

Dal padre dell'Energetica Psicosomatica (PSE)

DOTT. REIMAR BANIS

GUARIRE CON LA MEDICINA ENERGETICA

RICONOSCERE E SUPERARE I CONFLITTI NASCOSTI

Nuove strade verso la guarigione definitiva
e l'evoluzione personale



Indice

PREFAZIONE	7
-------------------------	----------

INTRODUZIONE	10
---------------------------	-----------

Medicina energetica	10
Medicina energetica e fede	11
Evoluzione psichica nel corso di svariate vite	13
Abissi dell'anima e speranza	13

L'ENERGIA VITALE	16
-------------------------------	-----------

Cenni storici sull'energia vitale	18
Percezione dell'aura	20
I quattro piani aurici	24
Il piano vitale	27
Il piano emozionale	29
Il piano mentale	31
Il piano causale	32

Testare l'energia vitale	35
---------------------------------------	-----------

Affidabilità dei metodi di test energetici	38
Il test energetico	42
Ricerche sul <i>Chi</i> e fenomeni analoghi	45
I sette centri energetici	47
Corrispondenze fisiche dei centri energetici	48
Dimensione psichica e spirituale dei centri energetici	50
L'energia del serpente	54
Yoga e meditazione	57
Energia vitale, sesso e studi sulla felicità	59
Aumentare la propria energia vitale	62
Il vitalismo e lo spirito nella natura	65
Medicina umorale ed energetica	69
L'antica dottrina umorale e il tessuto connettivo ..	70
Proprietà terapeutiche ed elettromagnetismo	74

SALUTE	78
---------------------	-----------

Sei quello che mangi?	82
------------------------------------	-----------

Studi sull'alimentazione e ruolo delle vitamine	83
Cibi e acqua ad alto livello vibratorio	86

Influssi che mantengono sani dal punto di vista della naturopatia	91
--	-----------

Quando la Terra fa ammalare	94
Studi scientifici sul tema radiazioni terrestri	101
Schermatura psichica	102
Elettrosmog, altre forme di inquinamento energetico e lo "sballo"	103

LA DISARMONIA PSICHICA E IL SUO	
--	--

RIEQUILIBRIO	106
---------------------------	------------

Introduzione all'interpretazione storica delle disarmonie psichiche	108
--	-----

Breve storia dell'inconscio e della sua terapia	110
---	-----

Sciamanismo e magia	111
---------------------------	-----

Cambiamenti storici nella percezione del malocchio e dei peccati biblici	114
---	-----

Invidia e frustrazione da un'ottica moderna	116
---	-----

Malati a causa del peccato	117
----------------------------------	-----

Dio Padre parla agli esseri umani	121
---	-----

Sviluppo della coscienza, epoche culturali ed evoluzione psicoenergetica	123
---	-----

Secolarizzazione e spiritualità	127
---------------------------------------	-----

Sani grazie alla fede in una vita ricca di significato	129
---	-----

Guarigione attraverso la preghiera e i miracoli	132
--	-----

Ipnosi	135
--------------	-----

La scoperta dell'inconscio	136
----------------------------------	-----

Morale e responsabilità	141
-------------------------------	-----

Complessi psicoanalitici e loro soluzione	144
---	-----

Una nuova immagine di uomo e il ruolo dell'autorealizzazione	147
---	-----

Liberarsi mediante la sessualità	149
--	-----

La vegetoterapia di Reich	151
---------------------------------	-----

La scoperta dell'orgone	153
-------------------------------	-----

Conflitti nell'aura	156
---------------------------	-----

Genesi dell'energetica psicosomatica	160
---	------------

Elettroagopuntura e test dei rimedi	162
---	-----

Guarire con le vibrazioni positive: i fiori di Bach	166
---	-----

Dai fiori di Bach alla guarigione con le vibrazioni negative: l'omeopatia	169
--	-----

La psicosomatica: i confini fra corpo e psiche	172
--	-----

Cenni autobiografici e una nuova terapia psicoenergetica	175
---	-----

Elaborazione dei preparati emozionali	177
---	-----

Valutazione dei quattro piani energetici	182
--	-----

Esperienze di test con i quattro piani	186
--	-----

Dimensioni dei conflitti	187
--------------------------------	-----

L'energetica psicosomatica il metodo nella quotidianità	193
--	-----

Svolgimento del test e concetto terapeutico della PSE	194
--	-----

Esperienze terapeutiche	199
-------------------------------	-----

Un caso clinico tipico	200
------------------------------	-----

L'energetica psicosomatica nelle malattie psichiche	206
L'energetica psicosomatica nelle malattie corporee	208
L'energetica psicosomatica nelle malattie psicosomatiche	209
L'energetica psicosomatica nelle emergenze spirituali	210
Limiti dell'energetica psicosomatica	213
Metodi terapeutici funzionali in caso di disturbi funzionali	214
Conflitti passivi e attivi	215
Metodi alternativi all'energetica psicosomatica...	217

