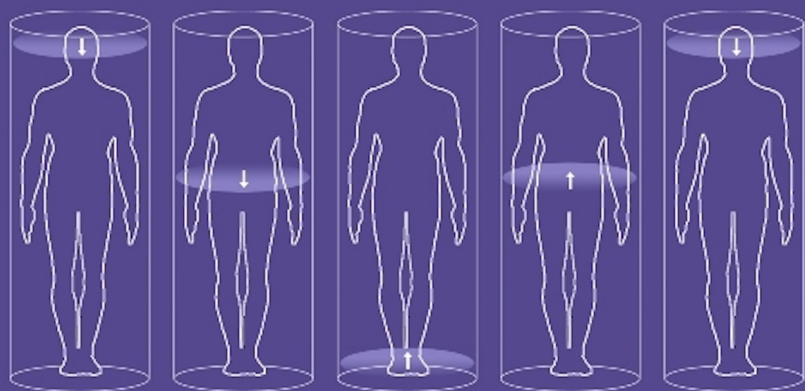


AutoRicerca

1

Rivista di ricerca interiore

Anno 2011



Lo Stato Vibrazionale



autoricerca.com



autoricerca.com

AutoRicerca

No. 1, Anno 2011

AutoRicerca: No. 1, Anno 2011
Editore: Massimiliano Sassoli de Bianchi
Progetto grafico copertina: Paola Patocchi

© 2011 Gli autori (tutti i diritti riservati)

È vietata la riproduzione, anche parziale, con qualsiasi mezzo effettuata, compresa la fotocopiatura e la digitalizzazione, se non precedentemente autorizzata dall'editore o dagli autori degli articoli, fatta eccezione per brevi passaggi, nell'ambito di discussioni e analisi critiche. In tal caso, la fonte della citazione dovrà sempre essere citata.

AutoRicerca (ISSN 2673-5113) è una pubblicazione del *LAB – Laboratorio di AutoRicerca di Base* (www.autoricerca.ch), c/o *Area 302 SA* (www.area302.ch), via Cadepiano 18, 6917 Barbengo, Svizzera.

INDICE

AVVERTIMENTO	7
EDITORIALE	9
A PROPOSITO DEGLI AUTORI	17
ARTICOLI	
Un approccio alla ricerca sullo stato vibrazionale attraverso lo studio dell'attività cerebrale <i>Wagner Alegretti</i>	19
Attributi misurabili della tecnica dello stato vibrazionale <i>Nanci Trivellato</i>	59
Dal pranayama dello Yoga all'OLVE della Coscienzaologia: proposta per una tecnica integrativa <i>Massimiliano Sassoli de Bianchi</i>	101
GLOSSARIO DELLA COSCIENZAOLOGIA	139



autoricerca.com

AVVERTIMENTO

Le pagine di un libro, siano esse cartacee o elettroniche, possiedono una particolarissima proprietà: sono in grado di accettare ogni varietà di lettere, parole, frasi e illustrazioni, senza mai esprimere una critica, o una disapprovazione. È importante essere pienamente consapevoli di questo fatto, quando percorriamo uno scritto, affinché la lanterna del nostro discernimento possa accompagnare sempre la nostra lettura. Per esplorare nuove possibilità è indubbiamente necessario rimanere aperti mentalmente, ma è ugualmente importante non cedere alla tentazione di assorbire acriticamente tutto quanto ci viene presentato. In altre parole, l'avvertimento è di sottoporre sempre il contenuto delle nostre letture al vaglio del nostro senso critico ed esperienza personale.

L'editore e gli autori degli articoli pubblicati non possono in alcun modo essere ritenuti responsabili circa le conseguenze di un utilizzo, o tentativo di utilizzo, inappropriato delle informazioni contenute in questo volume. Consultate il vostro medico prima di praticare le tecniche e gli esercizi descritti, e avvaletevi sempre, se non altro inizialmente, della guida e supervisione di un praticante esperto.



autoricerca.com

EDITORIALE

Quello che tenete tra le mani (o state guardando sullo schermo del vostro computer, iPad, Kindle, ecc.) è il primo numero della neo-nata rivista *AutoRicerca*: una pubblicazione la cui missione è diffondere scritti di valore sul vasto tema della *ricerca interiore*.

AutoRicerca si pone al di fuori delle abituali categorie editoriali: non è la solita rivista di facile divulgazione, dai contenuti “fast-food”, ma nemmeno un “journal accademico”, rivolto ai soli specialisti.

AutoRicerca offre ai suoi lettori articoli di notevole livello, selezionati, controllati e tradotti personalmente dall’editore. Si tratta di testi che pur esigendo un notevole impegno per essere assimilati (vanno studiati, non letti!), restano pur sempre accessibili al lettore generico, purché animato di buona volontà e desideroso di imparare qualcosa di nuovo.

AutoRicerca è una pubblicazione d’avanguardia non solo per i suoi contenuti, ma anche per le modalità con cui la rivista viene stampata e diffusa, avvalendosi dei moderni sistemi di pubblicazione “on-line”, che consentono di offrire, a costi ragionevoli, un prodotto sia in versione elettronica, sia in versione classica cartacea.

Questo modo di procedere presenta numerosi vantaggi. Riducendo al minimo l’investimento dell’editore, svincola i fruitori della rivista dall’obbligo di un abbonamento, rimanendo liberi di acquistare anche solo quei numeri il cui contenuto è di loro interesse. Consente inoltre di acquistare anche solo la versione elettronica, a costi più vantaggiosi, che essendo

facilmente memorizzabile e catalogabile sul computer, risolve il problema della notoria mancanza di spazio nelle biblioteche dei lettori-autoricercatori. Inoltre, è possibile scaricare anche un singolo articolo di un numero, a prezzi ancora più favorevoli.

Non meno importante è poi il fatto che la versione elettronica consente di risparmiare qualche albero di questo bellissimo pianeta. E comunque, per coloro che non desiderano rinunciare all'esperienza tattile di una rivista cartacea, c'è sempre, in ogni momento, la possibilità di ordinare, farsi stampare e spedire direttamente a casa, con la facilità di un click, anche un singolo volume della rivista.

Non è quindi necessario un abbonamento per ricevere *AutoRicerca*. Se desiderate essere informati sulle nuove uscite, non avete che da visitare, di tanto in tanto, il sito www.autoricerca.com, e controllare se un nuovo numero è stato pubblicato. Oppure, più comodamente, potete iscrivervi (sempre allo stesso indirizzo) alla mailing-list del LAB (*Laboratorio di Autoricerca di Base*), così da essere sempre avvertiti per tempo delle novità.

Ma veniamo ora al contenuto di questo primo numero di *AutoRicerca*. Si tratta di un volume a tema, interamente dedicato al cosiddetto *Stato Vibrazionale* (SV): una fondamentale condizione energetica in grado di manifestarsi (sebbene raramente) in modo spontaneo nell'essere umano, ma che è possibile promuovere anche in modo volontario, mediante l'applicazione di specifiche tecniche (o tecnologie) interiori.

Waldo Vieira, ideatore di una delle metodologie più importanti per il conseguimento dello SV (di cui ci occuperemo in modo approfondito in questo numero), descrive in questo modo l'importanza di questa particolare condizione¹:

“Lo SV di livello avanzato apre al microuniverso coscienziale, libera la creatività – le idee originali – e perfeziona la coscienzialità della persona neofilica. Senza

¹ *Homo sapiens reurbanisatus*, CEAEC Editoria, 2003, p. 800.

uno SV frequente non sussiste un'autodifesa energetica affidabile e una predisposizione personale adeguata nell'assolvere i compiti assistenziali più avanzati nei confronti delle altre coscienze."

Quando si parla di SV, ciò a cui si fa riferimento non è la realtà del nostro corpo fisico (biologico), ma piuttosto quella del nostro *corpo energetico* (detto anche *energossoma*, o *olochakra*): una complessa struttura mediatrice tra la realtà fisico-densa ordinaria, che sperimentiamo attraverso il veicolo fisico, e le realtà extrafisico-sottili, che sperimentiamo attraverso i nostri ulteriori veicoli di manifestazione (ad esempio nell'ambito delle cosiddette esperienze extracorporee, di premorte, o altri stati alterati di coscienza).

Per il lettore che non ha ancora familiarità con questi temi (tuttora controversi per la cosiddetta scienza convenzionale), vale la pena ricordare brevemente quali siano gli assunti di base del cosiddetto *paradigma coscienziale*, sul quale si fondano i tre studi pubblicati in questo numero².

Essenzialmente, possiamo affermare che il paradigma coscienziale sia un modello esplicativo d'avanguardia per lo studio della coscienza³ e della sua evoluzione. Tale modello si fonda sul riconoscimento di alcune ipotesi sulla natura multidimensionale della coscienza e della realtà in cui si manifesta; una realtà che non è unicamente materiale, nel senso della materia-energia attualmente studiata e riconosciuta dalla scienza convenzionale, ma letteralmente multimateriale e multienergetica.

² Al termine di questo volume, riproduciamo, per comodità del lettore, il *glossario della coscienziologia*, che contiene le denominazioni, i neologismi, e le espressioni (con i rispettivi equivalenti tecnici) maggiormente in uso in questo particolare campo di indagine. Tramite una lettura (anche solo parziale) del glossario, il lettore potrà farsi una un'idea più precisa dei concetti e delle ipotesi che sono alla base dell'indagine coscienziologica e dei fenomeni multidimensionali che essa studia.

³ Intesa qui come sinonimo di entità senziente, o principio intelligente.

La coscienza infatti, nel suo lungo percorso evolutivo, si muove nell'ambito di innumerevoli dimensioni esistenziali, di cui quella fisica ordinaria è solo una tra le tante. Ognuna di queste extra dimensioni esistenziali possiede le proprie paramaterie e paraenergie, quindi le proprie leggi parafisiche, e se la coscienza è in grado di manifestarsi in tutte queste realtà stra-ordinarie, è perché è dotata non solo di un corpo fisico, ma di ulteriori veicoli extrafisici, che vanno a formare una maxistruttura individuale di manifestazione, detta *olosoma*.

Più esattamente, e contrariamente a quanto afferma la visione dominante del materialismo metafisico, il paradigma coscienziale riconosce l'esistenza di almeno tre veicoli intelligenti, dei quali ogni coscienza sarebbe dotata, e attraverso i quali sarebbe in grado di manifestarsi nelle diverse dimensioni materiali e paramateriali: (1) un corpo fisico, o *soma*, (2) un corpo psichico, o *psicosoma*, e (3) un corpo del discernimento, o *mentalsoma*.

Sempre nell'ambito del paradigma coscienziale, viene riconosciuta l'esistenza di un'altra struttura energetica fondamentale, se non altro per le coscienze intrafisiche (cioè incarnate), detta *energosoma*. Non si tratta in questo caso di un veicolo intelligente (cioè dotato di una struttura cerebrale), quanto piuttosto di una complessa interfaccia di collegamento tra il soma e lo psicosoma.

Solitamente, si fa uso del termine di *bioenergia* per riferirsi a quei fenomeni energetici, di natura prettamente sottile, che interessano principalmente la struttura energosomatica e di cui ci occuperemo più approfonditamente negli articoli presentati in questo numero.

Altri elementi importanti del paradigma coscienziale sono il concetto di *serialità esistenziale*, ossia la possibilità (e per certi versi la necessità) per le coscienze in evoluzione di sperimentare numerose vite intrafisiche (incarnazioni); l'*universalismo*, ossia il riconoscimento che la coscienza è cittadina non solo del paese o del pianeta in cui si manifesta intrafisicamente (per mezzo del corpo fisico), ma dell'intero cosmo multidimensionale; la *gerarchia spirituale*, ossia il

riconoscimento dell'esistenza, all'interno del maximeccanismo evolutivo, di coscienze più avanzate di altre, cioè dotate di maggiore conoscenza, maturità e intelligenza evolutiva.

Il paradigma coscienziale contempla inoltre, nelle sue metodologie di indagine, l'importante ingrediente dell'*autoricerca* e dell'*autosperimentazione*, vale a dire la possibilità per la coscienza di divenire l'oggetto stesso della propria ricerca, combinando in modo naturale (e possibilmente lucido) le proprie esperienze personali e soggettive con quelle ottenute usando le metodologie scientifiche convenzionali (come ad esempio il pensiero analitico, critico-razionale, e la sperimentazione in terza persona).

Citiamo infine l'importante aspetto della *cosmoetica*, che permea e orienta l'intera ricerca coscienziologica, andando ad ampliare le prospettive della più ristretta riflessione etica intrafisica e conferendo pieno riconoscimento alla realtà multidimensionale e multiesistenziale in cui si muove ed evolve la coscienza.

Naturalmente, non possiamo che invitare il lettore seriamente interessato a queste tematiche ad approfondire le numerose sfaccettature del paradigma coscienziale, ad esempio attraverso i testi di *Waldo Vieira*, fondatore della Coscienziologia⁴, e dei numerosi ricercatori oggi attivi in questo campo, tra cui in particolare gli autori degli articoli presentati in questo volume.

Ma veniamo dunque al contenuto di questi articoli. Il primo, di *Wagner Alegretti*, esamina la natura dello stato vibrazionale

⁴ Ad esempio, di *Waldo Vieira*, possiamo consigliare il libro introduttivo *Nostra evoluzione*, tradotto anche in italiano, o il trattato *Projectology, A Panorama of Experiences of the Consciousness outside the Human Body*, disponibile in inglese, spagnolo o portoghese. Un'ottima introduzione alla Coscienziologia si trova anche nel libro *Retrocognitions, An investigation into the memory of past lives and the period between lives*, di *Wagner Alegretti*, anch'esso disponibile in più lingue. Maggiori informazioni su questi e altri testi della Coscienziologia possono essere trovate sul sito dell'*International Academy of Consciousness*, all'indirizzo: www.iacworld.org.

