

LE TRE MENTI

Con questa conferenza non voglio dire che noi abbiamo 3 menti, ma distinguere che abbiamo un primo livello della mente, un secondo livello della mente, un terzo livello più profondo della mente, per questo dico che abbiamo 3 menti, ma ciò non ha niente a che vedere con la macchina umana, anche se tutto alla fine si collega.

Subito vi dico l'importanza di questa lezione, la sintesi.

La cosa più importante di questa lezione è la mente interiore. Però per capire la mente interiore bisogna parlare della mente intermedia e della mente sensoriale. Quando si capisce questo, è facile capire che la nostra mente interiore è come uno scrigno che pochi aprono, solitamente si usa la mente sensoriale e la mente intermedia, è difficile trovare qualcuno che usa la mente interiore.

La domanda che pongo quando si inizia una lezione come questa è: *Cos'è la mente?*

Noi diciamo che la mente è una sostanza, che forma ogni cosa dell'Universo. Ogni cosa è una forma mentale, la mente geometrizza e da forma a tutto. Se andiamo più in profondità del significato della mente possiamo dire che la mente è femmina, è collegata alla Vergine, è collegata alla Madonna, a Iside in Egitto, a Donanzin in Messico, a Stella Maris, Paula, Maria, Isoberta... sono tanti i nomi che identificano l'aspetto femminile di Dio e in questo aspetto femminile di Dio si trova la mente, è la Divina Madre, la Vergine, che usa la mente per creare le galassie, il sistema solare, il sole, i pianeti ecc... E' la Madre Cosmica, colei che da forma ad ogni cosa, colei che organizza l'Universo. Come in una coppia è la donna che sa amministrare la famiglia, l'educazione, ma nessuno vede l'opera che la madre fa, si pensa sempre che sia il maschio a fare tutto, quando invece dietro c'è sempre una donna che organizza le cose in modo che tutto funzioni, è la natura della donna che sa dare forma alle cose.

Succede a volte che la donna rimane troppo attaccata alle cose materiali e così deve trovare l'equilibrio nel maschio. Ci sono due tipi di maschio, uno è colui che rimane indifferente alle cose del mondo, l'altro è quello attaccato alla materialità e al potere, per questo il maschio e la femmina dovranno trovare il punto di equilibrio per funzionare.

La mente è femmina, è una sostanza, geometrizza, forma ogni cosa, la mente non si trova nel cervello, **la mente è presente in tutto** e può recepire quello che succede, per questo motivo esiste una percezione mentale tra le persone. Quando dormiamo, lasciamo il corpo per entrare nel mondo onirico, nel mondo astrale, e con la mente si può continuare a pensare mentre il corpo rimane a riposare nel letto. Il cervello non viene usato, ma continuiamo a immaginare e a pensare fuori dal corpo, ciò vuol dire che il cervello non è la mente, il cervello è solamente un organo recettore della mente. Una persona può allontanarsi dal suo corpo fisico e vivere con un'altro corpo in un'altra dimensione e continuare a pensare e ragionare, per questo si dice che **la mente è universale**.

Tutti siamo parte della mente degli altri, e tutti sono parte della mente nostra.

La mente è sostanza perchè da forma ad ogni cosa. La teosofia e gli studi orientali la chiamano manas e la suddividono in manas superiore e manas inferiore.

Manas inferiore è la mente, manas superiore è la volontà, però questo è un concetto della teosofia, un concetto del lontano oriente, indiano.

La mente è un archetipo, ciò significa che è collegata ad un numero e ad un simbolo. La mente da forma e si presenta come simbolo, la mente si presenta come un numero e si collega alla numerologia e alla cabala.

La mente è in tutto, ogni cosa che noi possiamo vedere fa parte della sostanza mentale. La mente è sostanza e forma, geometrizza oppure è un archetipo maschio femmina, nero bianco, alto basso, triangolo quaternario, ottagono esagramma ecc.. **la mente è materia**, la mente non è spirito, è materia che viene dallo Spirito perchè è femmina e perchè è la Divina Madre, e perchè la Divina Madre fa parte dell'Essere Spirituale.