CONFLITTO CENTRALE E TIPO DI

CARATTERE	222
Un approccio personale alla tipologia	224
L'antica teoria della personalità	225
La moderna teoria della personalità	228
Il conflitto centrale come chiave del tipo di carattere	234
Testare i tipi di carattere e i centri energetici	235
Esperienze pratiche con il conflitto centrale	239
Le quattro tipologie di carattere	243
Il carattere melanconico (schizoide)	245
Il carattere collerico (depressivo)	247
Il carattere sanguigno (isterico)	249
Il carattere flemmatico (ossessivo)	252
L'avventura della conoscenza di sé: chi sono io?	254
Le quattro tipologie di carattere nella vita quotidiana	255
L'educazione dei bambini	259
Rapporto di coppia e matrimonio	261
La maturazione del carattere	263
Disturbi nell'evoluzione del carattere	267

L'ANIMA, LE SUE TRAGEDIE E LA SUA

MATURAZIONE.....	270
Conoscenza di sé, spiritualità e anima	272
Universo senz'anima o mondo animato	274
Il cielo stellato e le concezioni religiose del mondo	276
Fede e conoscenza	278
Anima e cervello	280
Materialismo e spirito	282
Indicazioni per un mondo spirituale	283
Il concetto di anima	288
Reincarnazione	290
Un approccio personale all'immortalità	291

Breve storia della dottrina della reincarnazione ..	294
I bambini si ricordano delle vite precedenti	297
Gli adulti si ricordano delle vite precedenti	302
Pro e contro, e significato profondo delle reincarnazioni	304
Pericoli della regressione e false fantasie	305
Conflitti psichici provenienti dalle vite passate	307
Scoprire conflitti antichissimi	309
Karma, geni e ambiente: tre fattori che determinano In modo permanente l'indole umana	310
Tragedie psichiche risalenti a vite passate e loro significato odierno	311
I demoni interiori	313
Panoramica delle cause karmiche dei ventotto temi conflittuali	314
I conflitti centrali del melanconico	316
I conflitti centrali del collerico	320
I conflitti centrali del sanguigno	323
I conflitti centrali del flemmatico	326
Una sintesi	328

MONDO SPIRITUALE E ANIMA

INDIVIDUALE	331
Maturazione spirituale	334
Reincarnazione e mondo degli spiriti	338
Karma e caso	342
Destino e malattia	346
Aprirsi al mondo spirituale-energetico	348
Una nuova coscienza	350
Ispirazione, essere invece di apparire e mondo spirituale	352
La scoperta dell'anima come esperienza spirituale	354
Guarigione e salvezza	356

RINGRAZIAMENTI

APPENDICI	358
Glossario dei concetti più usati	358
Formula e sintomi dei ventotto preparati emozionali ..	359
Libri sull'energetica psicosomatica	363
Bibliografia	364

Prefazione

Alcuni decenni fa, nell'ambito della psicologia alternativa ci si è resi conto che le ferite psichiche hanno qualcosa a che fare con la cosiddetta "energia sottile". Metodi rivoluzionari come l'Energy Psychology dello psicologo americano Fred Gallo e la psicologia biodinamica della psicoterapeuta corporea norvegese Gerda Boyesen hanno aperto nuove strade in questa direzione. Con il loro aiuto si è sviluppata una nuova comprensione della natura della coscienza umana che consente a un numero sempre maggiore di persone di entrare in contatto con il proprio inconscio, armonizzando così il proprio sistema energetico. Già duemila anni fa gli sciamani, gli agopuntori cinesi e gli yogi indiani sostenevano qualcosa di analogo, ma le loro affermazioni erano considerate pure e semplici fantasie. Nel frattempo, tuttavia, è emerso che l'energia sottile ricopre un ruolo di grande importanza nella coscienza: non si tratta di una semplice teoria, ma di qualcosa di assolutamente reale e pratico che si è dimostrato valido in molti ambulatori in ogni parte del mondo e ha potuto essere di aiuto a numerose persone.

Con questo libro desidero contribuire a una migliore comprensione dei rapporti fra l'energia sottile e la coscienza umana. Riallacciandomi al mio *Manuale di Medicina Energetica Psicosomatica*¹, in questo testo illustro più a fondo i concetti complessi di anima, karma e conflitto centrale, che là sono rimasti sostanzialmente aperti poiché richiedevano una trattazione più ampia. A tutto questo si aggiunge il fatto che l'anima individuale rappresenta un vero e proprio universo, e nel mio libro, servendomi di un approccio filosofico e storico di ampio respiro, cerco di illustrare l'idea che ogni es-

sere umano costituisca già di per sé un universo. La nostra anima racchiude ben più di quanto sappiamo normalmente: quello che, in base alle teorie di Sigmund Freud, chiamiamo inconscio è qualcosa di molto più grande e complesso di quanto si pensi.