(SV) dal punto di vista dei suoi possibili effetti sulla neurofisiologia del cervello fisico. L'autore presenta nel suo lavoro un particolare protocollo di studio volto ad individuare e analizzare i possibili correlati neurali dello SV. Questo non solo per portare questa particolare condizione energetica a un grado di maggiore oggettività, affinché possa essere studiata anche dai neuroscienziati convenzionali (al pari di altri stati non ordinari di coscienza, come ad esempio i sogni lucidi e gli stati meditativi), ma anche e soprattutto per approfondire la nostra conoscenza su questo particolare fenomeno multidimensionale, migliorando le future paratecnologie in grado di produrlo e controllarlo. La prima parte dell'articolo di Alegretti contiene anche un'introduzione allo SV, oltre che una spiegazione della tecnica dell'*Oscillazione Longitudinale Volontaria delle Energie* (OLVE), in grado di promuoverlo. La lettura dell'articolo di Alegretti risulterà pertanto utile al lettore che approccia questo fenomeno per la prima volta.

Il secondo lavoro, di *Nanci Trivellato*, ha vinto il 2nd IAC *Global Award for Scientific Contribution to Conscientiology*, e presenta un'analisi dettagliata degli attributi energosomatici alla base della summenzionata tecnica dell'OLVE, probabilmente la metodologia energetica più efficace, attualmente nota, nel promuovere una profonda dinamizzazione ed attivazione della sfera bioenergetica dell'individuo.

Lo studio di Trivellato identifica ed analizza nel dettaglio quattro diverse categorie di attributi, che il praticante potrà vantaggiosamente imparare a riconoscere e dominare, al fine di promuovere (attraverso l'applicazione ferma della propria volontà) stati vibrazionali di sempre maggiore intensità e profondità.

Più esattamente, l'autore identifica nella sua analisi 5 attributi energosomatici primari, 5 attributi energosomatici derivati, 8 attributi energosomatici composti e 3 attributi intracoscientziali intercorrenti, per un totale di 21 attributi fondamentali, identificabili e misurabili non solo dal praticante, ma anche da degli eventuali agenti esterni sufficientemente allenati nella lettura delle bioenergie.

Infine, il terzo articolo, di *Massimiliano Sassoli de Bianchi*, illustra alcuni interessanti paralleli tra il paradigma coscienziale e la visione metafisica alla base dello *Yoga*. Come sottolineato dall'autore, coscienze evolutivamente molto avanzate hanno indubbiamente solcato questo pianeta in tempi remoti, lasciando in eredità conoscenze di notevole valore, come ad esempio le antiche tecniche respiratorie (*pranayama*) ed energetiche (*pranavidya*) presenti nel vasto corpus di insegnamenti dello *Yoga*.

Su questa base, l'autore propone nel suo scritto di integrare una particolare tecnica respiratoria yogica, detta della *respirazione circolare* (poco conosciuta anche nell'ambito dello *Yoga*) con la summenzionata tecnica coscienziologica dell'OLVE, con la quale condivide alcune interessanti similarità strutturali. Questo al fine di ottenere una tecnica ibrida, di natura fisico-energetica, che consenta un approccio il più possibile graduale allo sviluppo della padronanza energosomatica.

In un'interessante appendice, l'autore illustra anche un modello speculativo, ultra semplificato, in grado di evidenziare un possibile meccanismo, forse sottovalutato, che contribuirebbe al funzionamento dell'OLVE.

Buona lettura, buono studio e, soprattutto, buona pratica!

L'Editore



autoricerca.com

A PROPOSITO DEGLI AUTORI

Wagner Alegretti si è laureato in ingegneria elettronica presso l'USP (Universidade de São Paulo) nel 1983, in Brasile, e ha lavorato come ingegnere di software per molti anni in aziende multinazionali. Nel 1988, scelse di abbandonare la carriera ingegneristica per dedicarsi a tempo pieno ad attività attinenti alla Coscienziologia e Proieziologia. È ricercatore sul fenomeno della proiezione cosciente dal 1980, ed è egli stesso proiettore sin dal 1971, operando come volontario in organizzazioni coscienziologiche dal 1982. Alegretti offre lezioni e seminari in questo campo di indagine dal 1985, e ha tenuto conferenze in università e congressi in tutto il mondo, così come corsi in numerosi paesi dei continenti americano, asiatico, europeo e oceanico. È stato membro del fu Centro di Coscienza Continua (CCC), prima istituzione coscienziologica esistente e, nel 1988, cofondò l'IIP (oggi IIPC – Istituto Internazionale di Proieziologia e Coscienziologia), di cui è stato il direttore amministrativo per 5 anni. Ha risieduto in Florida per 5 anni, dove ha fondato la sede americana in quello stato, facendosi in seguito carico della direzione della sede di Londra, nel Regno Unito, un'attività che ha svolto per 10 anni. Attualmente risiede nel Campus della IAC (International Academy of Consciousness), organizzazione internazionale di cui è il presidente, posizione che mantiene da ormai 10 anni. È l'autore del libro "Retrocognizioni: indagine sulla memoria delle vite passate e periodi tra le vite" (pubblicato in inglese, portoghese, spagnolo, giapponese e presto tradotto anche in francese e finlandese) e di numerosi articoli pubblicati a livello internazionale.

Nanci Trivellato è laureata in lettere e possiede un master in metodi

della ricerca psicologica. Ha sperimentato proiezioni consapevoli e altri fenomeni parapsichici sin dall'età di 7 anni, ed è ricercatrice e docente di Coscienziologia e Proieziologia sin dal 1992. È stata coordinatrice generale delle attività della Coscienziologia nella città di São Paulo, in Brasile, fino al 1994, trasferendosi poi negli Stati Uniti per co-fondare l'unità educativa della Florida. Nel 1999, si reca in Inghilterra, dove lavora come coordinatrice del centro di Londra per quasi 10 anni. Dal 2002 al 2004 ha lavorato anche a livello globale all'interno della IAC, in entrambi i suoi dipartimenti dell'educazione e della comunicazione. In seguito, ha assunto l'incarico di direttrice del dipartimento di ricerca e comunicazione scientifica di questa organizzazione, una posizione che detiene a tutt'oggi. Nel 2008, trasferisce la sua base fisica in Portogallo, nel Campus di ricerca della IAC, dove svolge al momento le sue funzioni. Ha presentato conferenze in 14 paesi, nelle Americhe, in Europa ed Asia, ed è fondatrice del Journal of Conscientiology, un periodico scientifico di cui è il redattore capo sin dal 1998. Ha svolto ricerche in Disperologia, Energometria, Olokarmalità, Olochakralità, Paraperceziologia e Proieziologia. Molti dei risultati dei suoi studi sono stati presentati a livello internazionale, in congressi e conferenze di coscienziologia e in altre aree della conoscenza umana.

Massimiliano Sassoli de Bianchi ha compiuto studi nel campo della fisica teorica, conseguendo il titolo di docteur ès sciences (PhD) presso l'École Polytechnique Fédérale di Losanna. Oltre alla ricerca scientifica, si interessa di ricerca interiore (autoricerca), promuovendo una visione multiesistenziale e multidimensionale dell'evoluzione umana. Ha scritto saggi, testi di divulgazione scientifica, racconti per ragazzi, e ha pubblicato numerosi articoli specialistici in riviste di livello internazionale, sia nel campo della fisica che in quello dello studio della coscienza. È membro a vita dell'American Physical Society, dell'American Association of Physics Teachers, oltre che membro della Society for Scientific Exploration e dell'International Academy of Consciousness. Attualmente dirige il LAB (Laboratorio di Autoricerca di Base) ed è l'editore della rivista *AutoRicerca*. Per maggiori informazioni: www.massimilianosassolidebianchi.ch.

UN APPROCCIO ALLA RICERCA SULLO STATO VIBRAZIONALE ATTRAVERSO LO STUDIO DELL'ATTIVITÀ CEREBRALE

Wagner Alegretti

RIASSUNTO. Partendo dalle premesse della scienza coscienziologica, questo lavoro esamina le basi metodologiche e le procedure primarie per l'analisi dello Stato Vibrazionale (SV), mediante l'osservazione diretta delle sue manifestazioni neurofisiologiche e ripercussioni olosomatiche. L'autore offre un approfondimento teorico realizzando delle estrapolazioni a partire da studi preliminari e dalle ipotesi fin qui emesse. Tale ricerca, che consente la replicabilità dei suoi esperimenti, si basa sull'assunto che l'attivazione dello SV produca degli effetti sul soma, in particolare sul sistema nervoso centrale, i quali possono essere rilevati attraverso adeguate tecnologie (EEG e fMRI). Questo studio si propone di indagare numerose questioni ancora aperte, circa lo SV, come ad esempio: il tipo di coinvolgimento neurologico; le aree del cervello associate allo SV; la valutazione di come e se lo SV differisca da altri regimi di attività cerebrale; l'esistenza (o meno) di un modello (pattern) di onde cerebrali tipico di un individuo nello SV, quando i suoi veicoli di manifestazione si trovano in coincidenza; e il meccanismo di interfaccia tra soma ed energosoma, tra le altre cose.



autoricerca.com

INTRODUZIONE

Contestualizzazione e storia della ricerca

L'autore si è interessato al tema di questo studio per decenni, avendo personalmente sperimentato fenomeni parapsichici e proiettivi sin dall'infanzia, compreso lo stato vibrazionale (SV), e si è sempre posto delle domande sul meccanismo di insorgenza di quest'ultimo.

Per coloro che hanno avuto esperienze parapsichiche e proiettive lucide, in quantità sufficiente e di sufficiente qualità, la realtà della coscienza, la sua multidimensionalità e l'esistenza delle bioenergie sono un fatto naturale, ossia, altrettanto reale che la nostra vita quotidiana.

Prendendo in considerazione l'importanza di tali conoscenze per l'evoluzione della coscienza e per l'espansione rivoluzionaria ed esponenziale della conoscenza umana, e sapendo quali sono le conseguenze positive di una padronanza delle bioenergie per la coscienza intrafisica, è deplorabile che la scienza in generale non investa maggiormente nello studio e nella diffusione di queste conoscenze. Le ragioni di questo sono note e non rientra nello scopo di questo lavoro discutere delle questioni epistemologiche, politiche, filosofiche, ontologiche e metodologiche sottese da questa domanda.

Vale la pena ricordare che esistono studi su taluni aspetti della bioenergia, comprendenti anche la ricerca di un trattamento somatico. Tuttavia, l'approccio e le conclusioni di questi studi sono limitate e improntate alla visione del fisicalismo, cosicché il più delle volte questi frenano, piuttosto che facilitare, il progresso della conoscenza multidimensionale e la creazione di un'interfaccia più produttiva tra queste conoscenze e le diverse aree della scienza.

L'individuazione di approcci meno soggettivi per la ricerca sulla coscienza multidimensionale e sulla bioenergia è un nobile obiettivo, essenziale per lo sviluppo di una conoscenza umana di tipo superiore e per l'implementazione di un nuovo paradigma. Pertanto, la constatazione che la scienza

convenzionale si trovi ancora in una condizione limitata, non essendo in grado di comprendere e identificare metodi che consentano un'analisi più dettagliata dei fenomeni non-fisici, evidenzia una condizione che è opportuno superare. Perciò, il ricercatore lucido, dotato di cosmovisione e cosmoetica, avverte una responsabilità nel poter contribuire affinché tale condizione sia superata nel più breve tempo possibile, aiutando in questo modo il processo evolutivo dell'umanità e, di conseguenza, della para-umanità.

Convivendo con la dicotomia che origina, da un lato, dalla certezza risultante da un'autosperimentazione lucida della multidimensionalità e pluriesistenzialità della coscienza e, dall'altro, dalla nozione di limitazione della conoscenza umana su questa realtà, e del perché di tale limitazione, l'autore aspira all'integrazione lucida della "multidimensionalità" nella conoscenza umana, senza preconcetti, pregiudizi, forme di arroganza o visioni parziali, da entrambe le parti.

Così, con l'obiettivo di fondare una linea di ricerca che consentisse lo sviluppo di parametri e metodologie appropriati per una ricerca sulla bioenergia, l'autore presentò, nel 1990, al Primo Congresso Internazionale di Proieziologia e Coscienziologia, una conferenza dal titolo "Tecnologia Bioenergetica", nel corso della quale illustrò i risultati di una ricerca da lui condotta, tra il 1984 e il 1988. Scopo di quella ricerca era l'individuazione di una relazione che consentisse di gettare un ponte per la comprensione della paratecnologia [ALE, 1990]. Nel lavoro in questione, furono presentati i principi della "tecnologia bioenergetica", i risultati sperimentali, le discussioni relative alla loro rilevanza e le applicazioni, oltre che una pianificazione delle fasi del suo sviluppo.