La mente è la parte materiale dello Spirito, non è esattamente lo Spirito perchè esso non ha forma, la materia ha forma. Quando si dice che una persona è "materialista" non è perchè ha una abbondanza di cose, per **materialismo intendiamo quando una persona si identifica troppo con la sua mente**. Una persona povera (spiritualmente) può essere un grande materialista che crede solamente a ciò che può vedere o toccare, **materia + mente ci fanno diventare materialisti**.

Quando ci si concentra nel Cuore e si cerca l'Essere, ci stacciamo dalla mente, però è necessaria la materia, neanche Dio può esistere senza l'aiuto della materia. Dio non può manifestarsi senza la presenza della materia, la materia della Madre Divina viene fecondata dallo Spirito e così nasce un bambino. Questo esempio serve per capire bene la mente, che è femmina, è materia e che se ci si attacca troppo si diventa materialisti, però se uno sviluppa una fede, una devozione spirituale per la Madonna, per la Divina Madre, per Stella Maris ecc.. se uno sviluppa questa capacità di identificare la Madonna nel suo interiore, Lei stessa potrà aiutarci a distaccarci dalla materia, potrà distruggere la materia che Lei stessa è, può distruggere la forma materiale.

Esempio, se mi trovo in astrale o nel mondo fisico e invoco la Divina Madre "*Ramio, Iside ti chiamo ti invoco, vieni, vieni, accorri a questa invocazione*" e canto un mantra "*O AO KAKOF NAKONSA*" oppure "*IS IS*" oppure "*Ramio*" o semplicemente la chiamo, invoco la Divina Madre, Lei viene e prende la forma che vuole, può prendere forma di un uccello, di un cerbiatto, di una anziana, di una bambina, o di una Madonna bellissima, e ci da l'aiuto di cui abbiamo bisogno. Una volta che Lei ci ha dato l'aiuto, distrugge la sua forma; alla stessa Madre Divina non interessa la forma, però sa che tutto esiste per la forma.

Lei stessa si distacca dalla forma e prende qualunque forma, perchè Lei è la regina della materia, Lei comanda la materia, Lei può gestire la materia, per questo è importante invocarla per la guarigione, possiamo invocarla per un aiuto per noi o per una persona, più avanti parleremo di come si "*lavora*" con la Divina Madre, che comanda la materia, che ne prende la forma ma poi la distrugge, e rimane astratta invece di rimanere concreta.

La mente bisogna comandarla, capirla, perchè può essere uno strumento del male o del bene, come le cose materiali della vita, come i soldi con la quale possiamo fare tanto bene o tanto male. Non si finisce mai di capire cos'è la mente.

Possiamo fare tantissimi esempi, ma rimaniamo sempre attaccati alla mente. E' difficile separarsi, staccarsi dalla mente però è urgente e necessario farlo. Per questo la lezione di oggi parla della **mente sensoriale**, e dobbiamo capire cos'è, così come dobbiamo capire cos'è la **mente intermedia**, ma ancor più dobbiamo capire cos'è la **mente interiore**.

La mente sensoriale è quella parte della nostra mente identificata con i 5 sensi: udito, olfatto, gusto, tatto, vista. **Con quale di questi 5 sensi si identifica maggiormente la mente sensoriale?** Personalmente penso che sia la vista, però la vista è anche quella più facile da ingannare, perchè la vista può sbagliare, vediamo una cosa ma magari non è esattamente come crediamo di averla vista, spesso è completamente diversa. Quando noi vediamo una persona possiamo farci delle opinioni e speculare mentalmente su di lei, ma dopo averla conosciuta, cambiamo totalmente la nostra idea su quella persona, ci siamo sbagliati, e **costantemente la vista sbaglia** anche se il senso della vista è molto importante perchè privarsi del senso della vista significa dover sviluppare maggiormente gli altri sensi ma non vedere una cosa difficilmente può essere percepita correttamente solo con gli altri

sensi.