Da numerose esperienze di psicologia transpersonale e di energetica psicosomatica risulta evidente che l'anima umana è molto più complessa di quanto si creda comunemente. Molti contenuti psichici si estendono oltre l'attuale esistenza e fanno probabilmente in modo che l'anima abbracci più di una sola vita. Mi sto accostando a un argomento scottante e sono disposto a correre il rischio che qualche lettore trovi sconcertanti le mie considerazioni, ma se si affrontano con onestà e apertura mentale determinate esperienze psicologiche profonde, è inevitabile dover riflettere sulla possibilità di vite precedenti. Il fatto di considerarla come una verità è un altro paio di maniche, ma una simile ipotesi dovrebbe quanto meno essere presa in considerazione.

Se si parte dal presupposto che un'anima immortale attraversi svariate vite, il che è una delle convinzioni basilari della dottrina della reincarnazione, la storia dell'umanità si trasforma all'improvviso in una biografia personale. Per comprendere meglio le trasformazioni dell'anima individuale è quindi necessario fare un *excursus* nella storia della civiltà, nella mitologia e nella scienza delle religioni. Pur fornendone solo una sintesi stringata, che gli esperti spero mi vorranno perdonare, mi auguro di trasmettere delle descrizioni corrette che possano dare un quadro complessivo dell'evoluzione dell'anima umana che sia plausibile dal punto di vista scientifico ed esatto a livello di contenuto.

Non sono né psicologo né psicoanalista, ma è in qualità di medico generico che mi sono casualmente im-

1. Banis, Reimar, *Manuale di medicina energetica psicosomatica*, Macro Edizioni, Cesena 2005 [N.d.R.].

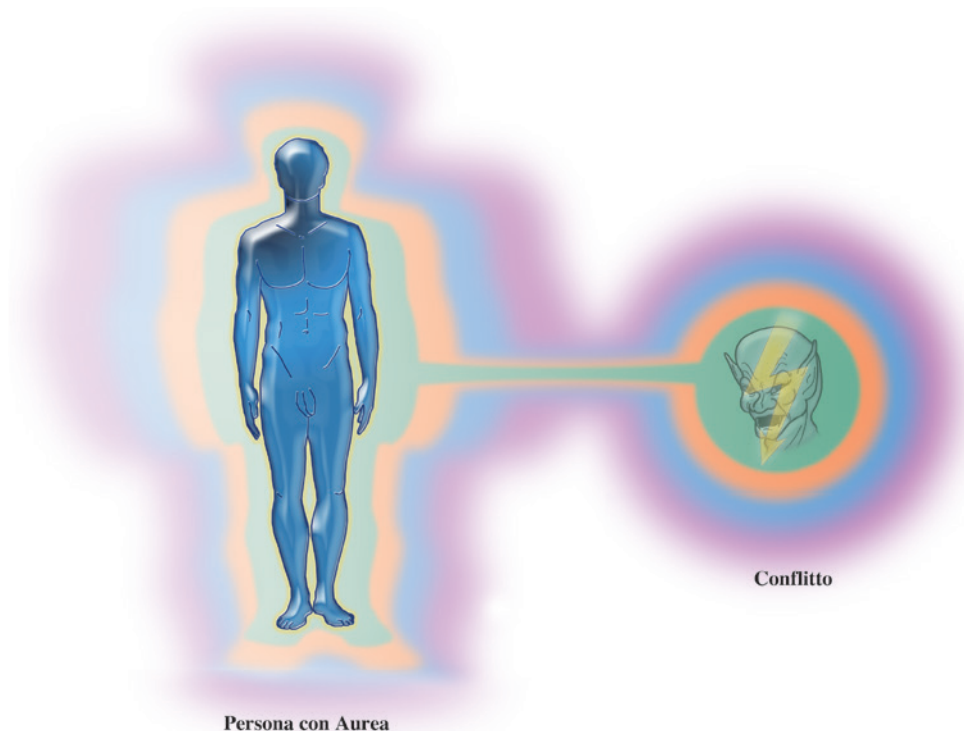


Figura 1: struttura schematica di un conflitto, alimentato energeticamente dal portatore attraverso un cordone ombelicale.