A seguito dello studio citato, di una ricerca bioenergetica di carattere soggettivo (autoricerca), di una ricerca sul campo e dello studio di casi seguiti dall'autore, questi ha sviluppato, nel 1991, la base concettuale e sperimentale del presente lavoro. In quell'occasione ebbe la sua prima opportunità di condurre esperimenti personali con la proiezione cosciente mentre era monitorato da un EEG (e da altre apparecchiature per la

misurazione di diversi parametri fisiologici) in un laboratorio di studio del sonno, nella città di Porto Alegre, in Brasile. Sempre in quell'occasione, l'autore poté anche attivare uno SV volontario, al fine di consentire l'osservazione dei cambiamenti nel modello (pattern) di onde cerebrali che l'attivazione di tale stato poteva aver generato.

Da allora, si è mantenuto attivamente aperto alle opportunità di condurre delle serie di ulteriori esperimenti nei quali poter esaminare questa condizione.

Così, nel dicembre 2007, una serie di sessioni sperimentali di analisi fu realizzata con l'elettroencefalogramma, aventi il presente autore e Nanci Trivellato quali soggetti dello sperimento, effettuato nel laboratorio di neuroscienze della città di Natal, nello stato del Rio Grande do Norte, in Brasile. Tali esperimenti si focalizzarono nella registrazione dell'attività cerebrale mediante EEG digitale, durante la produzione di Stati Vibrazionali (SVi) e di proiezioni parziali.



Un altro fattore che ha motivato la continuazione di questa linea di studio fu la ricerca effettuata attraverso le valutazioni bioenergetiche degli studenti partecipanti al corso *Meta: Desperticidade* (Meta: Disperticità), offerto dal presente autore in collaborazione con Nanci Trivellato, sin dal 2003, presso l'*International Academy of Consciousness* (IAC). Tali valutazioni hanno portato ad osservazioni, scoperte e ulteriori interrogativi sullo SV, generando nuove ipotesi e consentendo il perfezionamento del protocollo di ricerca presentato in questo articolo.

Nel corso di una conferenza tenuta a Belo Horizonte, Minas Gerais, in Brasile, nel mese di agosto 2008, durante il IV Congresso internazionale di Coscienziologia e Proieziologia (IIPC), l'autore ha avuto l'opportunità di formulare osservazioni originali sulle possibilità di indagine di tale protocollo, così come su alcuni risultati informali preliminari della ricerca svolta fino a quel momento.

Obiettivi del presente articolo

Il presente lavoro intende proporre un protocollo attuabile e replicabile per la ricerca sullo SV, sulla base delle tecnologie e conoscenze attualmente disponibili. Inoltre, si propone di stabilire ipotesi, teorie, e possibili applicazioni future inerenti a questa linea di studio.

L'eventuale successo di questo approccio potrebbe aprire la strada a studi analoghi, dimostrando che la ricerca di certi fenomeni coscienziali, fino ad oggi considerati soggettivi, o al di là della sfera di analisi intrafisica, sarebbe fattibile e praticabile con i metodi e le tecniche intrafisiche più convenzionali. Oltre a certificare questo approccio metodologico, tale dimostrazione di fattibilità e praticabilità potrà certamente stimolare studi più completi ed elaborati, di altri fenomeni coscienziali e parapsichici, o non puramente fisici.

Si discuterà in questo articolo anche dei dati e risultati preliminari, informali e qualitativi, delle due sessioni

sperimentali precedentemente menzionate, già realizzate dall'autore, che dimostrano la validità delle ipotesi e la praticabilità della ricerca e protocollo presentati.

L'ultima sezione di questo documento presenta alcune possibili applicazioni utili che conseguono da una conoscenza più approfondita del fenomeno dello SV, oltre che dal perfezionamento delle tecniche di ricerca presentate nel presente articolo, compresa la loro applicazione ad altri fenomeni coscienziali, siano essi più direttamente legati alla bioenergia o meno.

In questo lavoro, salvo diversamente espresso, le analisi e considerazioni presentate si applicano primariamente alla coscienza intrafisica (coscin).

Nell'ambito della Coscienziologia, la presente ricerca si inserisce nelle seguenti specialità, nel seguente ordine:

- Parafisiologia
- Energosomatica
- Esperimentologia

BASI DELLA PRESENTE RICERCA

Ipotesi

Basandosi sul Paradigma Coscienziale, la presente ricerca si fonda su tre ipotesi di base:

1. La bioenergia è reale e oggettiva.
2. Lo SV è un fenomeno oggettivo e non si tratta unicamente di immaginazione, illusione o allucinazione sensoriale da parte del praticante.
3. Lo SV è accompagnato da cambiamenti rilevabili nel cervello umano e può produrre in esso alterazioni (alcune temporanee, altre forse più permanenti).

Sulla base della conoscenza specifica oggi disponibile sullo SV, che è ancora relativamente limitata, considerando l'assenza

di una ricerca sistematica su questo fenomeno, fino a questo momento, non è ancora noto se esistano SVi, di alta intensità, che non producano alcun livello di ripercussione nel soma, o se tutti gli SVi intensi si ripercuotano su quest'ultimo.

Tra i numerosi tipi e le ripercussioni sperimentate per lo SV, si suppone che alcuni SVi produrranno un effetto maggiore sul soma, mentre altri concentreranno i loro effetti più direttamente sull'energosoma o, forse, su veicoli ancora più sottili. Pertanto, si anticipa che vi sono SVi che non produrranno alcun effetto somatico (o, più probabilmente, che produrranno effetti somatici molto ridotti) registrabile dalle apparecchiature tecnologiche di monitoraggio fisiologico o neurologico attualmente esistenti.

Così, questa ricerca si concentra sullo studio degli SVi i cui effetti raggiungono il corpo fisico, i quali, come tutto sembra indicare, sono la maggioranza, considerando che lo SV ha luogo primariamente nell'energosoma e che questo corpo energetico agisce come un'interfaccia della coscienza con il corpo fisico.

Un ulteriore aspetto che suggerisce che le occorrenze di ripercussione somatica dello SV siano una condizione comune, è l'osservazione (a partire dalle esperienze personali dell'autore e descritte anche da altre persone) che la grande maggioranza degli SVi sperimentati dalla coscienza, quando in coincidenza con il corpo fisico, sono percepiti anche nel corpo fisico, o perlomeno come sensazioni fisiche (probabilmente, per gli individui meno sensibili all'energia, questi verranno percepiti principalmente *nel* e *dal* corpo fisico). Questo fatto ci porta al presupposto logico che, dal momento che le sensazioni e – perlomeno alcuni – effetti energosomatici si manifestano frequentemente (e, a volte, intensamente) nel soma, lo SV probabilmente produce anche dei cambiamenti nel soma che sarà possibile registrare.

Possibili benefici

Lo sviluppo di studi sperimentali in questo campo è di sicuro valore, in quanto consentirebbe di promuovere, tra le altre cose, i seguenti possibili importanti risultati e scoperte:

- Individuazione, classificazione e catalogazione degli effetti neurologici provocati dallo SV, o concomitanti ad esso (come da ipotesi 3, di cui sopra);
- Caratterizzazione dello SV in quanto stato distinto da altri stati neurologici o coscienziali;
- Raccolta di dati e risultati per una migliore comprensione dello SV in quanto tale;
- Dimostrazione dello SV come fenomeno energetico reale e oggettivo (come da ipotesi 2, di cui sopra);
- Migliore comprensione dei processi e dei fattori coinvolti nello sviluppo e nell'installazione effettiva dello SV, che consentano la creazione di metodi pedagogici più efficaci e descrizioni più accurate, in grado di promuovere un maggiore autocontrollo energetico nella popolazione dei praticanti della tecnica dello SV;
- Migliore comprensione di alcuni dei meccanismi dell'interfaccia energosoma-soma e paracervello-cervello (*hard problem of consciousness*);
- Raccolta di un maggior numero di evidenze a sostegno della teoria dell'obiettività della bioenergia (nota anche come *prana*, *chi*, *orgone*, *energia vitale*, tra le molte altre espressioni), in grado di stimolare nuove aree di ricerca (di diversa natura interdisciplinare) e l'approfondimento dello studio teorico e pratico (teatico) della coscienza (come da ipotesi 1, di cui sopra);
- Sviluppo di nuove applicazioni pratiche per lo SV, tra cui anche Consenzioterapiche.

Questa ricerca aiuterà anche nella definizione (attraverso comparazioni e analisi multiple) di una classificazione degli SVi, secondo il loro livello di azione sul soma e, di conseguenza, secondo i tipi e le intensità delle ripercussioni sull'energosoma e sugli altri veicoli di manifestazione, oltre ad altri criteri non ancora identificati.

Una volta che si sarà fatto un passo avanti nella comprensione delle caratteristiche dello SV e della sua tassonomia, saremo in

grado di identificare altre forme di studio e di procedere a verifiche più dettagliate e mirate, a seconda della tipologia specifica di SV.

Ragioni per la scelta dello Stato Vibrazionale

La Coscienziologia abbraccia una vasta gamma di fenomeni coscienziali parapsichici multidimensionali (meglio noti in alcuni campi come fenomeni paranormali, psichici o spirituali).

Tra i fenomeni descritti dalla Coscienziologia, la scelta dello SV quale oggetto di studio principale in questa indagine, è dovuta ai seguenti fattori:

1. Universalità. Anche se relativamente raro, lo SV è un fenomeno umano abbastanza universale, essendo stato sperimentato e descritto da numerose persone, indipendentemente da sesso, età, nazionalità, livello di scolarizzazione, religione o cultura [VIE, 1999]. Inoltre, l'esistenza di testimonianze sullo SV, nel corso di molti secoli, riduce significativamente la validità di ogni tesi di confutazione che lo ritenesse il frutto di una mera "suggestione" originata dall'influenza dei media o dalla lettura di libri sul tema. Pertanto, lo SV si rivela essere un fenomeno reale, detentore di casistica e di evidenze che gli conferiscono il merito di poter essere studiato con la dovuta serietà.

2. Somaticità. L'esperienza personale dello SV produce, non di rado, sensazioni (e, probabilmente, ripercussioni) così ostensive e palpabili che inducono lo sperimentatore inesperto a dedurre che il proprio SV (o i suoi effetti) sia visibile a uno spettatore comune, e che quindi sia manifesto al livello del soma e osservabile per mezzo della comune vista intrafisica. L'universalità del fatto che la prima reazione dello sperimentatore è quella di concludere che il soma sia chiaramente coinvolto nel fenomeno sperimentato, rafforza l'ipotesi che il soma subisca ripercussioni quando sottoposto allo SV. Tra i tanti sistemi fisiologici possibili che potrebbero essere indagati, logicamente la parte più sofisticata e complessa

del corpo, il cervello, appare come il miglior candidato.

Secondo le osservazioni empiriche dell'autore, a partire dalle sue esperienze personali, e in concordanza con i resoconti di migliaia di persone, raccolti durante i corsi e le conferenze di Coscienziologia, da lui tenuti sin dal 1982, oltre che dai risultati preliminari dell'indagine internazionale sulle esperienze fuori del corpo (OBE – Out of Body Experiences), in corso dal 1998 (che accumula attualmente le risposte di oltre 9'000 partecipanti di diversi paesi), si può dedurre che lo SV è, forse, uno dei fenomeni coscienziali che più si ripercuotono sul soma [ALE & TRI 1999]. Tale conclusione è inoltre supportata da un'analisi della letteratura specializzata. Considerando questi aspetti, l'individuazione dei componenti somatici dello SV potrebbe essere resa più facile in virtù delle sue caratteristiche e tipo di ripercussioni generate.

3. Accessibilità. Distinto da molti altri fenomeni coscienziali, lo SV può essere appreso, praticato, prodotto e ripetuto volontariamente, in ogni momento, con relativa facilità, richiedendo soltanto allenamento, decisione da parte del praticante e applicazione di una ferma volontà. Tale condizione non si riscontra allo stesso modo con altri fenomeni coscienziali più complessi, come, per esempio, la cosmocoscienza o la precognizione. Questo fatto dimostra che, anche se lo SV è un fenomeno bioenergetico, la sua praticabilità e replicabilità consentono di definire un universo di candidati partecipanti alla ricerca sufficientemente ampio, tale da consentire l'ottenimento di risultati e scoperte insperati e l'ottenimento di modelli più universali, contribuendo così a conferire maggiore fiducia e significato ai risultati raggiunti.

4. Parafisiologia. La conoscenza più approfondita e dettagliata degli effetti dello SV è in grado di dimostrare ed elucidare i meccanismi della prima “gettata” del ponte fisico-extrafisico: l'interfaccia soma-energosoma (le successive “gettate” essendo riferite alle seguenti interfacce: energosoma-psicosoma e psicosoma-mentalsoma). Tale conoscenza contribuirà a raggiungere una più profonda comprensione della

relazione tra i diversi veicoli di manifestazione della coscienza, i loro meccanismi di coesistenza e le rispettive fisiologie. Queste informazioni potranno, pertanto, fornire validi *insights* su come la coscienza interagisce con il soma e lo controlla, fornendo ausili autoevolutivi, dal momento che il controllo cosciente dell'interazione bioenergia-soma è una tappa essenziale nel meccanismo di manifestazione lucida della coscienza.

LO STATO VIBRAZIONALE

Per una migliore comprensione dei punti discussi in questo lavoro, specialmente per coloro che non hanno molta conoscenza del soggetto o sono senza esperienza pratica dello SV, vale la pena presentare una raccolta sintetica di dati su questo fenomeno. Questo contribuirà anche a una migliore comprensione dei criteri di base del protocollo di ricerca che verrà presentato in seguito.

Caratterizzazione

Lo SV viene abitualmente descritto da coloro che lo sperimentano come una forte e insolita vibrazione (non meccanica), in tutto il corpo, che si verifica più spesso in associazione con il sonno, e più esattamente durante le fasi ipnagogica ed ipnopompica.

