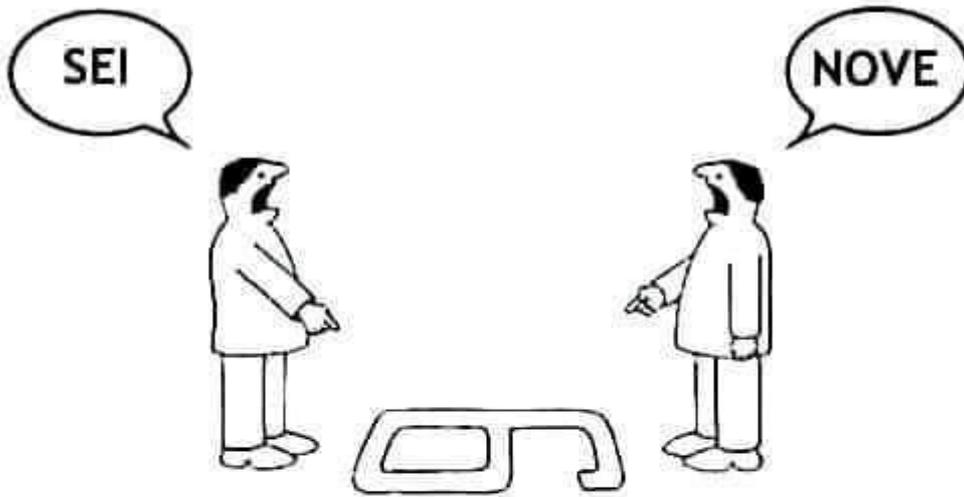


Perdonare per guarire

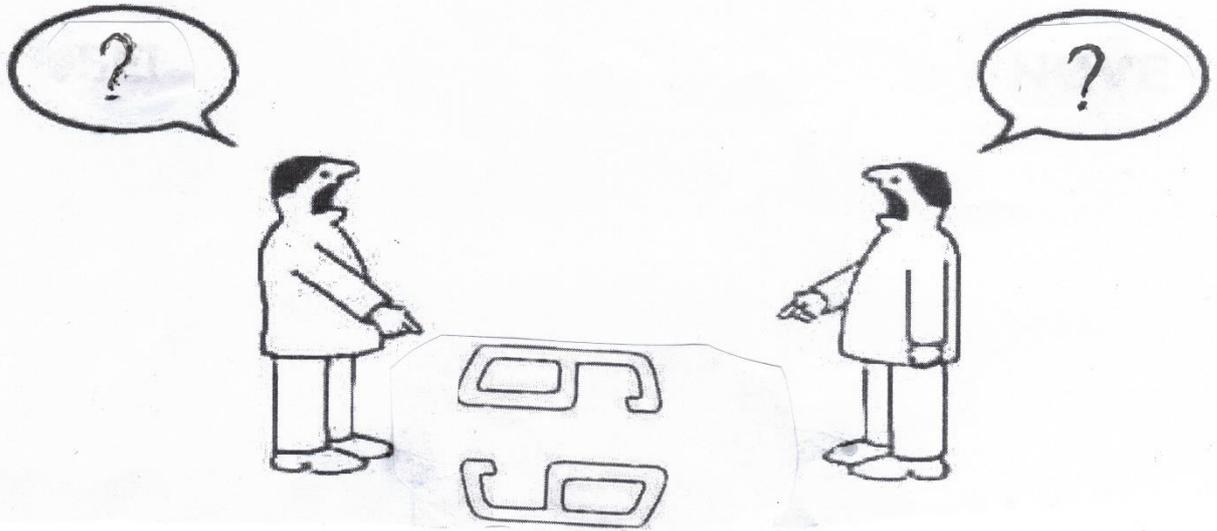
Tutti siamo convinti che il nostro punto di vista è quello giusto‘,



**IL FATTO CHE HAI RAGIONE,
NON VUOL DIRE CHE L'ALTRO SBAGLI.
SEMPLICEMENTE POTRESTI NON AVER
GUARDATO LA VITA
DAL SUO PUNTO DI VISTA**

Perdonare per guarire

Tutti siamo convinti che il nostro punto di vista è quello giusto,



Vuoi vedere che anche lui ha le sue ragioni ed è convinto che il suo punto di vista è quello giusto e il mio è sbagliato?

cercheremo di analizzare alcuni aspetti della vita.

. perché mia moglie/marito era gentile e attento alle mie esigenze e ora mi contrasta sempre?

Perché si decide di separarsi o addirittura si decide di ammazzare un/una coniuge?

. perché un giovane decide di drogarsi?

. perché qualcuno si suicida?

. Perché ho sposato una donna che non corrisponde ai miei ideali estetici?

. perché è importante ripercorrere la propria storia per comprendere meglio il comportamento degli altri nei miei confronti e il mio nei loro confronti?

Vedremo come con un po' di conoscenza, di impegno e buona comprensione di certe dinamiche si può arrivare a dare risposta ad alcuni di questi quesiti!

Iniziamo tutto il discorso con un'analogia, e per andare su esempi semplici parleremo di piante.

Ogni seme ha dentro di sé un progetto, e, se vive in un ambiente idoneo, darà origine ad una pianta che a sua volta darà origine ad un frutto, il quale conterrà altri semi e lo stesso processo si ripete rispettando il progetto originario.

Se manca acqua, tira troppo vento, o troppo freddo ecc....il seme darà origine ad una pianta difettosa la quale darà frutti difettosi con semi con progetto alterato che daranno piante e frutti alterati ecc....

Rapportato all'uomo, il seme è costituito dallo spermatozoo e dall' ovocellula che condividono il proprio progetto dando origine ad un nuovo uomo che è il frutto dei due progetti originari.

Se tutto procede bene avremo un normale svolgimento della vita ed un adattamento all' ambiente in cui si vive e darà origine a nuovi individui con progetto indenne.