battuto in tematiche psichiche. Insoddisfatto dei successi terapeutici ottenuti come medico alternativo, intorno alla metà degli anni Ottanta del secolo scorso ho voluto mettermi in cerca delle cause nascoste delle malattie croniche e scoprire che cosa c'era all'origine dei persistenti disturbi energetici dei miei pazienti. Mi domandavo come mai molti di loro fossero così sfiniti, tesi, inquieti e preoccupati, pur in assenza di una causa documentabile. Che cosa li rendeva così abbattuti, nervosi e insoddisfatti senza un motivo apparente? Ben presto ero dovuto giungere alla conclusione che in quegli stati c'era il coinvolgimento di antiche ferite psichiche, in grado di svolgere un ruolo fondamentale e di produrre blocchi energetici. Questi ultimi impediscono il fluire dell'energia, situazione che a lungo andare fa ammalare la psiche e il corpo. Dopo aver capito questi principi, nel corso di diversi anni ho elaborato il metodo dell'energetica psicosomatica, che considera i conflitti psichici come disturbi energetici (vedi "Struttura schema-

tica di un conflitto", figura 1) testabili mediante i corrispettivi metodi.

Quando ci si occupa di blocchi interiori, la maggior parte dei quali può essere ricondotta ad antichissime ferite emozionali, compare dapprima una radicata struttura della personalità, il cosiddetto "tipo di carattere". Immergendosi ancor più a fondo nell'inconscio, ci si rende ben presto conto di trovarsi all'interno di catacombe dello spirito che paiono infinitamente vaste. Si apre un territorio che dà l'impressione di essere sterminato e di estendersi ben oltre la vita attuale. È come se, attraverso numerose reincarnazioni, l'anima individuale facesse delle esperienze di apprendimento che le consentono di maturare ulteriormente e di vibrare a un livello sempre più alto. Quest'evoluzione attraverso innumerevoli vite sembra affiancare quella che sul piano materiale è l'evoluzione darwiniana, per permettere la crescita spirituale dell'anima individuale. Alla fine del libro delinea-

una nuova concezione del mondo, che unisce le antiche tradizioni spirituali, le pratiche psicoenergetiche, le moderne conoscenze di medicina e psicologia e le esperienze parapsicologiche. Questa concezione vede l'anima come un viandante che attraversa molte esistenze, maturando grazie a esperienze sempre nuove che le permettono di sviluppare l'autocoscienza.

Questa mia ricerca di una teoria psicosomatica e spirituale ancora più grande, che dura ormai da una vita, viene qui presentata sotto forma di progetto ancora incompiuto, ben lontano dal preten-

dere di annunciare verità definitive. Da avversario dichiarato delle costruzioni concettuali rigide, mi interessa presentare un modello ancora aperto, che incoraggi il lettore a riflettere e a indagare autonomamente. Ma per altri versi questo libro è anche un manuale di psicologia, che può aiutare chi si è curato o ha intenzione di farsi curare con l'energetica psicosomatica a comprendere meglio il retroterra dei propri conflitti. *Last but not least*, il libro intende anche presentarsi come una guida alla salute che fornisce spiegazioni sulle radiazioni terrestri, l'alimentazione sana e l'armonia energetica nella vita quotidiana.

Introduzione

«La verità autentica è sempre inverosimile».

Fëdor Michajlovič Dostoevskij, scrittore russo (1821-1881)

Prima di tutto desidero spiegare che cosa intendo per medicina energetica ed energia sottile, e come le vedo in rapporto all'anima nel suo insieme.

Quando il discorso verte sull'esperienza della propria anima, di solito sorge la domanda su che cosa debba essere considerato reale e che cosa no. Dato che le rappresentazioni dell'anima dipendono dalla nostra idea di "realtà", per accostarsi alla propria anima con un approccio esauriente e aperto occorre domandarsi che cosa sia questa realtà e quali siano i suoi elementi costitutivi e i suoi limiti. È necessario ampliare idealmente i territori della realtà fissati dalla ragione e prepararli a livello concettuale per accogliere nuove esperienze soggettive. La realtà, inoltre, rappresenta anche qualcosa di energetico e sottile.

L'esperienza della nostra anima ci risulterà tanto più facile quanto più saremo aperti e privi di blocchi sul piano energetico. Il rendersi conto dell'intimo legame fra anima ed energia sottile è un'esperienza chiave che costituisce il fondamento dello yoga indiano e del buddhismo. Gran parte del mio libro si occupa della nuova opportunità di sciogliere i blocchi sottili, che sono il più delle volte di origine emozionale e corrispondono a quella che la psicoanalisi chiama "ombra". L'esperienza insegna che conoscere il rimosso permette un avvicinamento più facile e intenso alla propria anima. Scoprire se stessi grazie allo scioglimento dei blocchi energetici interiori è inoltre una forma di psicoterapia affascinante e spesso molto efficace.