Un elemento caratteristico dei resoconti dello SV è la descrizione della sensazione di come se le cellule, molecole e atomi del corpo fossero ad un alto livello di oscillazione frenetica, ma in un tutto coeso, o all'unisono.

Tra le espressioni comuni più frequenti, ma nondimeno evocatrici, utilizzate nel descrivere lo SV, possiamo citare le seguenti: vibrazione piacevole; formicolio generalizzato; choc elettrico indolore; forza o potere interiore; onde rimbombanti; elettricità statica interna; brividi interni; incandescenza energetica; aura magica; gelo interno piacevole; effervescenza, ecc.

In alcuni casi, lo SV si manifesta in associazione a fosfeni, acufeni (tinnitus) e anche a catalessi proiettiva. Considerando che la grande maggioranza degli SVi vissuti da persone che non conoscono il fenomeno avvengono in modo spontaneo, molti ne rimangono sorpresi, e alcuni riferiscono, in alcuni casi, di aver provato paura in relazione all'evento.

Tipi

Oltre alla sua forma spontanea, lo SV può essere provocato da diversi fattori (per esempio, proiezione cosciente, prossimità di coscienze extrafisiche, azione di energie immanenti intense su soggetti predisposti al fenomeno, ecc).

Lo SV può altresì manifestarsi in modo volontario, a partire da diverse tecniche, come certe forme di esercizi respiratori (tra cui possiamo distinguere il *bhastrika pranayama* dello Yoga) e, principalmente, attraverso la tecnica coscienziologica, classicamente denominata di circolazione chiusa delle energie (o mobilitazione chiusa delle energie), definita da Trivellato, in modo più obiettivo ed univoco, di oscillazione longitudinale volontaria energetica (OLVE¹).

Gli SVi possono variare a seconda della loro intensità, diffusione nel corpo, grado di sottigliezza o di grossolanità, dei veicoli di manifestazione della coscienza che sono interessati, tra gli altri criteri.

Pseudo-SVi

Non di rado, a causa di un'insufficiente conoscenza della tecnica e dei suoi meccanismi, così come per l'ansia e l'autocorruzione (principalmente pigrizia), molti praticanti sviluppano approcci che conducono a stati che non si allineano

¹ Oscillazione Longitudinale Volontaria delle Energie – presentata da Trivellato nel corso del 2° Simposio Internazionale di Ricerca Coscienziologica, tenutosi nel Campus della IAC, in Portogallo, nell'ottobre del 2008.

con le caratteristiche di un reale SV.

Dall'esperienza personale dell'autore e dalla sua attività come insegnante di Coscienziologia sin dal 1987, gli fu possibile individuare diverse forme di pseudo-SVi. Tuttavia, possiamo evidenziare tra queste lo *stato tensionale*: si tratta, sostanzialmente, di quando un individuo contrae la propria muscolatura, più o meno intensamente, fino a sentire una forma di vibrazione nel corpo, un'agitazione interiore o un "calore" piacevole. È molto comune la contrazione, quasi istintiva, del perineo. Ci sono casi in cui l'individuo raggiunge lo stato "trepidazionale", quando è possibile osservare nel corpo la manifestazione di tremori, contrazioni muscolari e spasmi (mioclonie).

In altre situazioni (purtroppo non rare), l'individuo cerca delle scorciatoie e dei modi per accelerare l'installazione dello SV, promuovendo un livello inaccettabile di compromissione della qualità della tecnica. Per esempio, ci sono casi in cui, dopo appena alcuni secondi di concentrazione e pochi respiri profondi il praticante annuncia di avere già raggiunto lo SV quando, tutto ciò che ha fatto, è stato concentrarsi su sé stesso e divenire più cosciente delle proprie sensazioni fisiologiche abituali e, forse, bioenergetiche.

Tecnica

L'OLVE di base può essere descritta in maniera diretta e didattica nel modo seguente:

1. Rimanendo preferibilmente con il corpo rettilineo (sdraiati o in piedi), creare e muovere lentamente un'onda di energia, per mezzo della propria volontà determinata, dalla testa ai piedi (poli delimitatori). Non usare l'immaginazione o la visualizzazione. *Nota*: se il corpo si trova in posizione seduta, o in altra posizione non rettilinea, l'energia dovrà seguire la posizione somatica, garantendo il suo passaggio all'"interno del corpo".
2. Non appena l'onda di energia, sempre sotto il comando ferreo della propria volontà, raggiunge i piedi, invertire

- il senso di marcia, muovendola verso l'alto, fino a raggiungere la cima della testa, sempre percorrendo con attenzione e acuità di percezione tutto il tragitto.
3. Quando l'onda raggiunge la testa, invertire nuovamente il senso del suo spostamento, muovendola ora verso il basso.
 4. Mantenere questo movimento armonico semplice, ritmico e ripetitivo, con l'onda energetica che continuamente sale e scende, sempre sotto il comando della propria volontà. Lo spostamento deve essere lento, continuo e morbido, ovvero, senza salti, scatti o cambiamenti repentini.
 5. Durante tutto il tempo, cercare di percepire il percorso completo, rilevando i blocchi energetici, che sono di solito percepiti come regioni energeticamente "morte" (senza sensazioni) oppure che oppongono resistenza al flusso di energia. Cercare sempre di vincere questi blocchi, inducendo l'energia ad attraversarli.
 6. Considerare l'intera procedura come una *vera movimentazione di energia reale*, anche se inizialmente non siete in grado di percepirla. La capacità di sentirla si svilupperà col tempo.
 7. Evitando sempre ogni ricorso all'immaginazione o visualizzazione, cercare di raggiungere un regime stabile e nitido di mobilitazione delle energie. Mantenerlo per un certo tempo. Nel contempo, sforzarsi di intensificare, gradualmente, l'onda energetica (ossia, renderla più vigorosa). Evitare, ad ogni costo, movimenti fisici non necessari, tensioni o contrazioni muscolari.
 8. Quindi, provare, poco a poco, ad accelerare l'onda. È comune che nel corso dell'accelerazione si verifichi una riduzione di intensità dell'onda energetica, così come una perdita del suo ritmo e cadenza. Se questo accade, ricominciare tutto il processo. Ripeterlo tante volte quanto è necessario, nei limiti del tempo a disposizione. Col tempo, sarà possibile conseguire delle intensità e ve-

locità ogni volta più elevate, senza perdere il ritmo, la coordinazione, o sincronismo del movimento.

9. Quando sarete in grado di ottenere una sufficiente accelerazione ed intensificazione, comincerete a sentire delle scariche di vibrazioni in tutto il corpo, inizialmente molto brevi, disgiunte e disperse, le quali, poco a poco, diverranno maggiormente coese, ampie ed intense.
10. Raggiungerete così, un giorno, il punto in cui avvertirete un'improvvisa reazione a catena di vibrazioni intense, il più delle volte autosostenute, che pervaderanno tutto il corpo. A questo punto, quale conseguenza dell'intensificazione esponenziale o esplosiva delle energie, percepirete il corpo tal quale a una turbina, o generatore, vibrante e ronzante come se attraversato da "milioni di volt di corrente elettrica".

Nota: Lo SV, quando adeguatamente raggiunto, non aumenta la frequenza cardiaca, non eleva la pressione arteriosa, non causa contrazioni muscolari spasmodiche, non aumenta la temperatura corporea e non produce rossori nel praticante.

È necessario evidenziare che solitamente sono richiesti alcuni anni di pratica giornaliera prima di poter raggiungere degli stati vibrazionali completi, intensi, a qualunque ora, in qualunque luogo, indipendentemente da ogni altro fattore (interno o esterno) che non sia la volontà ferma del praticante.

Concettualizzazione

Sebbene si conosca ancora molto poco sui meccanismi fisiologici e para fisiologici dello SV (una lacuna che si intende colmare, perlomeno in parte, con il presente studio), questo può essere inteso come una risonanza, espansione o attivazione profonda e intensa di tutta la struttura olosomatica e delle sue energie. Nel caso delle coscin (coscienze intrafisiche), predomina l'attivazione dell'energосoma, inclusi i meridiani (nadis), i punti energetici (dell'agopuntura) e i chakra. Nel caso delle cosciex (coscienze extrafisiche), è predominante

l'attivazione del psicosoma.

Tali risonanze sembrano causare o essere il risultato di un allineamento o coerenza di diverse onde, sistemi e regimi naturali di oscillazione delle bioenergie. Molte volte questa risonanza promuove o, perlomeno, facilita il rilascio del psicosoma, potendo provocare delle proiezioni coscienti. Altre volte lo SV sembra essere proprio il risultato di un certo grado di discoincidenza dei veicoli di manifestazione della coscienza.

L'esperienza e la casistica studiata dimostrano che alcune persone sono più inclini di altre nel manifestare degli SVi spontanei. Nel caso degli SVi provocati, alcune persone necessitano di relativamente poco tempo per dominare la dinamica della sua genesi, mentre la maggior parte provano molta difficoltà nel provocarlo e sperimentarlo.

Dal punto di vista della coscienzialità, sembra che questa variazione nel grado di suscettibilità o predisposizione naturale nella comparsa degli SVi dipenda dall'avere o meno passato la seconda dissoma (disattivazione somatica) durante l'ultimo periodo intermissivo della coscienza, così come dalla qualità della propria pensenità, disparticita relativa, tra gli altri fattori. La ricerca proposta in questo lavoro permetterà forse una migliore comprensione dei fattori fisiologici coinvolti in questo grado di suscettibilità energetica.

Analogia

Il regime di funzionamento, i meccanismi e la genesi dello SV ricordano molto i concetti e il funzionamento delle cavità risonanti e, più esattamente, del laser. In particolar modo quando si considera la tecnica OLVE precedentemente descritta, lo SV assomiglia al classico laser a rubino cilindrico, con le due superfici estreme riflettenti (una totalmente e l'altra solo parzialmente), dove la luce si riflette e si propaga innumerevoli volte nel cristallo, stimolando la produzione di ulteriore luce della stessa frequenza, fase e piano di polarizzazione, creando così uno schema di luce coerente.

Analogamente, nel caso dell'esecuzione dell'OLVE, il

movimento volontario ciclico dell'energia su e giù all'interno del corpo, sembra altresì in grado di stimolare ulteriormente la "liberazione" (trasformazione) di bioenergia. Con l'aumento della frequenza (associata alla velocità crescente del movimento di salita e discesa) combinata con l'incremento della quantità di energia libera in movimento, viene ad innescarsi una forma di reazione a catena, il più delle volte autosostenuta, che viene percepita dallo sperimentatore come SV.

Seguendo questa stessa analogia, non si conosce, nel caso dello SV, l'equivalente del meccanismo di pompaggio (*pumping*) del laser. Probabilmente si tratta di una certa forma di azione delle energie del mentalsoma.

Paracervello

Se ammettiamo che lo SV sia uno stato o regime energetico oggettivo avente luogo nell'energoma, arriviamo alla conclusione logica che lo stesso non possa essere provocato o controllato solo dal cervello fisico (la cui azione è circoscritta al corpo fisico).

Si suppone quindi che il paracervello sia il centro effettivo di comando iniziale di tale azione coscienziale. Questa supposizione è supportata dal fatto che è possibile installare lo SV anche durante una proiezione cosciente del psicosoma, ossia, senza la presenza del corpo e cervello fisico.

Nei modelli della Coscienziologia si suppone che ogni azione volontaria provenga dalla coscienza, passando per il mentalsoma e per il paracervello. Così, nel caso delle azioni fisiche, il comando proveniente dal paracervello viene ricevuto, tradotto e adattato alla fisiologia animale, con la mediazione dell'energoma, risultando nell'azione somatica.

Nel caso dello SV, la maggior parte del comando in provenienza dal paracervello raggiunge (o dovrebbe raggiungere) unicamente l'energoma, producendo così le azioni energosomatiche, o effetti bioenergetici.

L'ipotesi centrale di questo lavoro è che una certa percentuale di questo comando del paracervello, o le energie che vengono

attivate tramite lo SV, producono un'eco nel cervello fisico. Come discusso precedentemente, considerato il fatto che possiamo percepire lo SV fisicamente e che viene generato mentre siamo nel corpo fisico, dovrebbe esserci una "eco neurologica" associata allo stesso.

Parapsicomotricità

Un'analisi attenta della tecnica dell'OLVE rivela che, per quanto semplice nei suoi procedimenti, essa richiede lo sviluppo di una forma specifica e specializzata di coordinazione motoria, o, più appropriatamente, una parapsicomotricità, dal momento che interessa il paracervello e le azioni volontarie della coscienza su altri veicoli oltre al soma.

La complessità origina dalla necessità di applicazione concomitante e sinergica delle sue direttive spaziali (direzione, senso e completezza), temporali (frequenza, ritmo, sincronizzazione, e accelerazione) e energetiche (percezione dell'energia per il necessario *feedback* di controllo, aumento della quantità di energia, superamento dei blocchi energetici, incremento della fluidità dell'energia, e aumento della profondità dimensionale).

Come in ogni altro tipo di psicomotricità, lo sviluppo di tale capacità richiede tempo, ripetizione e pratica.