Conoscersi:

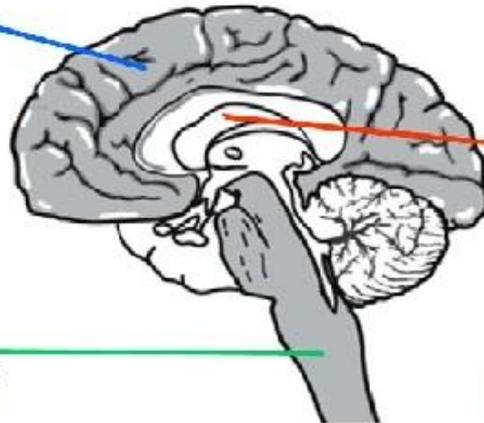
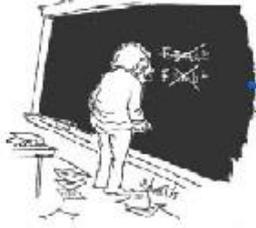
Questi incontri, hanno lo scopo di capire se il nostro progetto originario è corretto, a partire da ciò che abbiamo ereditato dalle generazioni passate fino ad oggi, attraversando, tappa per tappa, la nostra vita, alla ricerca dei momenti “no “che abbiamo vissuto e/o che stiamo vivendo.

Tutti noi, viviamo o abbiamo ereditato, condizionamenti, generati da conflitti biologici e/o psichici che alterano il progetto originario, influenzando sia il nostro comportamento, sia le nostre convinzioni, sia il funzionamento degli organi del corpo, fino a provocare malattie più o meno gravi, e la cosa peggiore è che tali alterazioni le trasmettiamo alle nuove generazioni.

Da tener presente che, chi ci ha creati, ci ha forniti di un progetto originario, che, contiene meccanismi involontari, che ci aiutano a conservare la sopravvivenza nell'ambiente in cui viviamo: fame, sete, freddo, caldo, difesa dalle aggressioni, ecc....e nello stesso tempo ci ha fornito di meccanismi per garantire la continuazione della specie: voglia sessuale, necessità di protezione della prole e necessità da parte della prole di essere accudita, sfamata e coccolata dagli adulti, ecc. I meccanismi menzionati e tanti altri, con tutto il loro contenuto emotivo, agiscono sulle zone cerebrali specifiche che, a loro volta, regolano la funzione degli organi del corpo e, se il progetto non viene alterato permettono una vita come impostata nel progetto divino.

Questi sono meccanismi automatici che hanno permesso la vita e il prosieguo di essa e la cui genesi risiede nel cervello antico detto rettiliano ed in quello limbico.

**CERVELLO NEOCORTICALE:
LINGUAGGIO E PENSIERO
(società, cultura)**



**CERVELLO LIMBICO:
EMOZIONI
(attaccamento, accudimento,
agonismo, cooperazione)**



**CERVELLO RETTILIANO:
SOPRAVVIVENZA
(alimentazione e sessualità)**

CERVELLO TRINO

Poi, nel cervello neocorticale, si sono sviluppate le funzioni psichiche principali che sono: il linguaggio, la percezione, l'attenzione, la memoria, l'ideazione, l'affettività, la volontà e la coscienza, ecc....

Vediamo come funzioniamo partendo dal progetto presente negli spermatozoi e nelle ovocellule (semi)

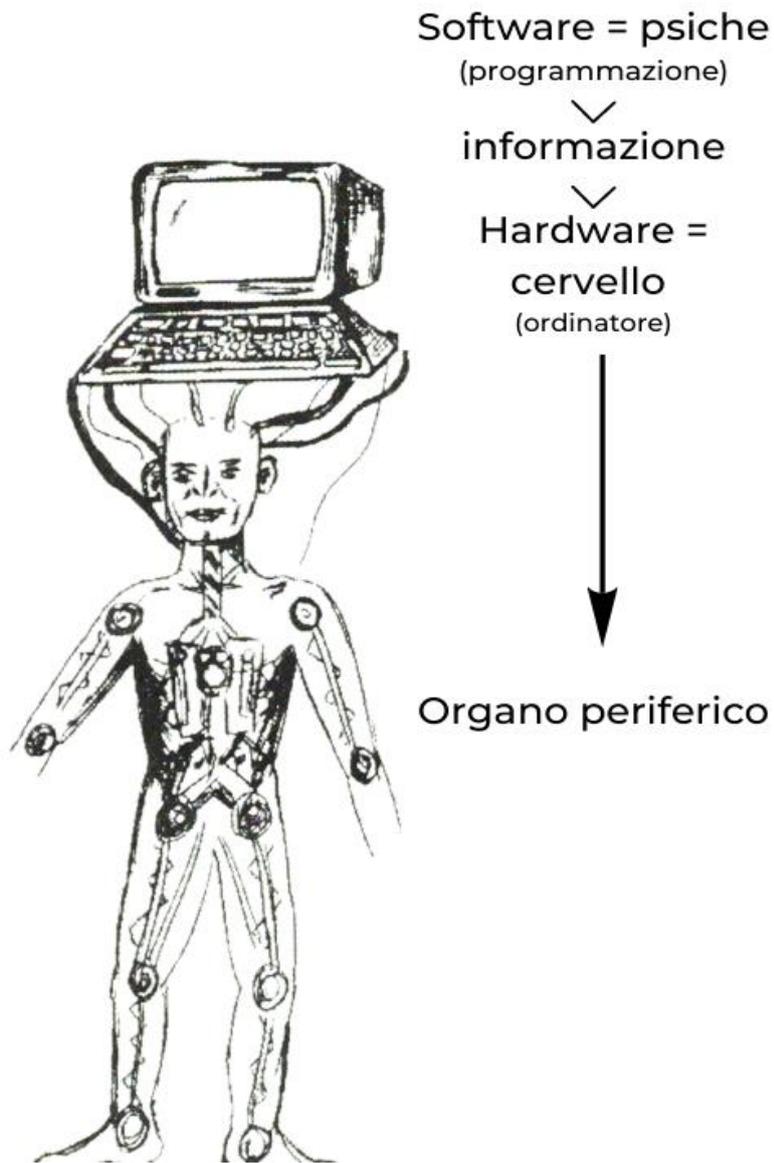


Fig. 1

Sia i meccanismi primordiali, sia le funzioni psichiche, danno informazioni alle strutture cerebrali, le quali le trasmettono agli organi del corpo, condizionandone le azioni in ipo o iper o disfunzione

Come si vede in questa figura, ogni organo, corrisponde a una zona cerebrale.