Medicina energetica

Di solito il concetto di medicina energetica indica metodi medici che utilizzano una terapia elettromagnetica o basata sulle energie sottili. Per il Centro nazionale di medicina complementare e alternativa (NCCAM) di Bethesda, nel Maryland (Stati Uniti), la medicina energetica è uno dei cinque orientamenti terapeutici riconosciuti. Il Centro opera una distinzione fra effetti autentici, ossia effetti fisico-energetici prodotti dalla luce fisica o dall'elettromagnetismo, ed effetti presunti, prodotti da energie sottili, dato che finora queste ultime non rientrano nel sapere scientifico.

Ma che cosa si intende per energia sottile? Alcuni ricercatori come il biologo americano James Oschman ipotizzano l'esistenza di strutture biologiche (matrice o tessuto connettivo) che dovrebbero guidare e strutturare quest'energia. Altri, come il fisico

Fritz-Albert Popp, attribuiscono lo stesso ruolo ai fotoni; altri ancora ritengono che siano all'opera effetti fisico-quantici, ma gli esperti di fisica quantistica ribattono che si tratta di una spiegazione insufficiente. Gli effetti quantici sono estremamente deboli dal punto di vista fisico ed è probabile che non siano quasi per niente in grado di provocare effetti reali, mentre le energie sottili ne producono di molto evidenti. Inoltre, dal punto di vista fisico i quanti sono un'onda o una particella misurabile oggettivamente, ma non quel misterioso terzo elemento non misurabile di cui con ogni probabilità è fatta l'energia sottile. La luce e le particelle di materia sono, per esempio, onde, ma a mio parere l'energia sottile è qualcosa di completamente diverso.

Riguardo alla natura dell'energia sottile assumo un atteggiamento di umile ignoranza. Sono infatti

convinto della sua esistenza, ma non so alcunché di preciso su di essa e lo ammetto apertamente. E tuttavia, in più di trent'anni di lavoro in cui mi sono occupato in prevalenza di energia sottile, prima come naturopata e poi come medico, ho accumulato moltissime esperienze illuminanti di cui in seguito fornirò una descrizione dettagliata.

La mia definizione di medicina energetica è la seguente: ogni intervento diagnostico e terapeutico che diagnostica e classifica l'energia sottile, cercando di modificarla e armonizzarla a livello terapeutico per dirigerla verso il bene del paziente. Alcuni autori usano il termine "energetica" invece di "energia", che è un concetto ben definito dal punto di vista fisico. Nel corso del libro li utilizzerò entrambi ma non in modo rigido, dato che in fin dei conti esprimono la stessa cosa, almeno per quanto riguarda l'esperienza soggettiva. È comunque utile essere consapevoli della differenza.

La forma più antica di medicina energetica è senza dubbio l'imposizione delle mani. Metodi partico-

lari di terapia energetica sono le tecniche sciamaniche per l'armonizzazione energetica, note fin dalla notte dei tempi, che consistono nel bruciare incensi, passare un uovo di gallina sul corpo malato e altre pratiche analoghe. Lo yoga indiano cerca di dirigere l'energia vitale mediante determinati esercizi respiratori e corporei; l'agopuntura cinese utilizza gli aghi e l'artemisia per agire sull'energia sottile. L'omeopatia del medico e farmacista tedesco Samuel Hahnemann si pone lo stesso obiettivo e cerca di raggiungerlo con rimedi fortemente diluiti e potenziati, concepiti per modificare e stimolare attraverso vibrazioni l'energia vitale malata. In seguito ne illustrerò dettagliatamente il principio di funzionamento. Anche l'energetica psicosomatica, basata sull'agopuntura, lo yoga e l'omeopatia, appartiene alle moderne tecniche di medicina energetica. Ai miei occhi tutti questi metodi rientrano nella medicina energetica; la mia definizione abbraccia quindi un campo nettamente più vasto rispetto a quello del Centro americano di medicina complementare e alternativa.

Medicina energetica e fede

È risaputo che gli scettici dall'orientamento rigorosamente scientifico considerano pura immaginazione tutto ciò che ha a che fare con la medicina energetica. Nello stesso tempo, la medicina scientifica sa che guarigione e suggestione sono strettamente legate. Oggi sappiamo che la somministrazione di farmaci inattivi rientra nello standard degli studi scientifici: il paziente crede di guarire grazie a un rimedio che non contiene principi attivi, ed è la sua aspettativa a produrre la guarigione. Dato che i farmaci inattivi (placebo) funzionano sorprendentemente grazie alla grande suggestibilità delle persone, la medicina ufficiale ha intuito le potenzialità terapeutiche della fede.

