, del fegato, della colecisti e punti sciatico inferiore e superiore compresi i punti dei nervi facciali. Grazie a questi trattamenti ho giovato di una ridotta tensione, della scomparsa del dolore fisico, del miglioramento del flusso sanguigno e dello scioglimento dei blocchi energetici, promuovendo l'omeostasi.

Alla Riflessologia sono stati abbinati l'utilizzo di olio di mandorle dolci, quale olio vettore per l'olio essenziale di lavanda che tra le sue molteplici funzioni è un ottimo sedativo, calma i nervi, distende i muscoli, favorisce il rilassamento e stimola la funzione epatica; e il rimedio di Floriterapia Rock Water che rappresenta la rigidità per eccellenza ed il potenziale armonico della flessibilità.

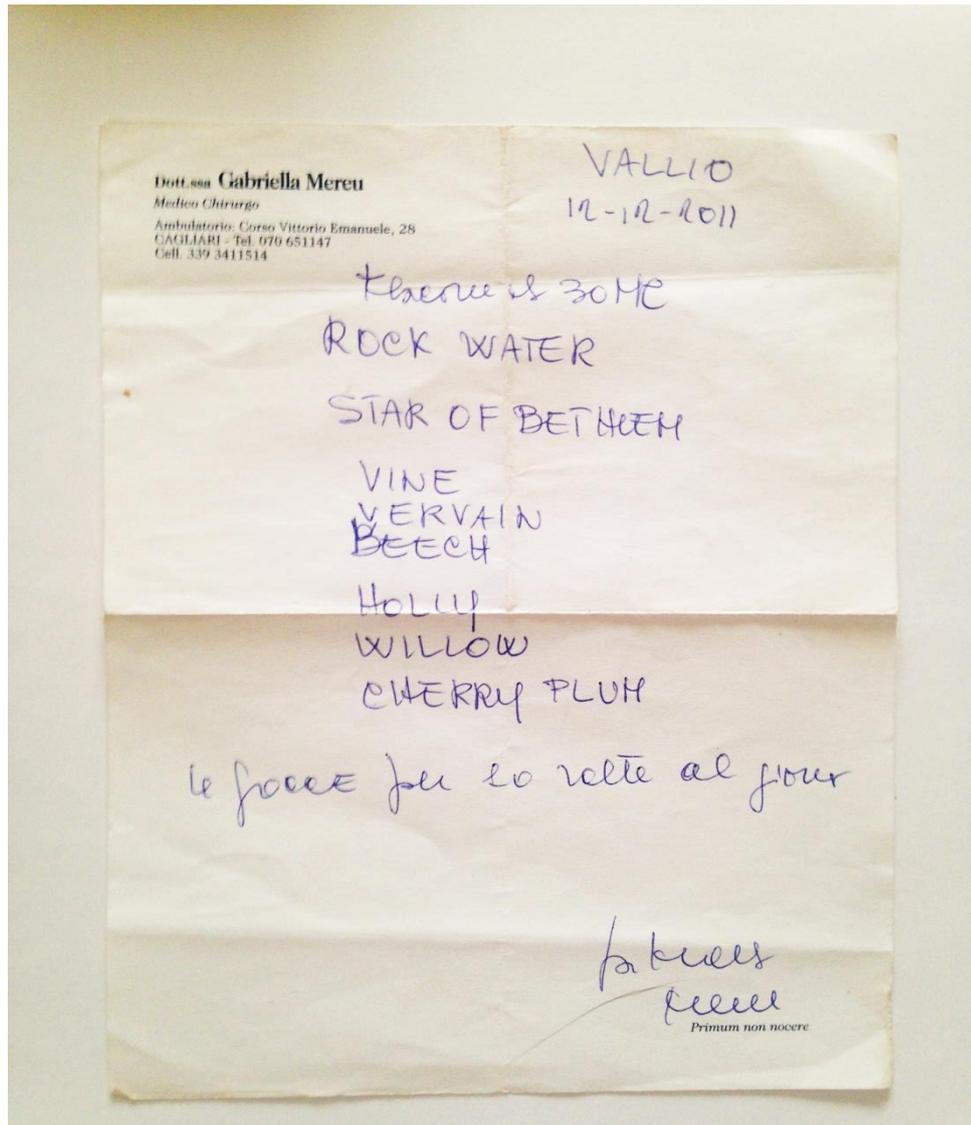
La Floriterapia e l'Omeopatia hanno favorito il processo di presa di coscienza del problema emozionale e spirituale che generò la malattia. L'assunzione di tali rimedi hanno facilitato il processo di guarigione sui tre piani dell'Essere; purificando, riequilibrando e rafforzandone il terreno costituzionale.