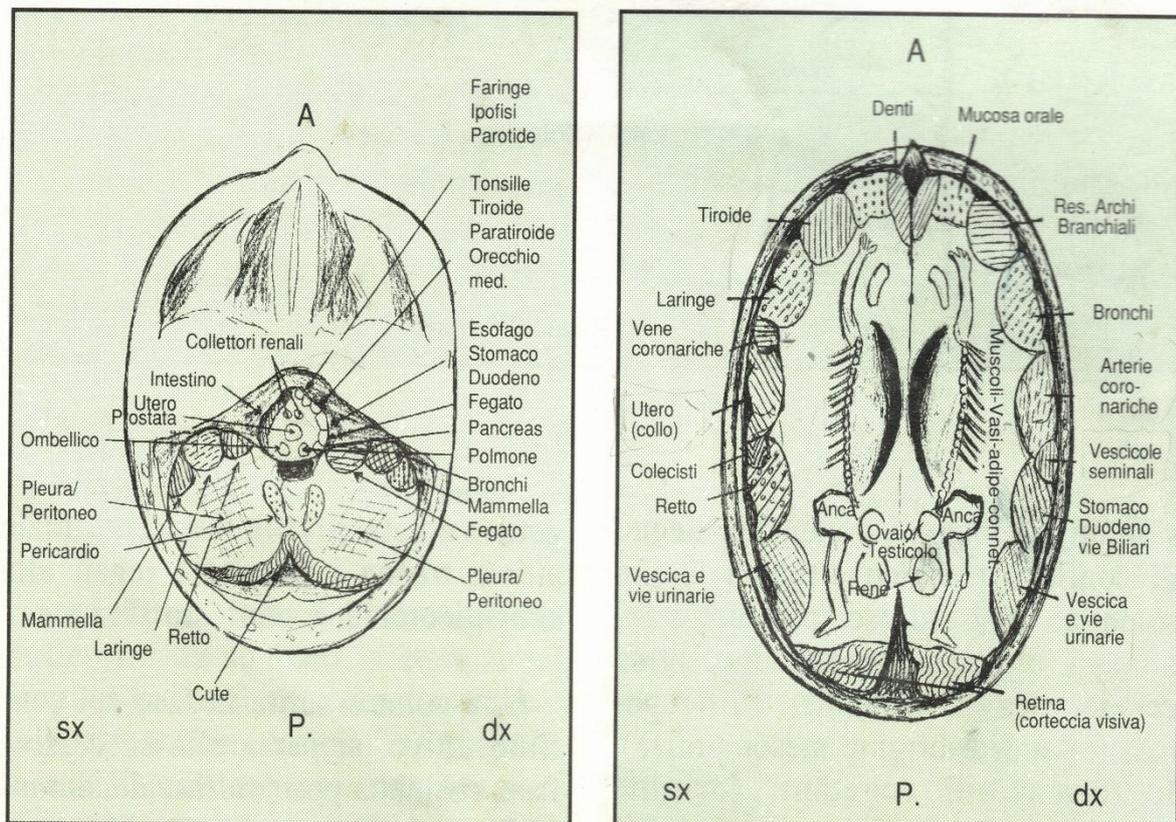


Fig. 2

Tutto ciò, nel progetto originario, è regolato perfettamente.

Se, però, per mancato adattamento all'ambiente, o per interazioni negative con altri, anche se sono parenti, viviamo conflitti o condizionamenti, che nella maggioranza dei casi, sono ereditati e/o legati all' ambiente in cui viviamo, tale progetto si altera. I conflitti sono delle forzature dei normali meccanismi esistenti nel progetto originario. Essi condizionano la nostra vita, nostro malgrado, e generano un comportamento e/o il nostro modo di vivere non conforme al programma originario.

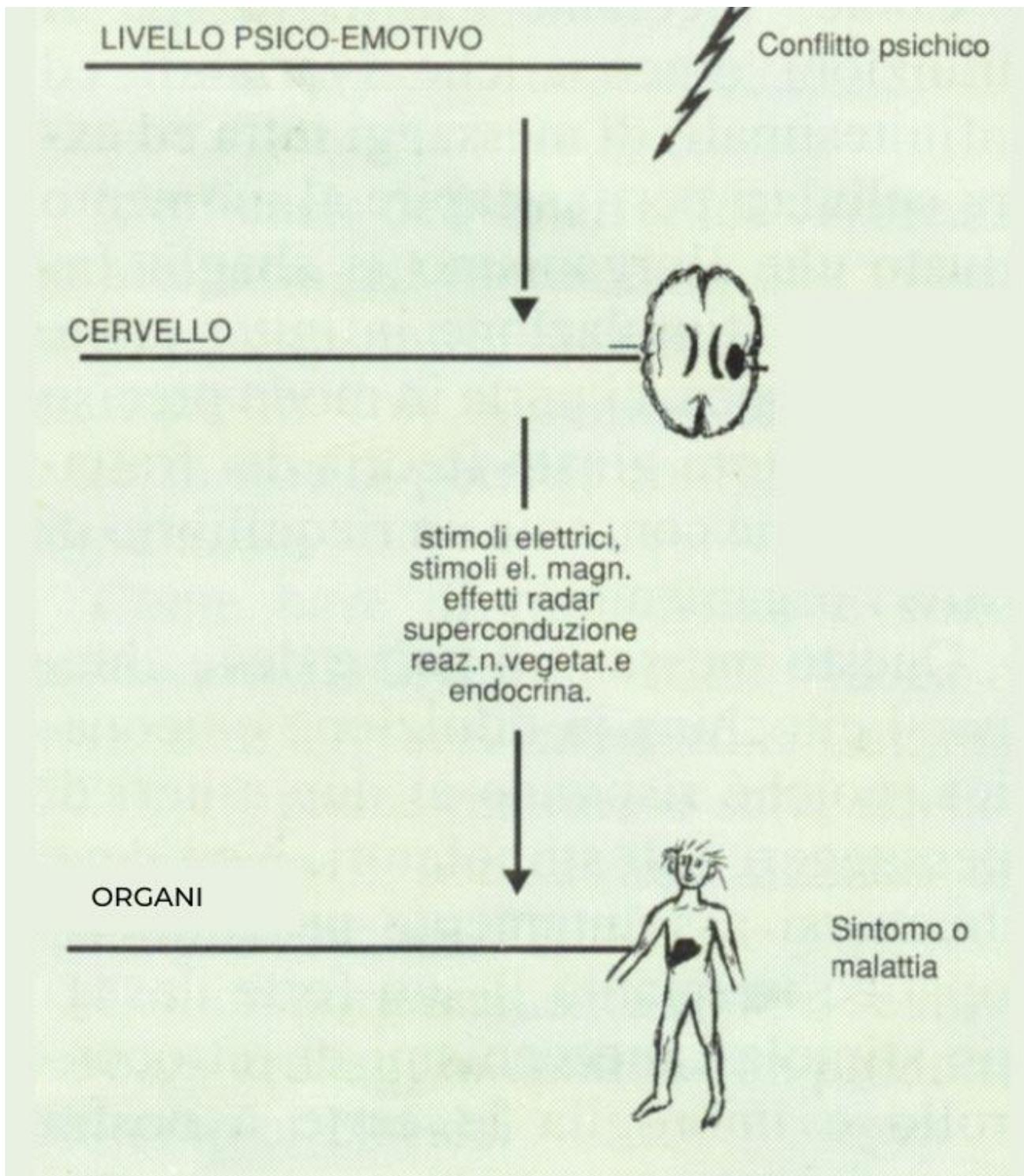


Fig. 3

Di meccanismi automatici e condizionamenti psichici ne esistono moltissimi.