A questo proposito, gli scettici liquidano come placebo tutto quello che non capiscono o che non sono in grado di dimostrare oggettivamente. In base alle mie esperienze pluridecennali, quando lavoro con

le energie sottili sono convinto di poter offrire al malato più che un placebo, ma purtroppo non sono in grado di dimostrarlo oggettivamente. Posso convincere le persone soltanto rimettendole in salute, in base al motto "chi guarisce ha ragione". La guarigione energetica, per esempio mediante rimedi omeopatici, funziona anche sugli animali e sui bambini molto piccoli, soggetti sui quali i placebo non hanno alcun effetto, dato che è impossibile suscitare in loro una qualsiasi aspettativa. Per questo è molto probabile che la medicina energetica funzioni anche senza bisogno di crederci: i suoi effetti sono nettamente superiori a quelli di un placebo e ottengono risultati anche se non si ha fede nella sua efficacia. Anche se in base alla mia esperienza la medicina energetica non è un placebo, fra fede ed energia sottile esistono comunque alcuni collegamenti misteriosi e inaspettati.

Dell'argomento principale, “fede e guarigione”, mi occuperò approfonditamente più avanti (vedi pagina 132).

Quando si parla di fede, di solito la prima cosa che viene in mente è la preghiera. In genere i terapeuti si mettono a pregare solo quando non sanno più a che santo votarsi o quando chiedono un aiuto supplementare alle forze spirituali per il loro operato e per il paziente. Come medico, ho sperimentato che recitare una breve preghiera prima di un consulto mi è utile in molti casi: quando prego, non soltanto la guarigione avviene con più facilità, ma riesco anche a formulare diagnosi più precise, poiché ho la sensazione di ricevere preziose ispirazioni. Tra l'altro considero l'ispirazione un fatto reale, tramite il quale si stabilisce un collegamento con il mondo spirituale (ma di questo parlerò più avanti). Perfino alcuni cardiocirurghi che lavorano rigorosamente secondo i dettami della medicina ufficiale mi hanno rivelato di pregare mentre operano. In pubblico non si ha il coraggio di ammettere una cosa del genere, perché viene considerata poco seria e poco scientifica, eppure molti terapeuti sentono intuitivamente che dà qualche risultato.

La preghiera presuppone la speranza o addirittura la certezza che vi sia qualcosa di superiore a livello spirituale con cui è possibile entrare in contatto e da cui si può ottenere aiuto. Entro certi limiti, una fede religiosa di questo tipo può benissimo essere uno strumento terapeutico energetico, poiché la fede possiede una struttura spirituale intrinseca e mette in moto le energie di guarigione. Mi pare che tutto questo vada ben oltre il semplice effetto placebo. Di sicuro la fede produce qualche risultato, ma occorre evitare di sopravvalutarla, dato che i miracoli succedono molto di rado e la fede non può sostituirsi alle azioni razionali.

Oggi invece di “fede” si usa il concetto di “spiritualità”, e nel libro li utilizzo entrambi come sinonimi. Testando il sistema energetico sottile delle

persone, procedura possibile mediante l'energetica psicosomatica (PSE), ho constatato l'esistenza di una correlazione fra la loro energia e la loro spiritualità.

1. La spiritualità di una persona sembra essere in gran parte l'espressione del suo stato d'animo a livello sottile e può essere testata con la PSE (vedi pagina 193). Un individuo dotato di un'energia armoniosa, non bloccato od oppresso da grossi conflitti e con un elevato livello vibratorio tenderà molto di più alla spiritualità di una persona la cui energia ha un basso livello vibratorio ed è bloccata.
2. Se si fa in modo di liberare le persone dai blocchi energetici emozionali o di altra origine che li opprimono, spesso si ottengono sorprendenti cambiamenti. Queste persone si aprono di nuovo a una sensibilità interiore globale che mi piace definire “spirituale”. Una reazione tipica è il loro sentirsi nuovamente connesse al creato. Nello stesso tempo, dai test emergono valori energetici più elevati e privi di blocchi.

Generalizzando, possiamo dire che energia e spiritualità sono strettamente intercorrelate. Questo vale per uno stato privo di influssi, quando si testa una persona senza effettuare alcun intervento (punto 1), ma a quanto pare vale anche dopo un intervento terapeutico (punto 2), quando il terapeuta sperimenta che mediante la medicina energetica si può suscitare una sensazione spirituale nel paziente. Dall'ottica della medicina energetica la fede non è affatto espressione di una mentalità superstiziosa, come suppongono gli scettici, bensì qualcosa di positivo. A mio parere la fede come espressione di apertura sul piano sottile è qualcosa di primordiale con cui affrontiamo positivamente il mondo e che nello stesso tempo evidenzia che siamo individui aperti a livello psichico e sottile.

Evoluzione psichica nel corso di svariate vite

Dopo aver visitato moltissime persone servendomi della medicina energetica e aver analizzato in modo approfondito numerosi conflitti inconsci, ho maturato l'impressione che gli esseri umani crescano non soltanto attraverso le esperienze positive, ma soprattutto grazie a quelle negative, e che questa crescita si estenda su un arco di tempo lunghissimo, che probabilmente comprende svariate vite. Quella della reincarnazione è una tesi che a molti occidentali appare azzardata. Nelle ultime pagine del libro fornisco diverse indicazioni a favore della sua esistenza, anche se naturalmente non ne esistono le prove. In tutto questo il sistema energetico sottile svolge probabilmente il ruolo di una memoria che permette il passaggio di caratteristiche individuali e del senso dell'Io di rinascita in rinascita.