La mente è molto influenzata dalla vista, vedere per credere, se la mente non lo vede, non lo crede. Però questa è solo la mente sensoriale, quella che crea e lavora i suoi concetti attraverso i 5 sensi, è una mente che crea con i 5 sensi, non è cattiva non è positiva, è la mente che serve per sentire questa conferenza, per guidare la macchina, per andare a lavorare, per avere un rapporto con la vita. La mente sensoriale ha bisogno del suono, del colore, del sapore, dell'odore, della temperatura, collegata quindi con i 5 sensi esterni, ma noi possediamo anche i sensi interni. Se parliamo dei sensi interni, stiamo parlando dei 7 chakra, ma dei chakra ne parleremo avanti. Sono 5 sensi esterni e 7 sensi interni, e la somma fa 12, che è un numero particolare collegato allo zodiaco, anche ai 12 petali che ha il chakra del cuore. La mente sensoriale serve per le cose del mondo fisico, la mente sensoriale non potrà mai arrivare alla verità ultima, non la conosce, la mente sensoriale recepisce una verità relativa, non assoluta. Oggi una cosa è vera, ma domani arriva una nuova teoria che cambia completamente ciò che riteniamo vero oggi, però è una mente necessaria, per le cose necessarie di questo mondo. **La mente sensoriale non serve per capire cos'è la mente, non serve per capire cos'è l'Essere**, questa mente sensoriale non può capire che cos'è il viaggio astrale, la mente sensoriale non potrà capire mai i giganti che sono vissuti nelle prime razze, per natura la mente sensoriale è una mente scettica, si potrebbe dire che è materialista, necessaria perchè viviamo in un mondo materiale. La mente sensoriale è la parte più esterna della nostra mente, questa mente sensoriale ha un rapporto fortissimo con l'intelletto e l'intelletto non è tutta la mente, è solo un frammento di 49 livelli della mente. Il livello più superficiale della mente è l'intelletto.

La mente è formata da 49 livelli, perchè questo numero? Perchè l'universo è fatto di 7 dimensioni: materiale, fisica, astrale, mentale, causale, coscienza e intimo. L'energia fisica, energia vitale, energia eterica, energia astrale, energia mentale, della volontà della coscienza, sono 7 tipi di energia, 7 livelli della mente, così che $7 \times 7 = 49$. Per questo noi abbiamo 49 livelli della mente, io posso capire le cose nel primo livello della mente, nell'intelletto, però non profondo di me, in un altro livello della mente, io non l'ho capito.

Posso non fumare nel primo livello della mente, perchè ho abbandonato il vizio, però continuo a sognare che fumo, perchè continua ad esistere quel desiderio in un altro livello della mente. Io posso essere una persona pacifica, serena e tranquilla nei primi livelli della mente, ma nei livelli più profondi? Io posso essere molto fedele con tutti, invece non lo sono in un livello più profondo della mente. Per questo la mente sensoriale non è tutta la mente, è solo una parte della mente necessaria per vivere in questo mondo e che viene educata per questo.

Dobbiamo metterci nell'ottica che tutto quello che si insegna qua non lo dobbiamo capire con la mente sensoriale. **La gnosi afferma una cosa: la mente può intendere, ma non comprendere.** Comprendere fa parte della coscienza, e la coscienza deve trovare la mente interiore e non la mente intermedia, ne quella sensoriale.

Avendo fatto tante volte questa conferenza, si capisce che sono molto schematico nell'esposizione, ma ogni volta che presento questi concetti sto riflettendo e cerco di capire bene la mia mente sensoriale, la mia mente intermedia e la mente interiore, e questo mi serve molto per andare sempre più in profondità della mia mente.

La mente intermedia è il residuo, è l'impronta lasciata dalla mente sensoriale. **La mente intermedia - per dare una definizione - è la mente dove si trova quello che credi e quello che non credi.** Quello che sembra vero o falso, se sono una persona scettica o atea, o sono una persona credente. E' la mente della credenza nella scienza, nella religione, nella morale ecc.. nella mente intermedia uno si comporta in un modo diverso, non ha sperimentato niente, ma la mente intermedia approfitta della mente sensoriale, che non ha sperimentato con la coscienza, soltanto ha

ricevuto dalla mente sensoriale delle impressioni, della vista, del gusto, del tatto, dell'udito, dell'olfatto, e un'impressione è una cosa relativa, può darsi che tu creda di aver capito un'impressione ma poi non è così, abbiamo interpretato male quell'impressione e questo è dato dal fatto che i sensi sono fisici e non interiori, per cui vedono e percepiscono le cose esterne e non quelle interne.