In parallelo alla Floriterapia e alle altre pratiche naturali incominciai una purificazione fisica e spirituale, sostenuta dal Dott. Razazian M. Farzad, medico chirurgo, gastroenterologo ed omeopata, sottoponendomi a sedute di idro-colon-terapia ed assumendo a tutt'oggi i rimedi prescritti, modulandone la tipologia in relazione al momento contingente. Tra i rimedi assunti annovero: *Viscum Album*, *Silicea Integrato*, *Syzugium Comp.*, *Dulcamara*, *Thuja Occidentalis*, *Ignatia Vis*, *Lachesis*, *Bryoni Alba*, *Crab Apple*, *Rock Water*, *Star of Bethlehem*.

Per decodificare i messaggi di disagio mi sono avvalsa, con grande beneficio e soddisfazione, anche della lettura e dell'interpretazione analogica dei Fiori di Bach, seguendo l'insegnamento della Dott.ssa Gabriella Mereu; durante la prima visita medica con la dott.ssa si aprirono ai miei occhi nuovi orizzonti fino ad allora inesplorati.

Portati alla luce e quindi consapevolizzati gli schemi e le sovrastrutture che incombevano, limitavano ed implodevano la mia vera Essenza, ho iniziato a riscontrare la riduzione dei sintomi del mio malessere. Ciò mi ha motivata a proseguire con fiducia il percorso.

Qui di seguito riporto la prescrizione medica che mi illuminò sulle strategie e direzioni da intraprendere per avviarmi alla guarigione.



Lettura e interpretazione della prescrizione medica da parte della Dott.ssa Mereu:

"Controllata (Cherry plum) nella rabbia (Holly) e rancore (Willow) a causa di un'attitudine autocritica (Beech) che ne frustra i desideri (Vervein) portandola a sacrificarsi (Rock Water) per farsi rispettare (Vine) e tutto secondo un pensare della sua famiglia (Star of Bethlehem)."

Iniziai ad assumere sistematicamente i fiori prescritti per un lungo periodo, in particolare il fiore Rock Water per più di un anno.

Nello specifico Cherry Plum è il fiore dell'autocontrollo che con il suo potenziale armonico ha favorito il mio equilibrio psichico; Holly ha trasmutato la mia collera in amore, pace e contemplazione della bellezza; Willow mi ha permesso di andare oltre il rancore ed il risentimento per prendere in mano le redini della mia vita, formulando pensieri positivi ed assumendomi pienamente le mie responsabilità; attraverso l'assunzione di Beech ho imparato ad essere più tollerante verso me stessa e a considerare le mie debolezze umane; Vervein mi ha indirizzata al cambiamento di rotta dall'eccesso di zelo e dedizione totale e ideale verso la famiglia, ad una maggior passione e attenzione rivolte a me stessa riconoscendo il mio intimo entusiasmo e carisma; la consapevolezza delle mie esigenze represses e delle costrizioni alle quali mi sottoponevo ogni giorno è affiorata con l'assunzione di Rock Water. Mi autoimponevo di rinunciare a molte cose poiché convinta che fossero incompatibili con i miei principi di vita, perdendo così parte della gioia di vivere che finalmente ho recuperato insieme alla disponibilità per la flessibilità. Tra gli effetti positivi posso menzionare anche il riconoscimento delle mie esigenze fisiche e spirituali con la convinzione di poterle soddisfare; Vine è stato utile per impormi e farmi considerare degna di rispetto; il mio disagio fisico si è risolto anche grazie a Star of Bethlehem che supporta nel superamento di traumi, ferite non rimarginate sia spirituali, emozionali, mentali che fisiche e restituisce la funzionalità ai meccanismi di autoguarigione del corpo.

Le Tecniche Igienistico Naturali che ho sperimentato, attraverso la depurazione e la stimolazione del potenziale energetico, mirano a riequilibrare e ristabilire il raggiungimento dell'omeostasi.

Il Naturo-igienismo mi ha insegnato a riprendere il passo naturale della mia esistenza seguendo il ritmo salutare di Madre Natura, vivendo il più possibile a suo stretto contatto.

Ho eliminato dal mio percorso ogni situazione che potesse produrre tossine psichiche, emotive e fisiche che non ritenevo più necessarie per la mia evoluzione.

Ho camminato con costanza, poco dopo il risveglio, a piedi nudi sulla rugiada del mio giardino per fortificare il sistema nervoso, espellere le tossine e facilitare l'assorbimento delle correnti magnetiche ed elettriche dell'atmosfera.

Questa sana abitudine l'ho mantenuta fino al recente trasferimento dalla campagna alla città, ora che mi manca mi accorgo di quanto beneficio dona questa pratica.

Nel periodo della convalescenza, anche nei momenti di infiammazione acuta, non ho mai esitato a praticare camminate dolci in acqua e successivamente nuotate a dorso.

Numerose sono state le applicazioni, anche quotidiane, apprese dallo studio dell'idro-termo-fangoterapia.