Alla fine del libro, basandomi sulle mie ricerche e sui risultati di terapeuti della reincarnazione come

Ian Stevenson, abbozzo il modello di una “maturazione psichica” che si protrae per numerose vite. In questo contesto definisco spirituale l'impulso di crescita che spinge l'anima a tendere verso una totalità un tempo posseduta e ora perduta. Si ha un vago ricordo di quella totalità che si desidera recuperare e si aspira a fare ritorno all'antica casa dell'anima. In questa ricerca gli esseri umani assomigliano a piante che tendono verso la luce per seguire un impulso interiore alla crescita. Il processo comprende più di un'evoluzione individuale della personalità e possiede una profonda dimensione psichica difficile da definire a parole e che lo psichiatra svizzero C.G. Jung chiamava “Sé”. La medicina energetica può contribuire al processo e stimolare al recupero di questa totalità, anche se ovviamente è il singolo individuo a dover compiere i passi evolutivi decisivi.

Abissi dell'anima e speranza

«In realtà tutto sembra diverso da com'è veramente».

Stanislaw Jerzy Lec, poeta e scrittore satirico polacco (1909-1966)

Da sempre gli esseri umani sono consapevoli della presenza di lati malvagi nei loro simili e, se sono abbastanza onesti da ammetterlo, anche in se stessi. Paura, odio, collera e disperazione possono essere un veleno che fa ammalare chi ne è affetto da tempo. Prima o poi questi stati d'animo negativi possono trasformarsi in tratti permanenti della personalità, a cui viene dato il nome di “carattere”. All'origine vi sono energie psichiche negative, che un tempo venivano chiamate “demoni” e “peccato”, e oggi vengono definite con termini moderni, quali “complessi” o “conflitti”. In questo libro utilizzo quest'ultimo concetto.

Da tempo immemorabile gli esseri umani sanno che questi conflitti causano in un certo senso una

separazione dal flusso vitale, rendendo le persone dure e depresse, stanche e vendicative, diffidenti, tese e stremate. Molti si sentono più o meno a disagio con se stessi e si costringono incessantemente a essere produttivi e a rinunciare ai propri impulsi. Non di rado queste persone provano invidia e rabbia a livello inconscio per i loro simili che stanno meglio, per esempio nei confronti dei giovani, come leggiamo nella massima rivelatrice di Friedrich Nietzsche (vedi figura 2): *«Chi è insoddisfatto di se stesso è sempre pronto a vendicarsene»*. Molti individui frustrati danno origine anche a sensi di inferiorità, poiché percepiscono le proprie difficoltà come un fallimento personale; altri ancora dirigono verso se stessi la propria

aggressività, manifestando tutti i disturbi psichici possibili, fino al comportamento dipendente. Si producono nevrosi e talvolta forme di evoluzione psichica patologica che assumono aspetti bizzarri.

È come se le persone con una vita psichica negativa a livello emotivo e repressa a livello energetico a causa di conflitti interiori vivessero in un'altra realtà. In psicologia sociale si parla di "alienazione", termine che indica la perdita di familiarità con il proprio Sé e i suoi impulsi naturali. Nel corso del tempo questo stato diventa una condizione abituale: non si è più in grado di ricordarsi della vera origine dell'alterazione della realtà, che non viene più percepita in modo realistico, e tantomeno ci si rende conto che il proprio stato è una versione offuscata e intossicata della realtà, sia a livello psichico che emozionale. L'inconscio a polarità negativa ha la nefasta tendenza a fabbricarsi le giustificazioni alla propria esistenza e a usarle per mimetizzarsi, comportamento che in psicologia viene descritto con concetti quali difesa, spostamento, rimozione o proiezione.

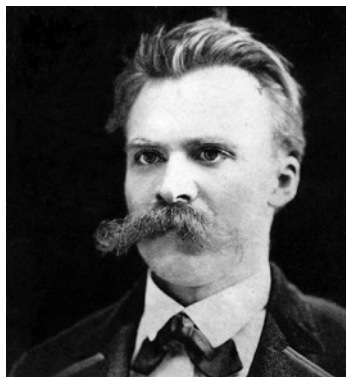


Figura 2:
Friedrich Nietzsche, uno dei primi filosofi dell'era moderna a essersi occupato degli abissi dell'animo umano.