Tutta l'informazione che la mente sensoriale sperimenta esternamente diventa una credenza nella mente intermedia, e così uno può credere in Dio o non credere, può credere in questo o no, può credere nello Spirito o no. C'è tanta gente nel buddismo o nel cristianesimo che sono credenti ma non sono veri buddisti o veri cristiani, sono semplicemente dei credenti. Un credente è un testimone di Geova o un Protestante o Evangelista, ma è solamente un credente. La credenza serve e non dobbiamo mai criticare le credenze perchè sono necessarie nel mondo, mai dobbiamo criticare una persona che è testimone di Geova e che ti dà la pubblicità della loro credenza sono persone necessarie, c'è gente che ha bisogno di "*aver fede*" o credere in qualcosa. E' pericoloso quando non si crede a nulla perchè si perde il senso della vita, la credenza serve, però la credenza non è vera fede.

Esempio, io credo nella mia religione (cattolica, geova...) e sono contento, però un giorno un mio caro si ammala gravemente e comincio a supplicare la divinità in un aiuto per quella persona cara ma non succede il miracolo, e così può capitare che in un attimo io passo dall'essere credente ad ateo, e divento un nemico della credenza che avevo perchè non avendo ricevuto un miracolo sono arrivato alla conclusione che Dio non esiste, che non c'è giustizia nel mondo. Però dopo un giorno o in un'altra incarnazione succede un miracolo, qualcosa cambia e io di nuovo divento un credente, così che posso credere o non credere a seconda degli eventi. E questo passare continuamente da una cosa all'altra è segnale di una mente "*pendolo*" che va da un posto all'altro a seconda delle esperienze che vive, perchè non sta veramente sperimentando, sono solo deduzioni o speculazioni della mente. Però è necessario che la gente creda in qualcosa, noi dobbiamo cercare di non essere nemici delle credenze delle persone. Anche chi si affida ad esempio agli alcolisti anonimi dobbiamo rispettare questa persona perchè sta cercando di ritrovare qualcosa.

Il Maestro Samael - fondatore di questo movimento - aveva scritto un libro facendo una analisi esaustiva di tutte le credenze false religiose, era un attacco molto forte a tutte le credenze; una notte durante una uscita in corpo astrale vede Gesù che entra nel gruppo dei testimoni di Geova, poi entra in quello degli Evangelisti e Samael è rimasto molto sorpreso comprendendo che queste persone servono, hanno un compito nella vita: **aiutare le persone che hanno perso la propria vita interiore**, sono nel caos e nella confusione. Ovviamente può dare fastidio che ti fermino per darti una pubblicità, o che suonino alla porta la domenica e non sai che cosa fare, bisogna imparare a trasformare questa impressione perchè queste persone sono necessarie a chi è in difficoltà spiritualmente e anche a se stessi. La loro opera può essere l'inizio del processo verso un cammino spirituale che porterà prima alla mente intermedia (credenza), e poi alla mente interiore (l'Essere).

Anche chi frequenta un gruppo gnostico si può definire un "*gruppo credente*" perchè non tutto quello che diciamo e insegniamo l'abbiamo sperimentato, qualcosa abbiamo sperimentato e in questo senso non siamo credenti ma abbiamo fede, però di quello che non abbiamo sperimentato ancora rimane una credenza nel suo senso logico, cioè ne vediamo una logica che però fa parte solo della mente intermedia. Quindi è importante NON giudicare, perchè anche noi facciamo parte del mondo della credenza che da parte mia è una credenza gnostica. Io devo trasformare la mia credenza in qualcosa di oggettivo e sperimentabile, più vero, però mi serve credere per poter raggiungere la sperimentazione, la fede. **Ciò che si crede e ciò che si sperimenta, sono cose completamente diverse**. Credere che l'astrale esiste, è una cosa buona, è un buon inizio, però solo quando lo sperimenti sai che cos'è veramente.