Tali meccanismi e/ o impulsi psichici, restano in noi e passano alle generazioni successive.

Ma una loro eventuale alterazione qualitativa e/o quantitativa, fa sì che il programma base viene forzato ad agire negativamente sulle zone del cervello, che regolano in modo errato, il funzionamento degli

Organi e anche la percezione di ciò che è giusto o sbagliato. Queste alterazioni qualitative e/o quantitative ci fanno vivere male il presente e passano nelle generazioni successive (*secondo es 20,5, lv 26,39 e is 14,21, la colpa dei padri ricade sui figli*).

A noi interessa il concetto che condizionamenti evidenti passano di generazione in generazione.

Per fare un esempio di forzatura di uno dei meccanismi primordiali gestiti dal cervello antico, prenderemo in considerazione uno solo di questi, perché le conseguenze che provoca sono simili a tutti gli altri ed è molto comprensibile:

Conflitto della paura di morir di fame.

Un uomo che vive in armonia con la natura e con la propria famiglia va a caccia tutti i giorni e, presa la selvaggina, **che serve per la giornata**, rientra presso la propria famiglia e passa il tempo a godere della compagnia della stessa (fase di regolare alternanza simpatico-parasimpatico).

Questo tutti i giorni. Quando poi, un giorno, cade la neve, non può andare a caccia.

La stessa cosa si ripete il giorno dopo e poi ancora e ancora per circa dieci giorni.

I figli piangono per la fame, la moglie si lamenta e lo accusa di non essere in grado di sfamare la famiglia (fase di attività esagerata del sistema simpatico). A questo punto il cacciatore esce e nonostante la neve cerca la selvaggina e rientra dopo giorni, solo quando a rischio della propria vita, trova di che sfamare la famiglia.

Andata via la neve, il cacciatore esce e trova più agevolmente la selvaggina, ma inizia ad accumularne quanto più possibile per paura di ripetere l'esperienza precedente.

A questo punto il suo meccanismo della fame si è alterato e resta attiva la fase simpatica o di allarme e come conseguenza cercherà di accumulare sempre più, cadendo nel conflitto di "paura di morir di fame", che corrisponde a una necessità smodata di accumulare anche senza averne bisogno, alterando le funzioni del corpo (malattie). Poche volte si arriva alla soluzione del conflitto (fase vagotonica) e solo passando attraverso una accentuazione della fase di astenia, febbre, infezioni, aumento dell'appetito e poi, se si supera questa fase, si torna al normale ritmo corporeo.

In maniera simile possono essere forzati tutti i meccanismi biologici alterando, in maniera qualitativa e quantitativa, i bisogni che il corpo richiede e che, normalmente, gestisce in modo controllato.

Facciamo un esempio di conflitto psichico, che riguarda il cervello nuovo (corteccia cerebrale):

Conflitto di contrarietà territoriale con familiare o vicino di casa a proposito del contenuto del territorio (frequente nelle divisioni di beni ereditati).

In fase conflittuale si ha un'ulcera dello stomaco con sanguinamento.

Se si riesce a passare alla fase vagale di guarigione, si hanno dolori forti e se si arriva alla guarigione si ha la cicatrizzazione.

Dopo il cervello antico e prima del cervello nuovo si è sviluppato il cervello limbico, sede delle emozioni, i cui conflitti sono una via di mezzo fra le due modalità precedenti.

Es. Conflitto con i liquidi:

-fase conflittuale--aver corso il pericolo di affogare al mare o aver visto un parente che stava affogando.

Fase conflittuale ---forte stress

Fase post conflittuale---alterazione della funzione renale

Fase di guarigione—cisti renale

Vediamo cosa ci portiamo dietro dal passato.

Meccanismi ancestrali acquisiti durante la filogenesi appena nato il bambino è limitato nelle capacità motorie. In realtà si nasce con un corredo arcaico di istinti primordiali fondamentali chiamati *riflessi innati*. Riflesso di respirazione la prima azione che il neonato compie: respirare. Con i primi vagiti, l'aria entra nei polmoni che si espandono, dando l'avvio alla respirazione autonoma. Riflesso della suzione il riflesso della suzione è un istinto fortissimo, legato alla sopravvivenza. Già alla nascita, se gli si sfiora la guancia con un dito, il neonato si volta da quella parte e cerca con la bocca quello che crede essere il capezzolo della mamma da succhiare.