Nel momento in cui cominciano a prendere in esame gli ostacoli che impediscono loro di essere felici, molte persone rifiutano di vedere che l'ostacolo più grande è costituito proprio da loro stesse. In ultima analisi, la realtà interiore fasulla porta alla materializzazione di una realtà esteriore altrettanto falsa. Ovviamente non si tratta di un fenomeno magico prodotto da una mano fatata, ma di qualcosa che viene creato attivamente dal diretto interessato, anche se in un primo momento non sembra che le cose stiano così. A un'analisi più attenta ri-

sulta tuttavia evidente che questi soggetti si fanno in continuazione lo sgambetto senza farsi notare, per esempio boicottando le proprie potenzialità latenti o evitando di sfruttare determinate occasioni. Non sono poche le persone che di nascosto si impediscono di essere felici, il più delle volte ovviamente senza rendersene conto. Ai loro occhi la colpa del fatto che la loro vita non proceda bene è sempre delle circostanze sfavorevoli, delle persone cattive o di altri ostacoli. Prima o poi a costoro viene presentato in maniera drammatica il conto dell'autosabotaggio perpetrato fino a quel momento. Questo avviene mostrando loro uno specchio in cui possono vedere la negatività delle loro azioni e sensazioni. A questo punto c'è la possibilità di guardare oltre il proprio accecamento e rendersi conto delle situazioni e dei modi con cui ci si è sempre sabotati. In un primo tempo ci sarà il rifiuto di riconoscere di essersi creati una realtà fasulla, poiché è una verità che fa male e mette in discussione l'immagine di sé, ma a un esame più attento si capisce che non rimane altro da fare. In fin dei conti è un'esperienza che tutti fanno, più o meno spesso, dato che nessuno è perfetto. Quando ci giudichiamo, dovremmo quindi essere indulgenti nei nostri confronti, evitando nello stesso tempo di essere troppo vigliacchi per assolverci pienamente. Si tratta di riconoscere e valutare la nostra realtà senza troppi riguardi, ma nello stesso tempo amorevolmente e con l'intento di riconciliarci, così da poter maturare sul piano psichico e avere un atteggiamento più onesto verso noi stessi.

In questo libro presento un metodo medico alternativo da me concepito, l'energetica psicosomatica, con cui è possibile riconoscere e dissolvere questi conflitti. In genere, nel corso della visita individuo svariati "blocchi energetici". Con quest'espressione indico tutto quello che ostacola per lungo tempo il libero fluire dell'energia vitale o lo rende disarmonico. Negli individui sani i flussi energetici sono armoniosi e intensi, mentre nei soggetti malati sono poco equilibrati e a volte sottili come un rigagnolo, al punto da far venire in mente un fiume a lungo bloccato da una diga di sbarramento. In base alle esperienze fatte finora, i blocchi energetici principali sono quelli di natura emozionale. Nella maggior parte dei casi si tratta di ferite psichiche del passato, di cui spesso

non si è inconsapevoli e che non sono state elaborate correttamente. Da tempo il linguaggio popolare è a conoscenza di queste correlazioni psicosomatiche: ne troviamo traccia in espressioni quali “mangiarsi il fegato” o “ammalarsi dal dispiacere”.

La mia esperienza pratica, come pure quella di molti altri terapeuti che utilizzano metodi analoghi al mio, ha dimostrato la necessità di sciogliere i conflitti sul piano energetico, nello stesso modo in cui viene cancellato un programma dannoso per il computer. Solo dopo aver risolto il conflitto è possibile il ristabilimento del sistema energetico del paziente. Spesso si verificano parallelamente processi di autoguarigione psichica, anche quando il conflitto non viene verbalizzato e tematizzato a

livello conscio. Chiamo questo metodo “psicoterapia in gocce”, dato che i complessi omeopatici sotto forma di gocce dissolvono i conflitti, esercitando così un’azione psicoterapeutica. Sembra che la nostra energia sottile memorizzi a lungo i contenuti psichici negativi, e le informazioni negative immagazzinate influiscono a loro volta negativamente sulla nostra psiche. In seguito alla riarmonizzazione dell’energia, le persone entrano più facilmente in contatto con le loro più profonde esigenze, riprendono ad attingere alle fonti energetiche che fino a quel momento erano state loro precluse, provano una maggiore gioia di vivere e un aumento della stabilità interiore. Si sentono più vitali e riescono di nuovo a percepire ciò che desiderano veramente e ad agire di conseguenza.

Tratto da:
Guarire con la medicina energetica

Autore: Reimar Banis

Dal padre dell'Energetica Psicosomatica (PSE)

DOCT. REIMAR BANIS

GUARIRE CON LA MEDICINA ENERGETICA

**RICONOSCERE E SUPERARE
I CONFLITTI NASCOSTI**

Nuove strade verso la guarigione definitiva
e l'evoluzione personale



Condividi:



www.gruppomacro.com