Io avevo scritto un libro piccolo e semplice chiamato "*La occulta psicologia dei chakra*" e avevo collegato ogni chakra al suo aspetto psicologico, all'aspetto mistico, energetico e spirituale, e collegando tutti questi aspetti con le ghiandole del corpo. Avevo collegato ogni chakra alla lussuria, alla cupidigia e ho scritto tutto il testo del libro. Ad un certo punto mi sono fatto questa domanda "*ma se non ho mai visto un chakra come faccio a scrivere su di essi?*" che vergogna, e quante persone fanno questo e vendono libri senza aver mai sperimentato qualcosa. Sono tutte cose della mente intermedia, meno male che sono uscito in astrale, mi sono trovato davanti ad uno specchio e ho chiesto al mio Essere di farmi vedere com'è veramente un corpo astrale, perchè il corpo astrale si può vedere come vediamo adesso il corpo fisico, però il vero corpo astrale quando uno lo vede è una cosa impressionante, dal basso all'alto io ero tutto un arcobaleno di colori, si passava dai colori freddi a quelli caldi, e tutto era visibile attraverso questi chakra che ruotavano, è stata un'esperienza bellissima aver visto direttamente i chakra del corpo astrale, sono contento di essere tornato poi al corpo con il ricordo perfetto di ciò che avevo visto, che cos'è un chakra e cos'è un corpo astrale.

Allo stesso modo non avevo mai visto cos'è l'antakarana, il cordone d'argento che collega il corpo fisico con il corpo astrale nel momento in cui, durante il sonno, il corpo astrale si stacca dal corpo fisico e si proietta lontanissimo, ma l'antakarana è sempre collegata tra i due. Durante le conferenze parlavo di questo, ma solo dopo aver visto l'antakarana collegata alla ghiandola pineale, al cuore e all'ombelico, e ho visto di che materiale era fatto e ho potuto toccarlo, ho capito che era reale, e che quando una persona muore l'antakarana viene tagliata al terzo giorno, così una persona non può più tornare al corpo fisico, è definitivamente morto. Per questo motivo Gesù resuscitava i morti prima che fosse scaduto il terzo giorno, prima cioè che gli angeli della morte tagliassero l'antakarana. E' così che piano piano sperimentiamo le cose, man mano che affiorano le domande si mette in campo la volontà per sperimentare e ottenere una risposta vera, provata, altrimenti leggere un libro e pensare di conoscere la materia è una grande illusione. **Siamo illustri ignoranti, ma alla fine ignoranti. Non c'è nulla come l'esperienza diretta. Questa è la mente intermedia, si fonda sulla credenza e la non credenza di quello che prende dalla mente sensoriale.**

Ora possiamo parlare della mente interiore.

Che cos'è la mente interiore? La mente interiore spesso è chiusa perchè solitamente usiamo la mente sensoriale. Con la mente sensoriale posso guidare, leggere un libro, o vedere un film, sentire la temperatura della giornata, piove o nevicata o fa il sole, la mente sensoriale ci dà tutto per poter credere, però non ci dà la verità, ci dà una parte di quello che percepiamo, una sessione limitata delle cose, relativa; la mente intermedia è ancora peggio, perchè è l'autoinganno di credere che uno sa. Nella mente intermedia c'è tanta mitomania, c'è paranoia. La mitomania è quando si crede di essere l'incarnazione di una divinità, la paranoia è quel delirio di pensare che qualcuno ci perseguita e che il mondo è contro di noi. Noi siamo i buoni e gli altri sono i cattivi. E' idolatria, cioè rendiamo culto a noi stessi, nel cuore mettiamo un trono e in quel trono ci sediamo e ci sentiamo una divinità. Questo è molto pericoloso. Quando credi di essere il rappresentante di Dio in terra, il rappresentante di Geova, di Cristo, **questo è il pericolo della mente intermedia**, quando non hai sperimentato e arrivi a questa conclusione da solo, questo è il pericolo. È importante aprire la mente interiore perchè nel momento in cui la apriamo, sparisce la mente intermedia, mano a mano che la mente interiore si apre non serve più la credenza, perchè quello che si desidera è sperimentare. Spesso si dice che aprire la mente interiore fa paura, si preferisce restare nella mente intermedia o sensoriale, come chi ha paura di uscire in corpo astrale, è la stessa cosa. Come se uscire in corpo astrale possa succedere puoi qualcosa di "*brutto*", quando l'esperienza finisce si torna al corpo. Non dobbiamo avere paura, al contrario dobbiamo avere fede e allegria e voglia di conoscere, non curiosità (morbosa), ma voglia di sperimentare.

Come si apre la mente interiore? Questo è il cuore della conferenza.

Tre sono i passaggi da fare, che come schema sembra facile ma non lo è.

IMMAGINAZIONE / INSPIRAZIONE / INTUIZIONE sono questi i tre passaggi necessari per l'apertura della mente interiore.