Il cataplasma d'argilla ventilata risulta efficace sul ventre poiché tutte le alterazioni della salute hanno la loro origine nei disordini digestivi (febbre gastrointestinale) e di conseguenza il ristabilimento organico si basa sulla normalizzazione della digestione combattendo la febbre interna del ventre. Quindi, il cataplasma è stato un mezzo consono per rinfrescare, disinfiammare e decongestionare le viscere, perché con la reazione termica che esso provoca, riporta alla superficie del corpo l'afflusso del sangue, ristabilendo in tal modo l'equilibrio termico quale condizione fondamentale per la salute integrale del corpo.

Le fregagioni e le spugnature di acqua fredda si sono rivelate utili alla circolazione sanguigna e all'eliminazione di tossine stimolando l'attività degli organi emuntori (reni, polmoni, pelle e intestino) producendo una sensazione di benessere generale e agevolando un sonno tranquillo e profondo quando applicate prima di coricarmi.

Le fregagioni hanno risvegliato le difese naturali dell'organismo, permettendo l'attivarsi della febbre curativa alla superficie del corpo, facendo diminuire la febbre distruttiva delle viscere, ristabilendo l'equilibrio termico.

La spazzolatura a secco della pelle ha concorso per migliorare la circolazione sanguigna, aprire i pori e tonificare la pelle permettendo una corretta eliminazione delle tossine accumulate nel corpo con conseguente purificazione del sistema linfatico.

Gli impacchi di foglia e di succo di cavolo-verza in aceto di mele, applicati con garze di cotone, sono stati un valido ausilio durante la fase acuta del mio malessere grazie al loro contenuto di agluconi sostanze che stimolano le loro proprietà analgesiche, antinfiammatorie ed antisettiche topiche.

Per conservare il benessere conseguito a seguito di questo mio percorso di rinnovamento, mi impegno con costanza a mantenere le sane abitudini acquisite, tra le quali una dieta alimentare prevalentemente a base naturale, esercizi di respiro, meditazione, yoga e stretching del corpo, ginnastica in acqua, passeggiate all'aria aperta, l'ascolto di buona musica e la condivisione di floride relazioni.

Conclusioni

Durante questo percorso ho intrapreso lo studio di molte interessanti discipline quella che più mi ha affascinato ed ho approfonditamente sperimentato, sia a livello personale che professionale, è la Tecnica Metamorfica.

Il parallelismo che osservo e considero tra l'Acqua e la Tecnica Metamorfica è dato dal fatto concreto che l'essere umano si genera, si sviluppa e prende forma durante la gestazione completamente immerso nel liquido amniotico, culla naturale e ambiente ideale. Il primo avvicinamento con il mondo avviene attraverso l'acqua, la stessa che ci accompagnerà per tutta la nostra esistenza dal momento del concepimento a quello della morte. Veniamo concepiti dall'amore, cullati nell'acqua materna che gelosamente ci custodisce e ci prepara in ogni singola, piccolissima e perfettissima parte per nove mesi.

L'Acqua è un simbolo ricorrente che si ripropone come elemento essenziale e costante nella nostra vita. Incessante mezzo di scambio di intense emozioni nella diade mamma-figlio in comunicazione costante attraverso canali sensoriali tattili, creando stati emozionali unici ed irripetibili. L'acqua ci custodisce nella vita.

Approcciandomi con grande forza di volontà, amore per me stessa e fede nella vita, avvalendomi della preziosa esperienza e dei frutti maturati durante il percorso formativo presso l'accademia di Naturopatia *ConSé*, ho realizzato un notevole cambiamento nel mio modo di essere e di vivere.

Con successo sono stata in grado di affrontare grandi sfide dell'esistenza tra le quali il superamento di lutti famigliari, la separazione dal coniuge e una malattia personale.

La mia metamorfosi si è manifestata e concretizzata dopo aver attuato cambiamenti nello stile di vita e nelle relazioni, riconoscendo sintomi ed abbandonando vecchi schemi che altro non producevano se non stagnazione e replica di meccanismi dannosi per la mia salute.

Come il fluire inesorabile dell'acqua ho imparato a permettere ed accogliere gli eventi semplicemente così come sono.

E tutto fila più liscio e semplice.

Panta rei.



Bibliografia

- *I fondamenti della Medicina Tradizionale Cinese*, Maciocia, Casa Editrice Ambrosiana
- *Il grande libro dei Fiori di Bach*, Scheffer M., Corbacchio
- *Il massaggio che trasforma*, Saint-Pierre G., Boater D., Mediterranee Edizioni
- *Il tuo corpo implora acqua*, Batmanghelidj F., Macroedizioni
- *L'Acqua*, Viacava C., Artioli G., Macroedizioni
- *L'energia delle acque a luce bianca*, Ciccolo E., Mediterranee Edizioni
- *La natura profonda dell'acqua*, Gariboldi A., Xenia Edizioni
- *L'Arte di guarire con la Musica*, L. Vignali, Ed. Il Punto d'Incontro