Approvazione

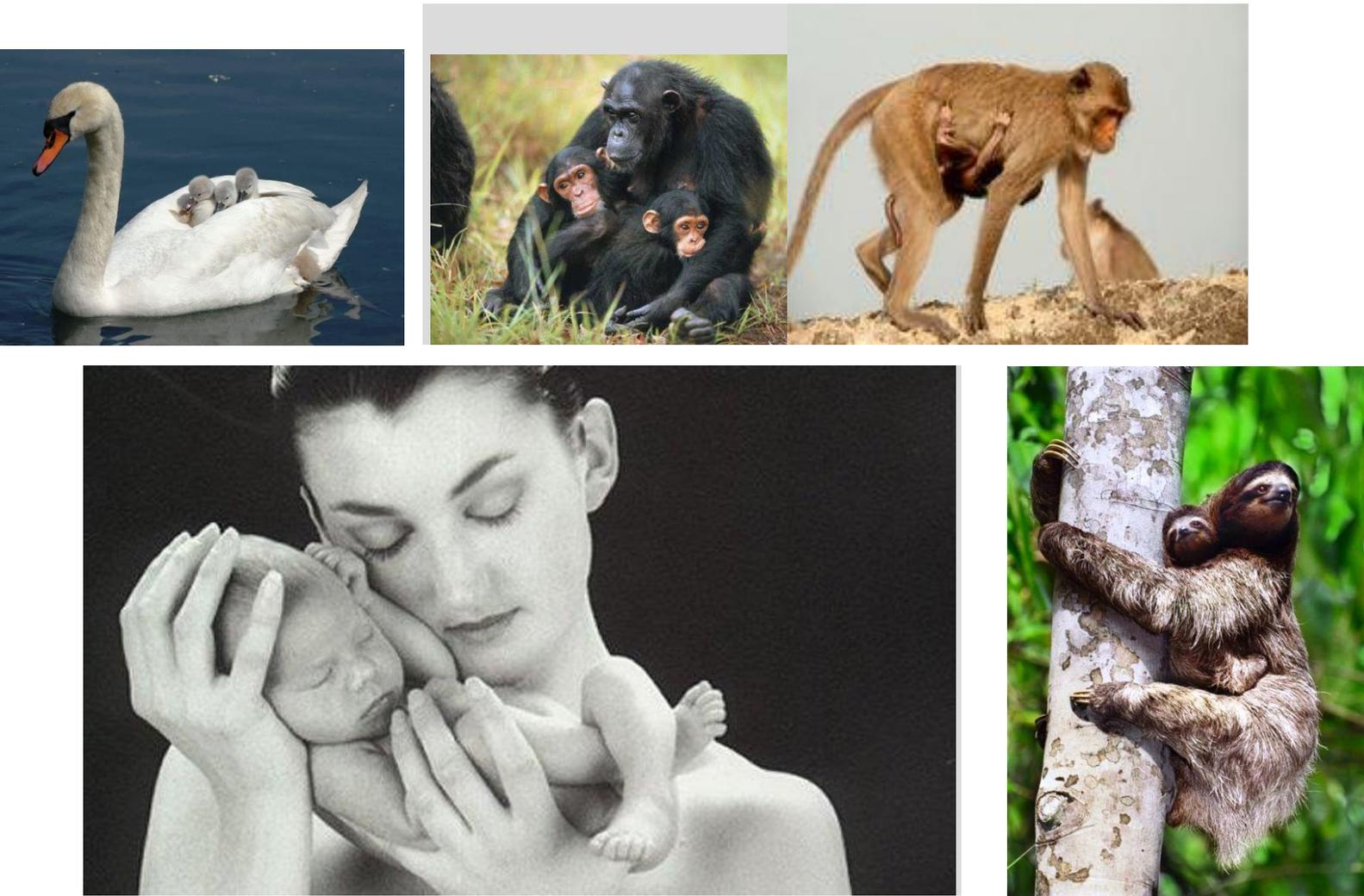


Fig. 4

Da alcuni documentari apprendiamo che i figli restano legati alla mamma finché non diventano autonomi. Se in una corsa per sfuggire a un predatore uno dei figli cade, questi facilmente viene mangiato dal predatore. Cosa succede nel cervello del fratellino che è ancora aggrappato alla mamma? Prende coscienza del fatto che, per sopravvivere, deve restare attaccato alla mamma. Anche nella nostra specie il bambino che restava non legato costantemente alla mamma, non sopravviveva. Ovviamente, anche in questo caso, nel fratellino, si generava l'idea che per sopravvivere bisognava restare legati alla mamma. N.b.: per mamma non dobbiamo intendere necessariamente chi ha partorito, ma chi si prende cura da subito del nuovo nato. Se un'oca esce dall'uovo mentre c'è un cane, il cane diventa la madre. La cosa importante è che il cane l'accolga.

-Ovviamente l'affinità genetica e l'empatia creatasi fra mamma e figlio nell'utero, giocano un ruolo fondamentale ma, nella filogenesi, qualunque cucciolo di qualunque specie ha dentro di sé il concetto chiaro del dover necessariamente essere legato a un adulto (meglio se è la madre) per sopravvivere, ovvero deve avere l'approvazione alla vita. Tale richiesta di approvazione condiziona tutta la vita, con essa anche le scelte.

Linguaggio verbale e linguaggio non verbale

Quando è nato l'uomo, sicuramente non era alfabetizzato. Per iniziare ad usare simboli comuni scritti ci sono volute 40.000 generazioni, per cui l'esigenza di comunicare con gli altri veniva soddisfatta usando gesti e suoni gutturali (linguaggio non verbale). Lo stesso vale per il neonato. Nel tempo ci siamo messi d'accordo sul suono da attribuire alle cose e così sono nate le lingue. Ovviamente, in ogni comunità la convenzione è stata differente; da qui le diverse lingue. Possiamo solo immaginare le difficoltà di esprimere.

Concetti astratti come amore, affetto, gelosia, ecc...ci sono voluti molti anni per coniare i suoni anche per cose astratte. Il linguaggio non verbale, così come i meccanismi primordiali per la sopravvivenza, è passato come informazione inconscia da generazione a generazione, fino a noi. Questo ha fatto sì che i neonati conoscano bene il linguaggio non verbale. Quando c'era una guerra fra due popoli, si usavano lance, frecce, bastoni e successivamente fucili e pistole. Ciò ha fatto in modo che, se ci avviciniamo con un arnese dritto o acuminato a una persona, questa chiude gli occhi e si scansa.



Fig. 5

Nella comunicazione, il 7% riguarda il linguaggio parlato, il 38% riguarda il tono della voce, mentre il 53% la mimica facciale e la gestualità del corpo.

Il tono può esprimere apprezzamento o disapprovazione, entusiasmo o apatia, interesse o noia (ha la stessa funzione dell'evidenziatore che sottolinea i concetti ritenuti importanti).