Immaginare è vedere; quando un bambino dice *"questo fine settimana andiamo al mare"* gli occhi del bambino si perdono nell'infinito e inizia a vedere tutto, già sta vedendo tutto con la sua immaginazione, quella stessa immaginazione che noi adulti abbiamo perso. Si chiama chiaroveggenza, *l'immaginazione cosciente è la chiaroveggenza*, quando si è bambini la si usa tanto, è naturale immaginare, ma gli adulti non credono a quello che immaginano.

L'immaginazione si chiama traslucido dell'anima, è come vedere da una pellicola trasparente ed entrare in quel mondo della chiaroveggenza. **L'immaginazione può essere superiore o inferiore.** L'immaginazione inferiore ti porta all'abisso, all'inferno e inferno significa *"regione inferiore"*, dimensione inferiore. Con l'immaginazione di un ubriaco o di uno che si droga, si risveglia la chiaroveggenza negativa, e quello che sta vedendo è reale, però non è superiore ma inferiore.

Alcuni amici mi hanno invitato a sperimentare la mariuana, che è molto comune in Sud America, e siccome mi piaceva dipingere o fare le sculture, ho avuto un'esperienza importante di chiaroveggenza, ma poi con il tempo ho capito che così facendo stavo risvegliando la chiaroveggenza negativa, inferiore, e stimolavo le ghiandole del mondo inferiore, perchè l'immaginazione deve essere collegata all'ispirazione, perchè **l'ispirazione è quella che ti fa volare.**

L'immaginazione deve volare sulle ali dell'ispirazione. Quella del bambino è così, non solo immagina ma grazie al suo cuore puro ed innocente quello che sta immaginando, lo vive realmente nel cuore come allegria, invece gli adulti quando immaginano difficilmente lo fanno con un cuore pulito, per questo sono molto in contatto con la parte inferiore, come il mondo dell'incubo, della paura.

Cos'è una ispirazione o una emozione superiore?

Un esempio di emozione superiore è l'allegria, essere contento è un'emozione superiore, che possiamo sperimentare con la musica (classica), o guardando un tramonto o un dipinto, un capolavoro di un grande maestro, ascoltare una poesia. **Solamente con un cuore in pace, sereno e tranquillo si può provare l'ispirazione, emozione superiore.** L'immaginazione è della mente però l'ispirazione è del cuore. La mente deve volare con le ali del cuore. Se abbiamo ali abbastanza grandi, la nostra immaginazione può volare, ma se camminiamo sempre per terra e pensiamo solo alle cose di questo mondo ci manca l'emozione superiore per volare. Quando il Papa affidò a Michelangelo il compito di dipingere la Cappella Sistina, entrò in conflitto con se stesso e il suo primo disegno fu cestinato, perchè Michelangelo cercava l'emozione, l'ispirazione.

L'artista ha bisogno che una mano divina gli tocchi il cuore, così da poter vedere cosa deve fare. Per un artista senza Dio, senza l'Essere, senza l'emozione superiore e senza l'ispirazione non è possibile l'immaginazione. Non è sufficiente avere immaginazione, che possiamo avere in abbondanza, si deve cercare l'ispirazione che ne abbiamo poca perchè siamo educati solo mentalmente, nella scuola non si insegna che cos'è un sentimento, che cos'è la lealtà, che cos'è l'allegria di questo non si parla, bisogna essere bravi intellettualmente, avere una super memoria, un ragionamento logico veloce, questo è quello che si premia, **nella scuola manca l'educazione del cuore**, che si chiama la pedagogia del cuore.

E' importante che il cuore impari a ridere, a essere contento, si può anche essere tristi se stiamo passando per un momento di pentimento o per un rimorso, è giusto passare per questo tipo di esperienza di dolore, però una volta pentito è importante prendere di nuovo la strada della emozione superiore e dell'allegria interiore. Con gli studi gnostici non solo si ricevono informazioni intellettuali, uno studio come questo deve sempre insegnare a sviluppare la capacità di sentire nel cuore. Attenzione però, perchè nel cuore abitano anche dei nemici che sono ostacoli per arrivare all'emozione superiore, come la tristezza, il rancore, l'odio, sono emozioni negative. **La più grande**

emozione negativa è la paura perchè non ti permette di essere contento nel cuore, la paura è così forte come emozione negativa che ti immobilizza, non ti fa muovere, non ti fa parlare, ha un controllo assoluto di tutto il sistema nervoso. In un momento di tensione fortissima si può morire perchè ci identifichiamo così tanto con il problema che la paura ci blocca completamente, anche il battito del cuore può bloccarsi.