Benefici

Tra i benefici osservati con la pratica dello SV, sia in modo immediato che quando ripetuta molte volte nel corso del tempo, possiamo sottolineare: sblocco energetico in generale; intensificazione delle energie dell'energosoma; alleviamento o cura di malattie o problemi di salute di maggiore o minore gravità; attivazione e sviluppo dei chakra; aumento del grado di parapsichismo; stimolo e facilitazione della proiettabilità, anche con uscita dal corpo lucida; crescita del livello di vigore energosomatico; disaccoppiamento aurico; disassimilazione simpatetica; auto-igienizzazione energetica; miglioramento

dell'immunità e profilassi pensenica; autodifesa energetica maggiormente stabile o permanente; e aumento del livello di disperticità.

Per quanto attiene all'utilizzo dello SV al di là della manifestazione nella dimensione fisica, includiamo la possibilità per la coscienza, quando proiettata nel psicosoma o quando extrafisica, di utilizzare lo SV extrafisico come risorsa per cambiare di dimensione.

METODOLOGIA

Le ripercussioni somatiche e interveicolari dello SV possono essere studiate secondo diversi criteri. L'ideale sarebbe poterlo fare attraverso una tecnologia bioenergetica avanzata che permetta la rilevazione e misura diretta delle energie dello SV. Questa tecnologia però ancora non esiste.

Quindi, per consentire un esame più obiettivo degli effetti dello SV e il confronto sistematico dei risultati, il metodo più efficace e consistente sembra essere quello della registrazione delle alterazioni neurofisiologiche del praticante, mediante le tecnologie di analisi delle funzioni neurali o neurologiche oggi disponibili. Questo metodo consente inoltre la replicabilità della ricerca da parte di ricercatori indipendenti (non legati alla Coscienziologia, o che non hanno mai percepito o prodotto uno stato vibrazionale).

Pertanto, questo protocollo di studio fa uso di risorse esplorative comuni nei laboratori di analisi neurologica, con particolare riguardo per l'EEG e fMRI².

È importante menzionare che esistono altre forme di studio dello SV e dell'interfaccia veicolare della coscienza, ma queste sono di natura meno obiettiva.

La possibilità di realizzare un'analisi comparativa (*cross-analysis*) dei risultati finali del presente studio con i risultati di

² Sigla, in inglese, per *functional Magnetic Resonance Imaging* (risonanza magnetica funzionale).

ricerche simili (aventi il medesimo obiettivo, tuttavia, condotte con diverse metodologie quali, ad esempio, la ricerca promossa durante il corso “Meta: Dispercitità”) potrà rivelarsi interessante. Tale analisi comparativa permetterà di confermare la validità dei metodi applicati e dei risultati della ricerca, promuovendo, di conseguenza, la generazione di nuove ipotesi di ricerca e l’ideazione di differenti linee di indagine.

Tecniche sperimentali di raccolta dei dati

Tra le diverse risorse oggi disponibili per l’analisi in tempo reale del funzionamento del cervello, abbiamo selezionato le due tecniche seguenti, in funzione delle loro caratteristiche. Tenendo conto dei pro e contro di tali tecniche, l’ideale sarebbe che entrambe siano usate in modo complementare.

1. EEG (ElettroEncefaloGrafia o Elettroencefalografo)

È il metodo più semplice, accessibile ed economico, che permette la migliore risoluzione temporale della dinamica cerebrale. Consiste nella registrazione, quasi sempre al livello del cuoio capelluto, dell’attività elettrica del cervello, o più esattamente della somma dei potenziali elettrici di grossi gruppi di neuroni.

Essendo una tecnica storica, permette il confronto dei nuovi risultati con i diversi altri studi che sono già stati accumulati, approfonditi, analizzati, catalogati e caratterizzati nel corso di numerose decadi (ad esempio, modelli di onde cerebrali, aritmie cerebrali, epilessia, studio del sonno, ecc).

Se paragonata alla fMRI, e dal punto di vista delle condizioni del soggetto studiato, possiede numerosi vantaggi: minore sensibilità ai movimenti fisici; minor livello di rumore sonoro; e minor incidenza di episodi di claustrofobia da parte del soggetto partecipante – fattori che in alcuni casi potrebbero introdurre numerose variabili non controllabili nell’esperimento.

Con la disponibilità dell’attuale versione digitale dell’EEG, la registrazione, stoccaggio, e posteriore trattamento e analisi dei

dati, mediante applicazioni specializzate, risultano molto facilitate e approfondite.

2. fMRI (Imaging a Risonanza Magnetica funzionale)

È un metodo più moderno, costoso e meno accessibile, che consente una migliore risoluzione spaziale. Permette una localizzazione più diretta, precisa e immediata delle aree cerebrali coinvolte nei processi e fenomeni studiati. Pertanto, consente l'osservazione visiva, in modo dinamico, delle occorrenze neurologico-cerebrali delle diverse funzioni e aree encefaliche.

Un vantaggio supplementare, se paragonata all'EEG, è l'eliminazione del disagio causato dalla presenza degli elettrodi incollati alla pelle e al cuoio capelluto.

Protocollo della sperimentazione

In accordo con quanto sopra discusso, il protocollo qui presentato si applica sia all'EEG che al fMRI, poiché entrambi vengono impiegati come strumenti di acquisizione dei dati.

Il procedimento tecnico per l'ottenimento e l'installazione dello SV (mediante la tecnica dell'OLVE) presenta una certa complessità per quanto attiene all'applicazione dei diversi comandi mentali e la loro sincronia, se paragonato ad altre azioni più semplici, come muovere un dito o vedere una luce colorata. Per questa ragione, considerando i vizi o le cattive abitudini procedurali espresse da molti dei praticanti della tecnica dello SV, riteniamo necessario stabilire un protocollo rigoroso che permetta di isolare, e successivamente rimuovere, questi altri fattori che interferiscono con il "puro" SV. Altrimenti, tali fattori potrebbero finire col falsare i risultati della ricerca.

Il protocollo qui di seguito presentato, è organizzato in fasi e stadi che consentono l'isolamento dell'esecuzione della tecnica per l'ottenimento dello SV, dalle sue deviazioni pratiche e, altresì, dallo SV come fenomeno in quanto tale. Queste fasi e

stadi dovranno essere eseguiti indipendentemente dalla tecnica di analisi adottata (EEG o fMRI).

Quello che si propone, dunque, è la registrazione della dinamica cerebrale del soggetto-partecipante nel corso dei diversi “modi” di operare stabiliti nelle diverse fasi e stadi qui di seguito indicati, che dovranno essere eseguiti volontariamente dal praticante, onde consentire la loro misurazione in studi successivi. Ognuno di questi stadi o modi di operare dovrà essere analizzata con lo stesso livello di dettaglio e precisione.

La registrazione e analisi dell’attività cerebrale in alcuni stadi qui di seguito descritti (apparentemente scollegati dall’obiettivo dell’esperimento) hanno lo scopo di funzionare come riferimento di “controllo” nell’esperimento, in quanto consentiranno il confronto di questi risultati con le registrazioni ottenute dall’applicazione volontaria e corretta dell’OLVE e la possibile installazione dello SV con grande intensità.

I procedimenti pratici, o “modi di operare”, che devono essere eseguiti dal soggetto-partecipante si dividono nelle seguenti fasi, e rispettivi stadi:

Fase 1

Obiettivi generali: ottenere i primi risultati; caratterizzare neurologicamente lo SV al fine di orientare le fasi successive; perfezionare procedimenti e tecniche di acquisizione dei dati; delimitare l’universo di possibilità; testare le ipotesi.

Soggetti: individui in possesso di un alto livello di controllo dello SV, scelti accuratamente.

Universo: 5 soggetti.

Strategia: 5 sessioni iniziali di acquisizione dati (in giorni diversi e, se possibile, distanziati) e analisi completa dei risultati per ogni soggetto. Ripetizione degli esperimenti a seconda dei risultati, necessità o deviazioni riscontrate.

Stadi:

1. Produzione *solamente* dello stato di rilassamento somatico e mentale;
2. Realizzazione *solamente* di inspirazione ed espirazione ritmica, cosciente e volontaria (lentamente in principio e poi con la sua accelerazione graduale);
3. Realizzazione *solamente* del movimento su e giù degli occhi (lentamente in principio e poi con la sua accelerazione graduale);
4. *Solamente* la visualizzazione del movimento di energia, ossia, senza di fatto realizzare il movimento energetico volontario (lentamente in principio e poi con la sua accelerazione graduale);
5. *Solamente* la scansione dell'attenzione e del focus percettivo lungo il soma (lentamente in principio e poi con la sua accelerazione graduale). In questo caso il praticante cercherà di concentrarsi esclusivamente sull'esistenza della parte del suo corpo che è sotto il focus della sua attenzione; focus che si muoverà continuamente e ciclicamente su e giù lungo il suo corpo (dai piedi alla testa e vice versa).
6. *Solamente* la mobilitazione dell'energia, ossia, esercitare un'azione morbida per la mobilitazione delle energie senza, tuttavia, raggiungere il livello di attivazione energosomatica che provoca l'installazione dello SV (le energie devono essere mobilitate lentamente in principio e in seguito con un'accelerazione graduale).
7. Installazione effettiva dello SV mediante una corretta e vigorosa applicazione dell'OLVE.

Gli stadi di sperimentazione e analisi qui sopra descritti rendono possibile l'esecuzione della strategia di base, che prevede di sottrarre dall'insieme di dati relativi allo *Stadio 7* i segnali ottenuti negli stadi precedenti, determinando in questo modo il profilo dello SV in quanto tale, separando la sua "firma" neurologica dagli altri processi cerebrali concomitanti, siano essi naturali o derivati dall'applicazione della tecnica.

Anche se la procedura descritta nello *Stadio 1* non è necessaria per la produzione dello SV (pur non essendo controproducente), la sua registrazione e studio sono essenziali al fine di stabilire una *baseline*, ossia, la condizione neurologica basica di riposo specifica e caratteristica di ogni partecipante. Questa condizione basica di riposo sarà un riferimento importante per le analisi e i confronti successivi.

I passi descritti negli *Stadi 2 a 6*, hanno lo scopo di simulare una pseudo esecuzione o esecuzione parziale della tecnica di installazione dello SV, e sono stati inseriti tenendo in considerazione anche le abitudini (alcune delle quali improprie) comuni nell'applicazione della tecnica. Le ragioni per questo inserimento verranno meglio dettagliate in seguito. Ovviamente, i dati ottenuti in questi stadi rappresentano qualcosa di più che un semplice "rumore da eliminare", poiché l'analisi accurata degli stessi può condurre a una migliore comprensione dei meccanismi della tecnica dell'OLVE e dei fattori pro e contro nell'ottenimento dello SV. Oltre a questo, consentiranno di verificare con maggiore chiarezza l'influenza o meno di questi procedimenti somatici o mentali sull'OLVE e sullo SV.

Più esattamente, le azioni degli *Stadi 2 e 3* (più meccaniche) non sono desiderabili per una corretta ed efficiente installazione dello SV. Tuttavia, essendo estremamente comuni tra i praticanti alle prime armi e molti veterani, vanno registrate, sia per la loro sottrazione dai dati ottenuti nello *Stadio 6*, quando applicabile, sia per il loro confronto analitico con il procedimento considerato corretto.

I procedimenti descritti negli *Stadi 4 e 5* (più mentali) sono presumibilmente indissociabili dal procedimento corretto, per quanto più complesso, eseguito allo *Stadio 6*. La conoscenza del comportamento cerebrale durante l'esecuzione di questi due stadi permetterà di identificare cosa realmente accade, in termini bioenergetici, durante gli *Stadi 6 e 7*. Questo potrà essere fatto mediante il confronto di questi segnali oltre che mediante la loro eliminazione dall'insieme di dati relativi agli ultimi stadi (6 e 7). Un altro aspetto è lo studio di quanto gli *Stadi 4 e 5* partecipano al procedimento corretto, nei diversi soggetti.

Come in molti esperimenti di questi tipo, l'utilizzo di un interfono tra il locale dell'esperimento e quello dove si trovano i ricercatori e gli strumenti di registrazione faciliterebbe ed arricchirebbe molto i risultati, in quanto permetterebbe, tra le altre possibilità, che il soggetto avvisi anticipatamente i ricercatori su ciò che si propone di fare o ciò che, secondo lui, è appena accaduto, o sta sperimentando in quel preciso istante.

L'utilizzo di un segnale audio che possa essere seguito dal praticante mentre esegue gli *Stadi 2 a 6*, e che possa essere introdotto anche in uno dei canali di acquisizione dei dati (in particolare con l'EEG, a ragione della sua migliore risoluzione temporale), permetterà una migliore precisione nell'analisi temporale e una migliore sincronizzazione nel confronto dei dati. Questo segnale audio verrebbe utilizzato come una sorta di metronomo, con lo scopo di sincronizzare il movimento delle energie. Per esempio, un tono puro vedrebbe la sua frequenza aumentare fino a raggiungere un tono superiore (aumento che il praticante assocerebbe a un movimento di energia verso l'alto), poi la sua frequenza diminuirebbe fino a raggiungere nuovamente il tono originale (diminuzione associata al movimento di energia verso il basso). In poco tempo il praticante adatterebbe la propria OLVE in modo da avere l'energia alla testa quando viene raggiunto il tono più alto (acuto) e avere l'energia ai piedi quando viene raggiunto il tono più basso (grave). Il tempo di spazzolamento verrebbe programmato facendo in modo che si riduca (aumentando la velocità dell'OLVE) secondo un'accelerazione che sia compatibile con la parapsicomotricità del soggetto.