Schema sintetico del linguaggio non verbale

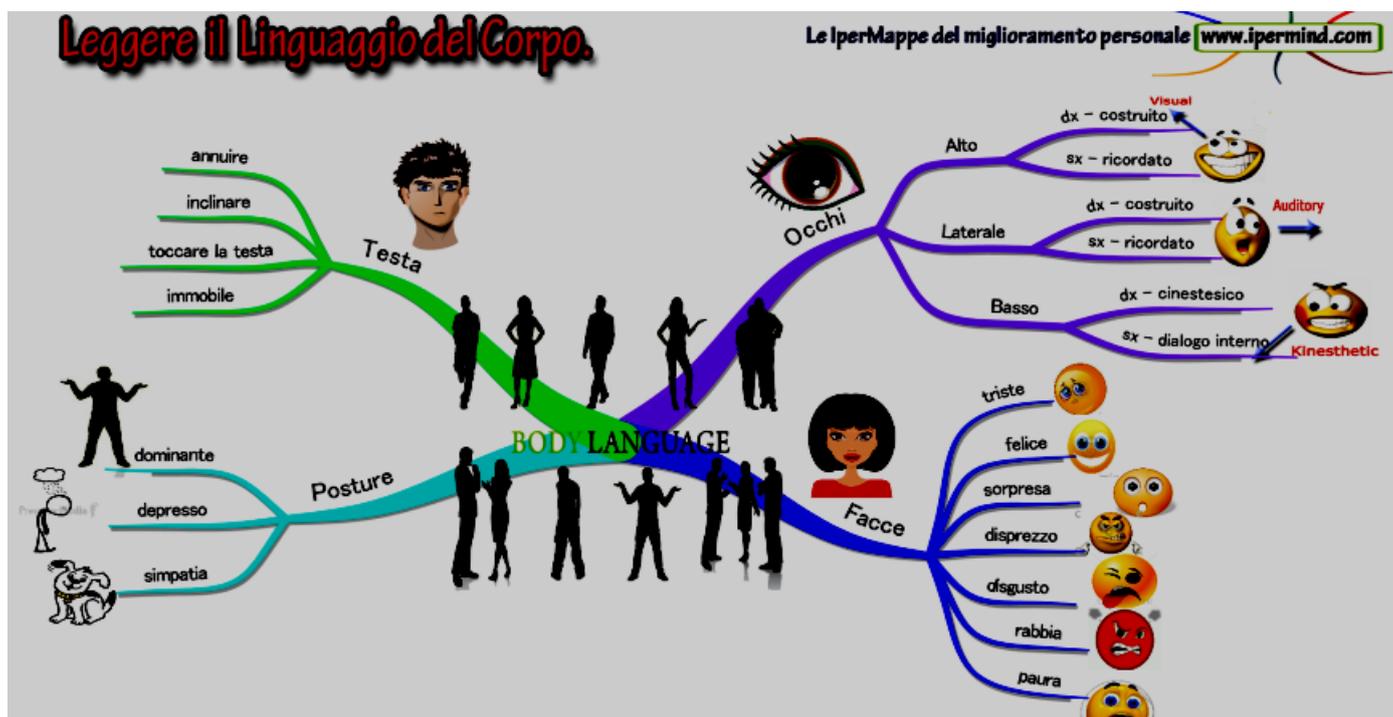


Fig. 6

Vediamo cosa significa forzare il progetto originario.

Un esempio di forzatura di uno dei meccanismi primordiali di cui siamo dotati, gestiti dal cervello antico, Prenderemo in considerazione uno solo di questi, perché le conseguenze che provoca sono simili a tutti gli altri ed è molto comprensibile:

Conflitto della paura di morir di fame

Un uomo che vive in armonia con la natura e con la propria famiglia va a caccia tutti i giorni e, presa la selvaggina, che serve per la giornata, rientra presso la propria famiglia e passa il tempo a godere della compagnia della stessa (fase di regolare alternanza simpatico-parasimpatico).

Questo tutti i giorni. Quando poi, un giorno, cade la neve, non può andare a caccia.

La stessa cosa si ripete il giorno dopo e poi ancora e ancora per circa dieci giorni.

I figli piangono per la fame, la moglie si lamenta e lo accusa di non essere in grado di sfamare la famiglia (fase di attività esagerata del sistema simpatico). A questo punto il cacciatore esce e nonostante la neve cerca la selvaggina e rientra dopo giorni, solo quando a rischio della propria vita, trova di che sfamare la famiglia.

Andata via la neve, il cacciatore esce e trova più agevolmente la selvaggina, ma inizia ad accumularne quanto più possibile per paura di ripetere l'esperienza precedente.

A questo punto il suo meccanismo della fame si è alterato e resta attiva la fase simpatica o di allarme e come conseguenza cercherà di accumulare sempre più, cadendo nel conflitto di "paura di morir di fame", che corrisponde a una necessità smodata di accumulare anche senza averne bisogno, alterando le funzioni del corpo (malattie). Poche volte si arriva alla soluzione del conflitto (fase vagotonica) e solo passando attraverso una accentuazione della fase di astenia, febbre, infezioni, aumento dell'appetito e poi, se si supera questa fase, si torna al normale ritmo corporeo.

In maniera simile possono essere forzati tutti i meccanismi biologici alterando, in maniera qualitativa e quantitativa, i bisogni che il corpo richiede e che, normalmente, gestisce in modo controllato.

Facciamo un esempio di conflitto psichico, che riguarda il cervello nuovo (corteccia cerebrale):

Conflitto di contrarietà territoriale con familiare o vicino di casa a proposito del contenuto del territorio (frequente nelle divisioni di beni ereditati).

In fase conflittuale si ha un'ulcera dello stomaco con sanguinamento. Se si riesce a passare alla fase vagale si hanno dolori forti e se si arriva alla guarigione si ha la cicatrizzazione.

Dopo il cervello antico e prima del cervello nuovo si è sviluppato il cervello limbico, sede delle emozioni, i cui conflitti sono una via di mezzo fra le due modalità precedenti.

Es. Conflitto con i liquidi:

-fase conflittuale--aver corso il pericolo di affogare al mare o aver visto un parente che stava affogando.

Fase simpaticotonica ---forte stress

Fase vagotonica---alterazione della funzione renale

Fase di guarigione—cisti renale.

Per analizzare meglio noi stessi conviene scrivere la propria storia .