L'emozione superiore è una cosa sublime, dobbiamo imparare a meditare nel cuore, trovare l'allegria nel cuore, nell'arte, nella religione, nella preghiera, nella carità per creare un'emozione superiore.

Immaginazione, ispirazione portano all'intuizione. Se l'immaginazione vede e l'ispirazione sente, l'intuizione penetra nel profondo di ogni cosa.

Intuire. L'intuizione è un processo nel quale non entra la mente, entra l'emozione. Intuizione è quando sappiamo, ma non sappiamo come facciamo a saperlo. Il ragionamento non ha senso, neanche nel sentimento, però nell'intuizione sappiamo tutto quello che c'è da sapere. La mente ci può far dubitare, anche l'emozione, ma nel momento in cui abbiamo la conferma che quello che sapevamo è diventato realtà e diciamo **"sapevo che era così"**, quella è l'intuizione.

Questo già da un'idea di cos'è la mente interiore, una mente che si mette al servizio dello spirito, e che arriva alla verità delle cose.

Intuizione è la capacità di penetrare le cose, senza ragionamento e senza emozione. Si può immaginare o sentire, ma per entrare nel processo di intuizione dobbiamo dimenticare di aver immaginato o sentito. **Interpenetrazione, penetrare la cosa in se stessa, nel cuore.** Quando tu diventi quello, quando sei quello, lasci quello che sei. Quando tu sei il mare, quando sei un albero, quando sei un uccello, quando sei l'anziano, quando sei il bambino, quando sei la stella che stai guardando, quando sei quello che stai percependo in quel momento, non c'è separazione tra te e l'oggetto, tu diventi l'oggetto dell'intuizione.

Si arriva a ciò piano piano attraverso la trasmutazione della mente. La trasmutazione è trasformare una cosa inferiore in superiore, è trasformare la mente inferiore in superiore, è trasformare l'emozione negativa in una emozione superiore. La Trasmutazione è collegata alla colonna vertebrale, alla parte genitale, al cuore e al cervello. E' il caduceo di Mercurio simbolo della medicina universale, trasmutazione da piombo in oro, nello Yoga la trasmutazione è chiamata PranaYama. C'è un'esercizio particolare, si inala l'aria, si trattiene l'aria, si esala l'aria. (Esercizio completo con TOM SA HAN - TOM RA HAM)

Cosa significa Pranayama? Controllo del prana.

Cos'è il Prana? L'elettricità presente nell'aria, che trattiene in te e che ti aiuta a trasformare, a trasmutare le energie pesanti in energia superiore. Si possono fare 7, 14 o 21 Pranayama.

L'esercizio del pranayama serve per trasformare tutto l'aspetto inferiore in superiore, come se tu fossi una pianta con le radici, tronco, rami, foglie, fiori ecc.. questa è la colonna vertebrale, quando si fa questo esercizio trasformiamo la parte bassa di noi in una parte superiore, così l'immaginazione si pulisce come uno specchio e l'emozione diventa più pulita, e questo apre le porte all'intuizione perchè siamo puliti internamente e possiamo percepire le cose come sono e non come le pensiamo o le sentiamo.

Tutta la vita spirituale è dedicata all'apertura della mente interiore, è il cammino dell'illuminazione. Così come ho parlato in modo tanto negativo della mente, ora ne sto parlando in modo completamente contrario, sto dicendo che la mente è un grande strumento, è necessaria, serve, ma non sporca o carica di impressioni negative, e di emozioni inferiori. Dobbiamo pulire la mente piano piano e trasformarla in mente interiore. La mente interiore non si trasforma solo con