Questa risorsa permetterà, tra le altre cose, le seguenti possibilità:

- Verificare cosa accade (neurologicamente) nel momento esatto dell'inversione del movimento energetico (ossia, alla testa/coronachakra o ai piedi/plantachakra).
- Paragonare le registrazioni del movimento energetico "verso l'alto" con il movimento "verso il basso". *Nota:* alcuni praticanti avvertono più facilmente o più nitida-

mente le energie quando si muovono in un determinato senso.

- Osservare il cambiamento dell'intensità di certi segnali in funzione della velocità del movimento bioenergetico. *Nota:* è comune nei praticanti dello SV descrivere la riduzione della sensazione dell'energia nella misura in cui la velocità cresce.
- Determinare la velocità alla quale il soggetto "perde" il sincronismo della coordinazione del ritmo nel corso dell'accelerazione della sua OLVE e osservare gli effetti neurologici di tale asincronia.
- Scoprire la localizzazione approssimativa dei probabili blocchi energetici, attraverso l'osservazione del momento in cui il segnale (principalmente dell'EEG, a ragione della sua migliore risoluzione temporale) presenta una variazione brusca (rispetto al regime più stabile dello stesso, fino a quel momento).

Per la caratterizzazione iniziale dello SV veritiero, e della corretta applicazione della tecnica OLVE, prevista durante la *Fase 1*, dovranno essere selezionati dei partecipanti che, sulla base di quanto appurato in interviste e misurazioni effettuate da valutatori bioenergetici confermati, siano effettivamente in grado di generare uno SV attraverso la propria volontà determinata e autocontrollo bioenergetico. Ciò permetterà di risparmiare tempo durante gli esperimenti ed eviterà l'accumulo di dati spuri che andrebbero a confondere le analisi successive.

Dopo la caratterizzazione del profilo dello SV e dell'OLVE reali, si dovranno condurre le analisi con altri candidati che semplicemente conoscono la tecnica OLVE e si valutano capaci di produrre lo SV, ossia, non necessariamente individui con grande abilità e controllo sull'OLVE e sullo SV. Questi dati serviranno anche come confronto e controllo della ricerca.

Fase 2

Obiettivi generali: testare ed espandere i risultati della *Fase 1*; trovare e consolidare i modelli (pattern) neurologici e somatici caratteristici dello SV.

Soggetti: Individui con un buon livello di controllo dello SV. Includere soggetti predisposti alla proiezione cosciente.

Universo: 10 soggetti.

Strategia: registrazione e studio degli SVi autoindotti in due sessioni (in giorni diversi e distanziati) per ogni soggetto. Questo studio dovrà essere condotto in base alla tabulazione dei risultati delle sessioni sperimentali con ogni persona, cercando poi anche il confronto con i risultati delle diverse persone e anche con i risultati ottenuti nella *Fase 1*. Per studiare gli SVi spontanei descritti qui di seguito, si realizzeranno tante sessioni quante necessarie.

Stadi:

1 a 7. Ripetere gli *Stadi 1 a 7* come descritti sopra.

8. Analisi dello SV spontaneo associato alla proiezione cosciente. In questo caso, i soggetti partecipanti dovranno rilassarsi profondamente e cercare di predisporre per una proiezione cosciente. Quando e se questo accadrà, il soggetto dovrà notificarlo ai ricercatori per mezzo dell'interfono, o azionare un bottone che permetterà la registrazione di quel particolare momento nell'acquisizione dei dati. Saranno probabilmente necessarie diverse sessioni per partecipante, affinché lo SV associato alla proiezione cosciente possa verificarsi. *Note:* 1. solamente in questo caso questa analisi specifica potrà essere realizzata, visto che dovrà essere analizzato sia lo SV spontaneo in quanto tale, sia il suo confronto con gli altri SVi autoprovocati dallo stesso soggetto e precedentemente registrati; 2. La tecnica proiettiva dovrà essere giudiziosamente scelta al fine di evitare interferenze o contaminazioni dei dati (esempio: non usare la tecnica di respirazione ritmica).

Fase 3

Obiettivi generali: generalizzare i modelli (pattern) dello SV al punto da riconoscere modelli più universali e rappresentativi dell'essere umano. Fare un'analisi critica di tecniche alternative per la produzione dello SV.

Soggetti: Conoscitori dell'OLVE che si considerano in grado di produrre lo SV.

Universo: 35 soggetti.

Strategia: una sessione di acquisizione dei dati con ciascuno dei soggetti. Analisi comparativa con i risultati delle *Fasi 1 e 2*.

Stadi:

1 a 7. Ripetere gli *Stadi 1 a 7* come descritti sopra.

9. Studio e installazione dello SV mediante tecniche alternative (diverse dall'OLVE), con successivo raffronto dei risultati con quelli relativi agli SVi ottenuti mediante l'OLVE, sia di questo gruppo che di quelli anteriori.

Fase 4

Obiettivi generali: rilevazione e studio degli effetti e modificazioni neurologiche più permanenti causate dallo SV.

Soggetti: precedentemente selezionati (campionamento casuale); e ugualmente persone senza alcuna esperienza anteriore con lo SV, sia spontaneo che provocato.

Universo: 10 soggetti.

Strategia: follow-up a lungo termine (studio longitudinale) mediante alcune sessioni di acquisizione dati con cadauno dei soggetti. I soggetti dovranno mantenere, idealmente, un allenamento giornaliero dello SV durante tutto il periodo di questa ricerca. Abbinare alla ricerca sperimentale interviste e questionari per l'individuazione dei dati e variabili che potrebbero interferire con lo SV (salute, lavoro, vita affettiva,

pratica di sport, uso di medicamenti, ecc.).

Periodicità: annuale.

Durata: 5 anni.

Stadi:

1 a 7. Ripetere gli *Stadi 1 a 7* come descritti sopra.

Domande e aspetti fenomenologici da indagare

Sebbene associazioni, teorie e progetti di esperimenti futuri, non previsti qui, andrebbero presentati solo dopo la conclusione finale di questa ricerca, è importante ricordare che lo scopo dello studio presentato in questo articolo è ampio e comprende la serie di temi e domande di ricerca qui di seguito elencati:

1. Quali tipi di onde cerebrali o comportamenti elettrici specifici sono associati allo SV? Esiste una qualche forma di associazione con le onde gamma? Sono presenti sincronizzazioni tra aree distinte?
2. Il comportamento elettrico associato allo SV sarebbe del cervello nel suo complesso o di regioni specifiche?
3. Quali sarebbero le aree cerebrali maggiormente attive durante la produzione dello SV? Qual è il grado di specificità di queste aree?
4. Quali sono le altre funzioni di queste aree? Tra queste, ci sarebbero alcune aree considerate fino ad oggi senza funzione specifica? Possiedono le ulteriori funzioni di queste aree una relazione diretta o indiretta con lo SV?
5. È lo SV associato a uno stato o condizione cerebrale specifica e particolare, vale a dire, uno stato sconosciuto o non ancora associato a stati o comportamenti precedentemente catalogati?
6. Ci sarebbe una partecipazione della corteccia cingolata anteriore (CCA)?

Il Dr. Olaf Blanke osservò, durante una chirurgia correttiva da epilessia, che la stimolazione elettrica di quest'area

provocava sensazioni normalmente associate alle EFC (Esperienze Fuori del Corpo) nella sua paziente [BLA, 2004]. La CCA è una parte complessa del cervello, ricca di neuroni fusiformi (*spindle*), responsabili di processi quali l'autocoscienza relativa al corpo e allo spazio, e anche il sequenziamento logico. Anomalie della fisiologia e anatomia della CCA sono associate alla maggior parte dei più seri disturbi neuropsichiatrici, tra i quali l'autismo e la sindrome da deficit di attenzione (ADD).

7. Qual è l'importanza della corteccia fronto-insulare nello SV? Quest'area, anch'essa ricca in neuroni fusiformi, sembra essere associata a funzioni quali: coscienza di emozioni e sentimenti; traduzioni delle sensazioni corporali come emozioni; integrazione delle sensazioni interne nelle funzioni cognitive superiori; ed empatia.
8. Qual è il ruolo dei neuroni fusiformi (o neuroni di *von Economo*) nello SV? I neuroni fusiformi sono più abbondanti nella corteccia cingolata anteriore e anche nella corteccia fronto-insulare. Sembrano avere la funzione di integrare e connettere aree del cervello relativamente distanti. Si pensava che questi neuroni esistessero solamente in esseri umani, bonobi, scimpanzé, gorilla e orangutanghi (in ordine decrescente di abbondanza di questi neuroni). Tuttavia, recentemente sono stati osservati anche negli elefanti e in certi cetacei, facendo così crollare l'ipotesi che avessero una relazione con la manifestazione di espressioni superiori di intelligenza e autocoscienza. Secondo il Dott. John Allman, sembrano intervenire nell'espressione di attributi quali volontà, autocontrollo, decisione e discernimento [ALL, 2001, 2002, 2005]. Anomalie dello sviluppo e degenerazioni dei neuroni fusiformi sembrano essere in relazione con il morbo di Alzheimer, la demenza frontotemporale e anche buona parte delle psicosi, tra cui la schizofrenia.
9. Qual è l'importanza della partecipazione della propriocezione?
10. Qual è l'importanza dei sensi interocettivi?
11. Qual è l'importanza del lobo temporale destro? Il Dott. Melvin Morse considera che il lobo temporale destro avreb-

be una connessione particolare con le esperienze di premorte e altre esperienze dette trascendenti, mistiche, religiose [MOR, 2008].

12. Ci sarebbe una qualche relazione specifica con le cellule gliali (o cellule della glia)? Considerate nel passato come cellule con semplici funzioni strutturali, immunologiche, di omeostasi chimica e di nutrimento dei neuroni, oggi gli si attribuiscono funzioni più complesse, come nel caso della regolazione della plasticità sinaptica. Alcune forme di cellule della glia possiedono sinapsi e producono neurotrasmettitori, mentre altre generano le cosiddette onde di calcio, che potrebbero avere una funzione di comunicazione intercerebrale. *Nota:* di fatto, è l'attività di un tipo specifico di cellule gliali, gli astrociti, che viene misurata dal fMRI.
13. Come sapere, fisiologicamente, se lo SV ha luogo unicamente nel cervello o invece in tutto il corpo?
14. Vi è una mediazione attraverso uno specifico neurotrasmettitore?

È probabile che nuove linee di ricerca, ipotesi e progetti di indagine nasceranno quale conseguenza delle scoperte di cui sopra, e di altre, non ancora ipotizzate al momento.

RISULTATI SPERIMENTALI PRELIMINARI

Per illustrare e anche per rinforzare la fondatezza delle ipotesi adottate e la metodologia proposta in questo studio, vale la pena qui presentare in modo riassuntivo alcuni dati sugli esperimenti già condotti dall'autore in questo campo di ricerca.

Santa Casa, Laboratorio di Studio del Suono, Porto Alegre

Nel 1991 l'autore fu invitato da uno dei medici del Laboratorio di Studio del Suono Santa Casa, nella città di Porto Alegre, RS, Brasile, a partecipare in esperimenti volti all'analisi della fisiologia della proiezione cosciente. L'invito fu facilitato e mediato da una volontaria dell'unità di Porto Alegre dell'IIPC

(Istituto Internazionale di Proieziologia e Coscienziologia).

In una sessione di approssimativamente due ore, l'autore rimase sdraiato in posizione supina su un letto posto in un locale isolato, connesso a equipaggiamenti di: EEG, ECG, misurazione del respiro, elettromiografo per la registrazione di attività MRO, e misurazione dell'ossigeno nel sangue. Il sistema era analogico, dotato di poligrafo meccanico, che registrava su carta i segnali ricevuti da ognuno dei rispettivi circuiti o canali sopradescritti.

L'autore realizzò vari esperimenti, tra cui: rilassamento profondo; entrare, permanere e uscire, a volontà, dallo stato ipnagogico (alfa); e tentativi di proiezione cosciente e manovre di mobilitazione delle bioenergie (assorbimento, esteriorizzazione e OLVE, cercando di raggiungere lo SV).

Alla fine dell'esperimento, nella discussione di lavoro e analisi congiunta con il medico responsabile, osservammo l'occorrenza dei fatti elencati qui di seguito, relativi alla mobilitazione chiusa delle energie e ai tentativi di proiezione cosciente:

- La sincronizzazione di vari circuiti cerebrali, considerata atipica dal medico, ebbe luogo durante l'installazione dello SV.
- Onde di maggiore frequenza sovrapposte ad altre (alfa e teta)
- Cicli incompleti di certe onde, fuori dalla linea mediana, che presentavano, ad esempio, solamente il semiciclo positivo.
- Somiglianza con regimi di onde tipiche della disritmia cerebrale. Tale registrazione portò il medico ricercatore a chiedere all'autore se avesse mai sofferto di epilessia o problematiche simili (cosa mai avvenuta)

Come da precedenti accordi con questo medico, gli studi e le analisi più approfondite e accurate, così come una copia delle registrazioni del poligrafo, avrebbero dovuto essere condivise con l'autore. Tuttavia, sfortunatamente, l'autore non fu mai in

grado di ottenerle. Questo fatto ci impedisce di poter approfondire l'analisi degli eventi osservati e di includere in questo articolo maggiori dettagli tecnici e precisazioni sull'esperimento, incidendo anche sulla possibilità di un suo confronto più dettagliato con altri esperimenti.