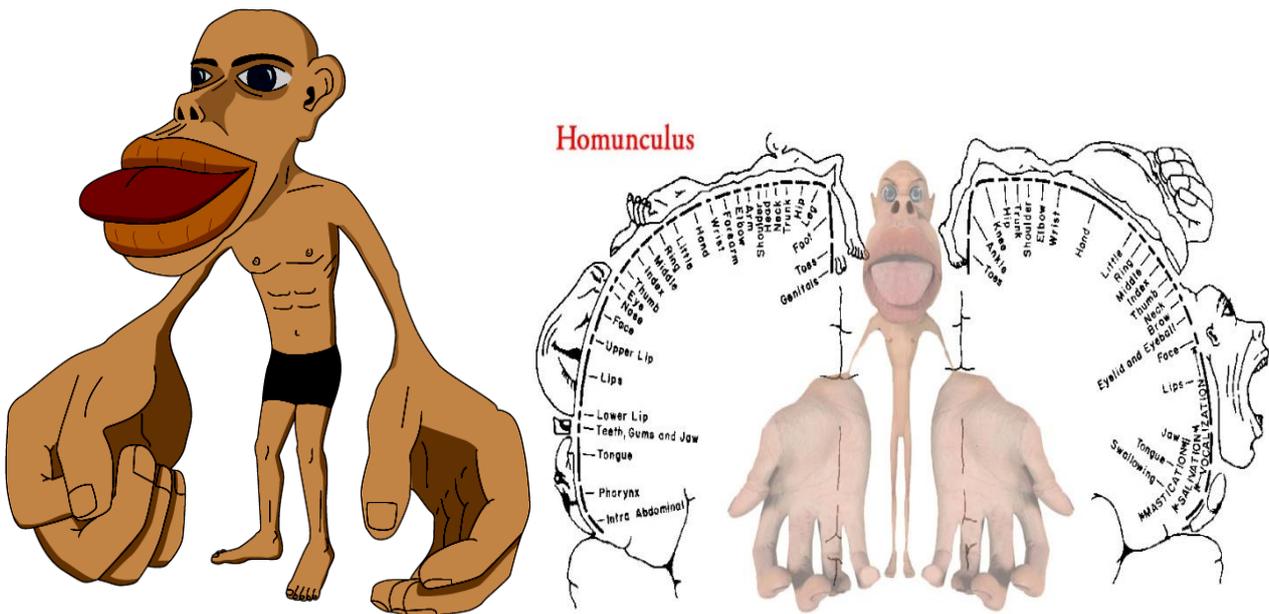


Fig. 7

E' importante vedere come le mani, rispetto ad altro hanno una rappresentazione maggiore sulla corteccia cerebrale, questo perche' con le mani facciamo tante cose: ci laviamo, mangiamo, accarezziamo, picchiamo, ecc...

quindi tutte le zone del cervello che sono legate a queste funzioni, sono necessariamente collegate alla zona cerebrale che guida le mani.

Se scriviamo la nostra storia, usiamo le mani, e quindi ci troviamo a ricordare cose che apparentemente avevamo rimosso, anche perche' attiviamo il linguaggio non verbale che e' sempre veritiero. In questo modo possiamo ricordare le nostre conflittualita' passate e lavorarci sopra liberandoci da condizionamenti negativi che esse ci procurano.

Finestra di johari (joseph luft-harry ingham 1961)

La finestra di johari, ideata da, Joe Luft e Harry Ingham, permette l'auto-conoscenza; in altre parole, spiega in che modo io mi relaziono con me stesso e con gli altri Fig. 4

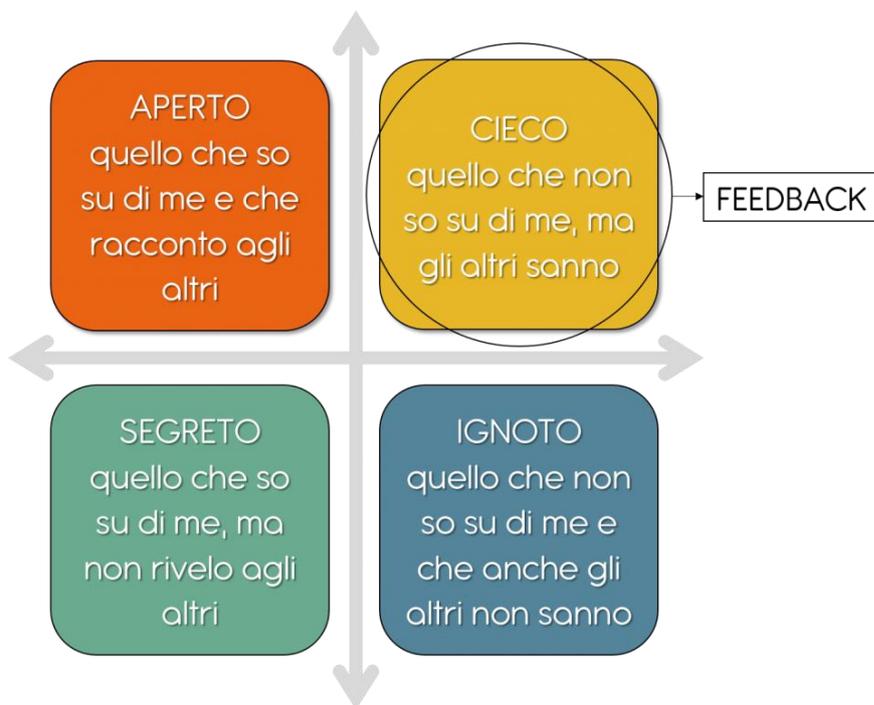


Fig. 8

Come funziona

Innanzitutto, dobbiamo immaginarci come ad una finestra:

Sul primo quadrante in alto a sinistra, vi è ciò che noi conosciamo,

Mentre su quello basso a sx ciò che conosciamo ma non condividiamo con gli altri;

Sul quadrante alto a destra, invece, immaginiamo che ci sia ciò che non conosco di me ma gli altri possono vedere,

Viceversa, sul quadrante in basso a destra, c'è tutto ciò che è ignoto a noi e agli altri.

Ripercorrere la propria storia, ci porterà inevitabilmente ad addossare colpe ad altri vissuti prima di noi o contemporanei. Come conviene porci verso costoro che da questo momento chiameremo **nemici**.

In Matteo 5.44, Gesù ci invita ad amare i nostri nemici e pregare per la loro salvezza.

Poiché' tutti siamo convinti che Gesù, con la sua sapienza divina e la sua misericordia, non ci direbbe una cosa sbagliata, cerchiamo di capire perché ci consiglia un atteggiamento che potremmo definire contro-natura.

Come prima cosa identifichiamo chi chiamare nemico: colui che ci fa' o ci ha fatto del male (secondo i nostri parametri) o chiunque altro che, con il suo linguaggio verbale e non verbale, ce lo ricorda.

Se il nemico è una persona nota, l'identificazione è scontata, se invece è una persona del passato fuori dai nostri ricordi come faremo a pregare per lui?

A volte, però, guardando o ascoltato una persona mai vista prima, comunque il suo linguaggio verbale e non verbale ci crea problemi e questo perché' ci ricorda qualcuno che nelle generazioni precedenti ha creato problemi a qualche mio avo che poi ha trasmesso a me questa informazione.

Ora, sia nel primo caso che nel secondo, nel momento del conflitto, si depolarizza l'area del mio cervello relativa a quel tipo di conflitto, con conseguente informazione alterata all'organo relativo e cattiva funzione di esso.