l'esercizio di ispirazione, ci sono molte altre pratiche, compresa la meditazione silenziosa, o con i mantra, o imparando a pregare invocando il Padre nostro, Padre di tutte le cose, Padre e Madre che sei nei cieli e in tutte le dimensioni, santifichiamo il tuo nome tramite la nostra trasformazione, venga il Regno delle dimensioni superiore a collegarsi con il Regno in cui io mi trovo, e sia fatta la tua volontà e non la mia ovviamente, e così riflettiamo nella preghiera del Padre Nostro raggiungendo una comprensione profonda e allo stesso tempo facciamo un esercizio di trasmutazione. **Pregare è un esercizio di cambiamento di energia.** Se però preghiamo meccanicamente, oppure perchè abbiamo paura di andare all'inferno, o perchè fa parte solamente dell'educazione che ho ricevuto da bambino/a, vuol dire che non abbiamo capito che la preghiera è un esercizio di mantralizzazione, è un esercizio per cambiare le cellule e le molecole, gli atomi del corpo. **La preghiera è un cambiamento interiore.** Immaginazione, ispirazione e intuizione, sono 3 passaggi molto importanti per l'apertura della mente interiore, dobbiamo vedere, dobbiamo sentire e dobbiamo sperimentare che è l'intuizione appunto.

Vi racconto una storia: una volta una principessa ha chiesto al Saggio “*che cos'è l'intuizione?*”. E il Saggio ha detto: “*è una camera, un salone oscuro senza luce con 10 specchi e una candela al centro.*” E la principessa ha detto: “*Adesso ho capito che cos'è l'intuizione. L'intuizione è la candela. La luce che si proietta nello specchio di fronte, e in quello laterale e in quello in basso diventando una proiezione infinita, tutte le proiezioni sono false, non sono reali, l'unica cosa reale è la candela unica al centro*”. Tante cose che noi guardiamo, in realtà non sono reali, non sono come l'occhio le vede, perchè l'occhio può vedere solo un limite di colore, l'udito può sentire un limite particolare di suoni, anche l'odore è limitato. L'intuizione è la capacità di penetrare nel profondo di ogni cosa. La mente interiore serve per guidare la macchina o andare in bicicletta? Assolutamente no! Per queste cose serve la mente sensoriale. Se invece qualche volta vado a meditare la domenica, o vado a messa, per questo uso la mente intermedia, però l'apertura della mente interiore è ciò che più interessa.

Proviamo a fare una cosa inversa, invece di immaginare / sentire / intuire, mi piace prima intuire le cose come sono, osservare quello che percepisco nel mio cuore, quando sono davanti ad una situazione particolare cerco di fermare la mente e il sentimento, cercando di rimanere passivo e recettivo a quello che può succedere allo spirito interiore. Quando uno guarda una persona o un fenomeno, bisogna imparare a stare attenti a quello che proviamo nel nostro cuore, per imparare ad usare questo senso dell'intuizione che è una funzione del cuore. Un cuore può sapere che la California ha tremato, e ti alzi chiedendo conferma magari a qualcuno se ha sentito il terremoto, ma gli altri ti dicono “*non è successo niente*”, dopo magari scopri che il terremoto c'è stato in qualche altra parte del mondo. A volte si possono percepire cose che stanno succedendo in un altro sistema solare, il Cuore è l'organo più importante per la Spiritualità perchè è collegato con tutto, bisogna osservarlo di più, ascoltarlo di più mettendo a tacere l'intelletto e la mente. Bisogna imparare ad essere ricettivi, e sentire cosa sta dicendo il cuore, quale linguaggio usa, il messaggio come arriva. Ci sono momenti particolari che il Cuore prova sensazioni particolari magari può ricevere una notizia prima che la notizia arrivi. Qualche volta ci troviamo nella situazione che sappiamo prima che un dato evento succeda, sappiamo di evitare una strada perchè c'è pericolo, e quando non facciamo attenzione a queste sensazioni possiamo perdere la vita.

Le ragazze che fanno sport magari isolandosi nel bosco e non hanno ascoltato il cuore che gli diceva che nel bosco c'era pericolo, il giorno seguente le vedi che magari sono nel telegiornale perchè è successo qualcosa in quel bosco. Non hanno ascoltato il cuore, e sono finite in mezzo al pericolo. **Non bisogna disprezzare la voce del Cuore.**

Io non pratico la meditazione per entrare nell'intuizione, no, l'intuizione arriva senza aspettarla come un singhiozzo. Sono funzioni che non si possono comandare, succedono e basta. **L'intuizione non è una cosa che si può controllare, è lei che ci controlla.**