Istituto Internazionale di Neuroscienza di Natal

Attraverso colleghi ricercatori dell'Associazione Internazionale Intercampi, situata a Natal, RN, Brasile, l'autore e Nanci Trivellato furono invitati dall'IINN – Istituto Internazionale di Neuroscienza di Natal, per partecipare come soggetti di ricerca ad esperimenti sul sogno lucido, nel dicembre 2007.

Nel corso di conversazioni preliminari sugli esperimenti da realizzare, l'autore propose al responsabile dell'esperimento, Dr. Sidarta Ribeiro, di approfittare dell'opportunità per realizzare anche degli esperimenti sullo SV, secondo il protocollo messo a punto dall'autore, presentato negli Stadi 1 a 7 precedentemente descritti. L'obiettivo e proposta inizialmente decisi era di utilizzare la strumentazione del fMRI per tali sessioni sperimentali. Tuttavia, a causa di problemi tecnici, fu solo possibile realizzare gli esperimenti per mezzo dell'EEG digitale computerizzato, installato nella sede dell'IINN.

Prima di monitorare gli esperimenti relativi al sogno lucido, furono eseguiti gli esperimenti sullo SV. Il fatto che la sessione sperimentale, di cui l'autore fu soggetto, durò per tutta la notte, gli permise anche di concentrarsi sul conseguimento di una proiezione lucida cosciente, affinché l'attività cerebrale relativa alle diverse fasi di questo fenomeno fosse altresì registrata.

Sebbene l'autore non ebbe successo, in quell'occasione, nel produrre sogni lucidi o una proiezione completa cosciente (si verificarono unicamente delle semiproiezioni), riuscì ad ottenere alcuni SVi volontari di buona intensità e uno SV spontaneo, pre-proiettivo, di magnitudine significativa.

La mattina seguente, le analisi preliminari e informali realizzate dai diversi ricercatori presenti nel gruppo del Dott.

Sidarta, evidenziarono i seguenti fatti come degni di nota:

- Sincronizzazione dei vari circuiti cerebrali;
- Apparizione di onde atipiche di alta frequenza;
- Forme di onda sorprendentemente differenti, in quanto non si conoscevano attività che producessero un regime di funzionamento cerebrale di quel tipo.

Malgrado la mancanza di maggiore rigore tecnico in questa valutazione preliminare (anche perché l'analisi dei dati non si è al momento ancora conclusa), molti dei ricercatori commentarono, con aria di sorpresa e con curiosità scientifica, che “non avevano mai osservato un cervello funzionare in quel modo”.

Questi risultati (ovviamente ancora abbozzati, preliminari e senza il necessario rigore scientifico) rinforzano la validità delle ipotesi assunte e incoraggiano a proseguire in questa linea di ricerca. Forse sarà anche possibile confermare l'ipotesi che la proiezione cosciente “è prodotta da un incremento vibratorio dei veicoli di manifestazione della coscienza, includendo qui il corpo umano e il mentalsoma” [VIE, 1999], pagina 205.

POSSIBILI APPLICAZIONI FUTURE

In seguito all'accumulazione dei dati, allo sviluppo della casistica, all'ampliamento della conoscenza sul fenomeno e, principalmente, alla definizione dei valori e comportamenti medi dello SV attraverso l'esame del maggior numero possibile di praticanti, sarà probabilmente possibile sviluppare le seguenti applicazioni pratiche, tra le molte altre che non sono ancora state immaginate:

1. **Misurazione indipendente:** rilevazione esterna dello SV in ogni persona, inclusi coloro che stanno ancora sviluppando la propria paramotricità specifica e, pertanto, non sono ancora lucidi o sicuri delle proprie esperienze, diminuendo così i loro dubbi riguardo l'esistenza o la realtà dei loro SVi.

2. **Energometria:** stima indiretta, attraverso la misurazione neurofisiologica, della potenza e ampiezza dello SV, permettendo al praticante di ricevere un *feedback* iniziale che ne faciliti lo sviluppo.
3. **Qualificazione:** analisi della qualità dello SV, attraverso la misura indiretta degli attributi associati alla sua generazione, come: quantità di energia, velocità, ritmo, ampiezza, coesione, attivazione e altri ancora [TRI, 2008].
4. **Intrafisicalità:** determinazione di quanto un determinato SV sia in percentuale fisico (o si ripercuota nel soma). Anticipiamo qui i possibili casi in cui un praticante produce uno SV che agisca o si manifesti soprattutto negli altri veicoli più sottili. In questi casi, l'analisi cerebrale potrebbe indicare dei segnali deboli, sebbene il praticante sia convinto di avere sperimentato uno SV intenso, per quanto molto sottile. Il verificarsi di un vero SV potrebbe essere confermata da un agente esterno (un ricercatore sensibile alle bioenergie, in grado di misurare lo SV e la sua intensità), in modo da confermare il manifestarsi, nella fattispecie, di uno SV con minore interfaccia o azione sul veicolo fisico.
5. **Meccanismo:** migliore comprensione dei meccanismi di azione dei fattori che intervengono nello SV, positivi o negativi; endogeni o esogeni.
6. **Classificazione:** possibilità di caratterizzazione e contestualizzazione dei diversi tipi di SV.
7. **Proiettabilità:** possibilità di rilevamento di una proiezione imminente, quando associata al manifestarsi dello SV (condizione comune per molti proiettori coscienti). In alcuni casi, tale osservazione potrebbe essere usata in modo da promuovere il risveglio extrafisico della coscienza e aiutare nell'ottenimento di lucidità e controllo della proiettabilità (nel caso lo SV sopraggiunga al decollo), o anche per stimolare la rammemorazione dell'esperienza proiettiva (nel caso lo SV avvenga al rientro nel soma). In altri casi potrebbe permettere anche

lo studio obiettivo e tecnico della proiettabilità lucida, da parte di ricercatori della Proieziologia.

8. **Coadiuvante:** sviluppo di tecnologia di supporto, in forma di *biofeedback*, che faciliti il principiante nello sviluppo della capacità di generare lo SV. *Nota:* è importante avere cura di evitare lo sviluppo di possibili dipendenze nei confronti della tecnologia di *biofeedback*, che rischia di diventare un classico caso di “stampella” psicofisiologica.
9. **Parapedagogia:** perfezionamento del metodo di insegnamento della tecnica dello SV. Tutti i risultati ottenuti in questa linea di ricerca saranno utilizzati nelle fasi iniziali del processo di insegnamento dello SV, per migliorare le tecniche e per i dovuti chiarimenti nella pedagogia dello stesso.
10. **Coscienzioterapia:** perfezionamento di certe tecniche coscienzioterapiche e autocoscienzioterapiche. Considerata l'importanza dello SV nel dominio personale delle energie e nel parapsichismo, come risorsa di omeostasi olosomatica (equilibrio fisico, energetico, emozionale e mentale), e come tecnica di autodifesa energetica, saranno evidenti le applicazioni dei risultati di questa linea di ricerca al fine di migliorare la salute integrale della coscienza.
11. **Interfaccia intrafisico-extrafisico:** sostegno allo sviluppo della *tecnologia bioenergetica*. Il rilevamento dello SV potrebbe essere uno dei primi passi nel rilevamento (indiretto) delle bioenergie, o per lo meno di regimi specifici ad esse associati. Come tale, contribuisce alla ricerca e sviluppo di apparecchiature bioenergetiche in grado di interagire direttamente con la bioenergia (rilevatori, trasduttori, misuratori, accumulatori, trasformatori, dispositivi di *imaging*, ecc.), fino ad arrivare al punto di poter interfacciare la tecnologia bioenergetica intrafisica con la paratecnologia.

Future possibili estensioni di questa ricerca

Oltre alle possibili applicazioni future di cui sopra, lo scopo e la metodologia di questo studio potrebbero essere adattati ed estesi per:

- Analisi neurologiche dello SV mediante altre tecnologie:
 - PET scan (tomografia a emissione di positroni, dall'inglese: Positron Emission Tomography)
 - NIRS (spettroscopia nel vicino infrarosso, dall'inglese: Near InfraRed Spectroscopy)
- Analisi di altri effetti dello SV nel soma:
 - Studio delle alterazioni biochimiche: ormonali e metaboliche;
 - Ricerca sulle influenze nella risposta immunologica;
 - Studio dei cambiamenti epigenetici, ossia, nei modelli di espressione di certi geni (quali sarebbero attivati; quali sarebbero disattivati; quali i meccanismi, ecc.)
- Ricerca su altre manovre energetiche:
 - Assorbimento di energia;
 - Esteriorizzazione di energia.
- Ricerca su altri fenomeni coscienziali:
 - Proiezione lucida (esperienza fuori del corpo).
- Estrapolazione e universalità:
 - Studio delle possibili occorrenze spontanee dello SV negli animali.

CONCLUSIONE

Tenuto conto, in un'analisi di tipo "costi-benefici", dei seguenti fattori:

1. l'accessibilità ed eseguibilità della metodologia proposta;
2. la disponibilità dei soggetti;

3. il fatto che la tecnologia necessaria sia disponibile e accessibile;
4. gli esperimenti preliminari già realizzati che supportano le ipotesi adottate; e
5. l'importanza e utilità delle possibili scoperte e sviluppo del sapere su un fenomeno universale, ma completamente ignorato dalla scienza;

l'autore ritiene che la mancata esecuzione di questa linea di ricerca costituirebbe una grande perdita di opportunità per l'espansione della conoscenza umana nella direzione della multidimensionalità.

Questo a maggior ragione se si considera che la relativa obiettività ed accettabilità di questa ricerca da parte di ricercatori non-coscienziologi potrebbe contribuire a stimolare l'interesse di quelle mentalità aperte che, tuttavia, possiedono una prospettiva più convenzionale sulla natura della coscienza o sono maggiormente scettiche riguardo al paradigma coscienziale, quasi sempre per mancanza di esperienze personali della multidimensionalità.

BIBLIOGRAFIA

[ALE, 1990] W. Alegretti, *Tecnologia Bioenergética* (Bioenergetic Technology), Proceedings of the 1st International Congress of Projectiology, IIPC, Rio de Janeiro, Brazil, 1990.

[ALE & TRI, 1999] W. Alegretti & N. Trivellato, *Pesquisa de Opinião Pública sobre a Experiência Fora do Corpo* (Survey on the Out-of-Body Experience), Proceedings of the 1st International Fórum of consciousness Research and 2nd International Congress of Projectiology, Barcelona, Spain, IIPC, 21 to 24 October 1999.

[ALL, 2001] J.M. Allman, A. Hakeem, J.M. Erwin, E. Nimchinsky and P. Hof, *Anterior cingulate cortex: The evolution of an interface between emotion and cognition*, Annals of the New York Academy of Sciences, 2001, pp. 107-117.

[ALL, 2002] J.M. Allman, A. Hakeem and K. Watson, *Two phylogenetic specializations in the human brain*; magazine, The Neuroscientist 8 (4), 2002, pp. 335-346.

[ALL, 2005] J.M. Allman, K. Watson, N.A. Tetreault and A. Hakeem, *Intuition and autism: a possible role for Von Economo neurons*, Trends Cogn. Sci. 9 (8), 2005, pp. 367-373.

[BLA, 2004] O. Blanke, T. Landis, L. Spinelli and M. Seek, *Out-of-body experience and autoscapy of neurological origin*, Brain magazine, February 2004, pp. 127, 243-258.

[MOR, 2008] M. Morse, *Mind without brain: a scientific analysis of near death experiences with special attention to those in children: A new scientific paradigm of consciousness*, verbal communication during the 4th International Congress of Projectiology from 15 to 17 August 2008 organized by the International Institute of Projectiology and Conscientiology; published by IAC - International Academy of Consciousness, Journal of Conscientiology, Vol. 11, No. 41-S, July-September 2008.

[TRI, 2008] N. Trivellato, verbal communication, *Mensurable Attributes of the Vibrational State Technique*, conference presented during the 2nd International Symposium of Conscientiological Research, 18 of October 2008.

[TRI & ALE, 2005] N. Trivellato, W. Alegretti, *Bases para o Energograma e Despertograma*, conference presented during the I Jornada da Despertologia, CEAEC, 15 – 17, July 2005.

[VIE, 1999] W. Vieira, *Projeciologia: Panorama das Experiências da Consciência Fora do Corpo Humano*, Instituto Internacional de Projeciologia e Conscientiologia, Rio de Janeiro, RJ, 1999, p. 384.

Nota: la versione inglese (e portoghese) di questo articolo è stata pubblicata nel Journal of Conscientiology, Vol. 11, No. 42, 2008, pp. 217-251. La traduzione in italiano, dal portoghese e inglese, è a cura di: *Massimiliano Sassoli de Bianchi*.

ATTRIBUTI MISURABILI DELLA TECNICA DELLO STATO VIBRAZIONALE

Nanci Trivellato

RIASSUNTO. Nello studio di un fenomeno, è opportuno disporre di un sistema di misurazione che consenta di effettuare confronti e osservazioni sistematizzate, le più possibili obiettive. La misurazione di elementi bioenergetici e non-fisici in generale, si è rivelata una grande sfida per i ricercatori della realtà multidimensionale della coscienza e della sua para fisiologia. Pertanto, lo Stato Vibrazionale (SV), una delle maggiori risorse di autocontrollo parapsichico lucido, è tutt'ora in attesa di ulteriori indagini riguardo il suo *modus operandi* e i suoi effetti. In questa linea di pensiero, questo articolo presenta un sistema di misurazione – in uso da più di 5 anni – per lo SV e la sua tecnica di attivazione, qui ribattezzata *Oscillazione Longitudinale Volontaria delle Energie* (OLVE). La discussione si focalizzerà essenzialmente sugli elementi descrittivi e parametrici dello SV (i suoi attributi), identificabili anche da agenti esterni e, pertanto, misurabili in maniera meno soggettiva. Si ritiene che la conoscenza di questi attributi sia in grado di fornire risorse per attivare un tipo di biofeedback capace di favorire l'autocontrollo dell'installazione volontaria dello SV.



autoricerca.com

INTRODUZIONE

Il raffinato controllo della tecnica per produrre il fenomeno personale noto con il nome di *Stato Vibrazionale* (SV) è tra gli aspetti più complessi delle pratiche bioenergetiche di base. Tuttavia, l'impegno, la dedizione e il tempo investiti nel raggiungimento di tale controllo saranno, evolutivamente parlando, altamente redditizi, in virtù dei suoi molteplici effetti positivi.