Se noi accettiamo il consiglio di Gesù e accettiamo come dono (per-dono) il nemico,

Mettiamo a posto la nostra zona cerebrale alterata con conseguente normalizzazione dell'organo relativo interessato, così viviamo meglio e diamo una mano a Gesù nel voler salvare tutti (vedi corpo mistico),

E questo perché', se è vero, che si resta in purgatorio finché' le conseguenze delle azioni sbagliate non si esauriscono sulla terra, facciamo fare meno purgatorio ai nostri nemici semplicemente accettandoli come

-doni perché' mettono in evidenza un problema(conflitto) che ci portiamo dentro,

-doni perché' con la nostra azione redentrice sistemiamo la parte di cervello che in fase conflittuale ha iniziato a dare informazioni sbagliate agli organi connessi ad essa con relativa migliore funzione di essi

-dono per il "nemico" che farà meno purgatorio.

E inoltre mettiamo in risalto con il nostro operato il concetto della misericordia secondo madre speranza che chiamava benefattori tutti quelli che ne ostacolavano le azioni e faceva pregare per loro.

In questo modo riusciamo a capire perché' Gesù ci indica come unica via da seguire è quella del perdono verso il cosiddetto nemico?

A questo punto iniziamo a scrivere dei nonni, dei genitori, e della gravidanza.

Quindi per poter capire da dove ci vengono i suddetti conflitti iniziamo a scrivere dei nonni, dei genitori, e della gravidanza.

Scriviamo tutto ciò che ricordiamo dei nonni e/o ciò che ci hanno raccontato di essi.

Continuiamo, poi, con i genitori, descrivendo tutto ciò che ricordiamo della nostra infanzia e tutte le cose che ci hanno trasmesso con il loro insegnamento e il loro esempio.

Continueremo con tutto quello che ci è stato riferito in relazione a come nostra madre ha vissuto la gravidanza per noi, come è stata vissuta la notizia della gravidanza e tutto ciò che è capitato nei nove mesi mentre eravamo nel grembo materno: paure, litigi, cose belle e brutte, e anche del parto.

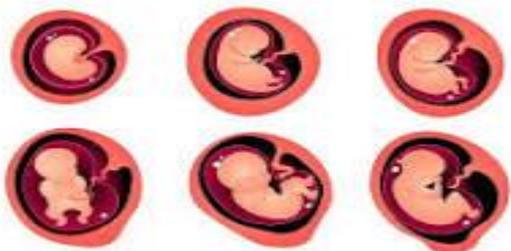


Fig. 9

È importante capire che l'approvazione, di cui abbiamo ampiamente parlato, inizia già dalla gravidanza, ovvero con l'accettazione immediata dell'arrivo del nuovo essere vivente che memorizza subito la gioia della madre. Il bambino è tutt'uno con la mamma.

Da essa riceve nutrimento e tutto ciò che serve per la crescita, ma riceve anche stimolazioni come gioia, tristezza, paura, ecc. Un eventuale tentativo di far fuori il bambino resterà impresso nel cervello del bambino che avrà un senso costante di negazione della vita, che verrà attenuato solo da un'ulteriore approvazione costante, di cui questo nuovo individuo sarà affamato per tutta la vita.

In relazione alla gravidanza è importante puntualizzare alcuni altri concetti, sconosciuti fino a circa trent'anni or sono.

Lo psicologo Alfred Ramota Austerman e la moglie Bettina Austerman, dal 1998, si sono occupati della sindrome del gemello scomparso, ovvero un insieme di condizioni che caratterizzano un neonato sopravvissuto alla morte del proprio gemello in utero. Se in ambito medico la sindrome è ben conosciuta e documentata, lo stesso non può dirsi per l'ambito psicologico.

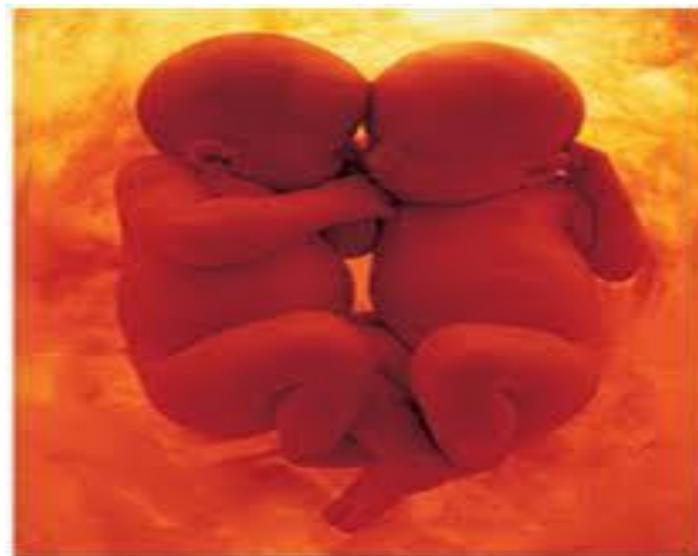


Fig. 10

Con ecografie precoci si è osservato che circa il 10% delle gravidanze partono come gravidanze a due o più gemelli, ma solo una su dieci termina con nascita gemellare per cui uno di loro viene perso. Il gemello che nasce non sa della morte in utero del suo gemello ma avrà sempre la memoria inconscia dello shock per la perdita dell'altro.

Da notare che l'orecchio si sviluppa prima del cuore, per cui i gemelli ascoltano i rumori dell'altro e poi il battito del cuore. Il gemello sopravvissuto non sente più i rumori o il battito cardiaco dell'altro, ma la memoria del gemello resterà in tutte le sue cellule e lo cercherà in modo inconscio per tutta la vita, per cui svilupperà sintomi e atteggiamenti che solo dopo questa scoperta si è potuto attribuire a questa sindrome:

cordone intorno al collo, posizioni podaliche, nascita prematura o dopo la data prevista.

sensazione di solitudine incolmabile che cerca di colmare con tanti viaggi, tanti lavori,

ricerca di un partner capace di colmare tale vuoto (cosa molto difficile).

I sintomi più tipici evidenziati sono la paura per la mancata sopravvivenza dei propri cari,

parlano con voce alta (come per farsi ascoltare dal gemello),

parlano da soli con amici immaginari,

si specchiano spesso (nello specchio vede sé stesso di fronte, come se fosse l'altro), spesso confondono la destra con la sinistra, detestano il compleanno, hanno spesso rapporti conflittuali con fratelli e sorelle viventi, hanno paura di amare, hanno spesso una depressione inspiegabile, hanno la sensazione di vivere la vita di un altro, spesso sono amanti del macabro (Caratterizzato dagli aspetti più vistosi e impressionanti della morte).