Lo SV porta la coscienza a un livello di autoconoscimento della propria condizione energetica personale, tale da consentirle di identificare dettagli e sottigliezze del proprio energosoma. Di conseguenza, consente di discernere, istantaneamente e con certezza, le diverse alterazioni che possono verificarsi nel proprio campo energetico, siano esse prodotte dalla coscienza stessa, o generate dall'azione di un'altra coscienza, o da un'altra forma di interferenza esterna.

Il controllo effettivo della tecnica per la produzione dello SV, così come la sua frequente sperimentazione, forniscono alla coscienza una sorta di "cabina di comando energosomatico", che le consente lo sviluppo di un'abilità bioenergetica multipla, conferendole così la capacità di comprendere e produrre una serie di altri fenomeni personali bioenergetici e parapsichici.

L'installazione dello SV, che avvenga tramite il controllo diretto della coscienza sul proprio energosoma, o abbia origine in modo spontaneo o intuitivo, può produrre un'asepsi bioenergetica, preventiva o curativa, del proprio olochakra ed energosfera. Questo fenomeno bioenergetico, con il tempo, porta la coscienza al suo più pieno equilibrio energosomatico, così come a un'autodifesa e resistenza bioenergetiche più stabili e permanenti.

La capacità di indurre tale fenomeno volontariamente – in qualunque condizione, momento o luogo, sulla base di un autodominio bioenergetico reale e di un'azione diretta sul proprio energosoma – richiede (1) la conoscenza, (2) l'identificazione e (3) la messa in atto di determinati attributi chiave, inerenti all'applicazione della tecnica per la produzione dello SV

(proposta da Vieira [VIE, 1999]), di cui discuteremo qui di seguito.

La tecnica per l'induzione dello SV, meglio conosciuta come *Circolazione Chiusa delle Energie*, *Circuito Chiuso delle Energie* o *Mobilizzazione Chiusa delle Energie*, costituisce uno dei procedimenti bioenergetici di base più paradossali, poiché, da un lato, è estremamente semplice, ma dall'altro presenta significative difficoltà nella coordinazione degli elementi in gioco.

Questa tecnica, in realtà, corrisponde a una *movimentazione energetica longitudinale ciclica* dell'energosoma, o a un'*oscillazione longitudinale delle energie*, attuata in modo volontario, in cui il praticante "organizza" movimenti bioenergetici spontanei di diversa natura, frequenza, modalità e modello, che hanno luogo nel suo corpo energetico, trasformandoli in una sorta di onda stazionaria coerente che lo comprende nella sua interezza.

Una sessione della tecnica corrisponde a una movimentazione continua di un impulso energetico in cicli longitudinali successivi, che si svolgono senza pausa, lungo l'energosoma. Questi cicli sono composti da percorsi completi paratesta-parapiedi e parapiedi-paratesta. Al termine di ogni percorso (ossia, nel coronochakra e nei plantochakra) una nuova "spinta" viene inferta dalla coscienza all'impulso energetico, per mezzo della sua *volontà*. Tale procedimento ha come obiettivo quello di arrivare al punto in cui un'onda stazionaria, coesa e stabile, viene ad essere creata.

Non è lo scopo di questo articolo insegnare come muovere le energie, né tantomeno spiegare cosa sia lo SV, o descrivere le corrispondenti sensazioni o effetti¹. Lo scopo di questo lavoro è unicamente quello di definire alcuni degli elementi principali che è necessario saper coordinare al fine di raggiungere un controllo effettivo dell'*oscillazione longitudinale delle energie*, oltre che proporre una metodologia di studio e di misurazione degli stessi.

¹ Una descrizione della tecnica dell'OLVE si trova negli articoli di Alegretti e Sassoli de Bianchi, pubblicati in questo numero di AutoRicerca.

NOTA: Per questioni di precisione, di didattica, e onde evitare ambiguità, l'autore propone di sostituire l'espressione *Circolazione Chiusa delle Energie* (CCE) con *Oscillazione Longitudinale Volontaria delle Energie* (OLVE), espressione che verrà usata da qui in avanti nell'articolo.

La tecnica dell'OLVE

Come sopra esposto, la conoscenza profonda e il dominio della tecnica dell'OLVE conferiscono alla coscienza il controllo sull'installazione dello SV, con il grado di intensità desiderato, in *qualunque* circostanza.

In questa tecnica l'individuo utilizza la propria volontà e controllo bioenergetico per generare un impulso energetico longitudinale. Tuttavia, la propagazione di questo impulso lungo il corpo energetico, da un'estremità all'altra (nella maggioranza dei casi coincidente con il soma), non avviene in modo spontaneo, né viene influenzata unicamente dalla normale "resistenza" dei canali energetici.

Così come per la generazione dell'impulso energetico, il suo mantenimento e propagazione devono altresì essere promossi dalla coscienza, mediante l'impiego dei medesimi attributi e autocontrolli richiesti per la produzione iniziale dell'impulso, che nella manovra energetica dovranno essere sincronizzati in una forma specifica di coordinazione paramotoria.

Pertanto, senza un "accompagnamento" dell'impulso energetico lungo l'energosoma e un'attenzione costante su di esso da parte della coscienza, questo perderà normalmente coerenza o si dissiperà, producendo dei risultati energetici differenti, diversi dallo SV, o addirittura non producendo alcun risultato.

La propagazione di questo impulso bioenergetico, così come il mantenimento della conseguente oscillazione, dipendono da diversi attributi mentalsomatici ed energosomatici, che costituiscono il tema centrale di questo lavoro e verranno discussi nella sezione "Attributi basici e sviluppo dello SV".

NOMENCLATURA “DELLO SV”: UNA DOVUTA CHIARIFICAZIONE

Prospettiva storica e correzione di percorso

A causa dell'umana tendenza di cercare in modo naturale modi più sintetici e semplici di riferirsi a un fenomeno, è ormai comune, tra i membri della comunità di ricercatori e studenti della Coscienziologia, riferirsi al processo completo di oscillazione longitudinale volontaria delle energie, o circuito chiuse delle energie, semplicemente come “lo SV”.

Solitamente, un individuo dichiara di “fare uno SV”, quando in realtà sta solo facendo un tentativo di mobilitazione delle proprie energie (OLVE) con l'obiettivo di installare lo SV. La sua sessione di pratica bioenergetica potrà avere o non avere un risultato soddisfacente, per quanto riguarda il livello e la qualità della mobilitazione energetica, a seconda dell'autodominio dell'individuo sugli attributi inerenti alla tecnica.

Sebbene questa condizione sia (o sia divenuta) solo un “modo di dire”, col passare degli anni è in grado di fomentare degli equivoci di base, dovuti principalmente al fatto che i principianti o gli alunni di Coscienziologia si sentono dire “fare lo SV” invece di “fare la tecnica che ha per obiettivo la produzione dello SV”.

E importante sottolineare che quando si esegue la tecnica per raggiungere lo SV, non è implicito che lo SV verrà sempre, immancabilmente, installato. Pertanto, la questione da porsi nella verifica dei risultati della pratica di allenamento energetico – per esempio in aula – dovrebbe essere, in primo luogo, se la persona “ha potuto eseguire l'OLVE in modo soddisfacente” e, in secondo luogo, “quale risultato avrebbe raggiunto”, potendo questo corrispondere o no allo SV. Quindi, la domanda da porsi non è unicamente se il praticante ha “installato lo SV”.

L'utilizzo della domanda “com'era il tuo SV?” induce nei principianti che l'ascoltano un'errata comprensione e l'impressione che l'ottenimento dello SV per mezzo della volontà sia qualcosa di triviale, superficiale, e che possa essere immancabilmente raggiunto con facilità e rapidità.

Da questa situazione deriva un'altra possibilità di equivoco: quella di ritenere il proprio risultato, normalmente conseguito con l'OLVE, per quanto ancora non ideale, come se già rappresentasse il livello massimo di effetto personale energosomatico attuabile. Questo favorisce il comune meccanismo di autocorruzione, che consiste nel "parlare molto di fare lo SV" senza però produrre lo sforzo necessario per controllare i diversi attributi dell'OLVE che consentono l'installazione e l'autodominio completo del vero SV.

Non è raro osservare persone che, di fatto, non hanno mai raggiunto uno SV e non comprendono a quale tipo di vibrazione o ripercussione energosomatica corrisponda questo fenomeno. *N.B.: non ogni vibrazione è uno stato vibrazionale.*

Terminologia usata in questo articolo

Nel tentativo di individuare un linguaggio il più possibile chiaro nel comunicare i concetti presentati in questo studio, l'autore prenderà "a prestito" espressioni e concetti di base da altre discipline (migrazione concettuale), principalmente dalla fisica.

Tuttavia, vari attributi dello SV (e dell'OLVE) qui discussi generano, e sono soggetti a, relazioni di complessità multidimensionale. Pertanto, queste espressioni non sempre possiedono un'equivalenza concettuale esatta tale da permettere una migrazione terminologica diretta, precisa e univoca dalla fisica all'energomatica. Di conseguenza, l'utilizzo in questo articolo di alcune espressioni comunemente usate nel campo della fisica non implica la loro equivalenza lineare e immediata nel contesto multidimensionale e bioenergetico qui considerato.

Per questo motivo, ogni sforzo verrà fatto in questo lavoro per fornire commenti e dettagli su ogni attributo discusso, cercando sempre di chiarirne la formulazione esatta, il contesto e la definizione².

² Per favorire la chiarezza e la comprensione di questo studio, le espressioni che si riferiscono agli attributi relativi alla realizzazione

METODOLOGIA DI MISURAZIONE DEGLI ATTRIBUTI ENERGETICI: STORICO

Base di sperimentazione e misurazione

L'esperienza conseguita e le osservazioni realizzate attraverso le valutazioni bioenergetiche e parapsichiche individuali dei partecipanti al corso dell'*International Academy of Consciousness* (IAC) denominato *Meta: Desperticidade* (Meta: Disperticità), sviluppato e tenuto da Wagner Alegretti e dall'autore, hanno permesso di progettare, testare e valutare una metodologia per la misurazione della capacità bioenergetica di un individuo.

Questa esperienza fu alla base dello studio *Bases para o Energograma e Despertograma* (Basi per l'Energogramma e Dispertogramma), il cui progetto, fondamenti e risultati preliminari furono presentati durante la *Jornada de Despertologia* (Giornata di Dispertologia), tenutasi nel 2005 presso il CEAEC, nella città di Foz do Iguaçu, in Brasile [ALE & TRI, 2005]. In questa conferenza, i parametri di base di questa metodologia, così come gli aspetti pratici della misurazione bioenergetica, furono presentati ai partecipanti.

La scala di misurazione della bioenergeticità personale, sviluppata da Alegretti e Trivellato – utilizzata durante le sessioni individuali di valutazione nell'ambito del corso *Meta: Desperticidade*, sin dal 2003 – stabilisce un'analisi qualitativa e una graduazione quantitativa disposta su una scala numerica precisa e giudiziosa. Questa scala serve ad attribuire un punteggio a una vasta gamma di capacità bioenergetiche e

dello SV verranno indicati in corsivo. Per esempio, la parola “profondità” potrà apparire nel testo non in corsivo, riferendosi, pertanto, alla sua accezione comune, o potrà essere scritta in corsivo, per evidenziare al lettore che, in quel contesto, al di là della sua accezione comune, si riferisce al concetto dell'attributo di *profondità* discusso in questo articolo. Naturalmente, verrà usato il corsivo anche quando grammaticalmente o concettualmente richiesto, come ad esempio per i termini stranieri.

parapsichiche di natura diversa, le quali vengono valutate e lavorate durante il corso in questione.

La summenzionata metodologia di misurazione bioenergetica, così come la sua verifica, è il risultato di 1'084 ore di sessioni individuali di valutazioni e misurazioni energetiche compiute su 294 alunni e realizzate come parte integrante del corso *Meta: Desperticidade* (dati riferiti a ottobre 2008).

La misurazione della condizione energosomatica di un individuo e della sua capacità di controllare le proprie bioenergie viene attuata per mezzo di un accoppiamento energosomatico tecnico, promosso dal ricercatore, il quale svolge una serie di manovre energetiche che permettono l'“esame” e la valutazione dell'individuo secondo una tabella di valori prestabiliti.

Tale misurazione e valutazione – considerando soprattutto che si fonda sull'esperienza e sul confronto di più di 1'000 sessioni ora di valutazioni bioenergetiche – offre all'individuo valutato un punto di riferimento meno soggettivo sulla propria condizione.

Verifica dell'agente misuratore

Realizzare la misurazione energetica di un'altra persona richiede estrema autocritica e una sufficiente autoconoscenza e padronanza energetica da parte dell'agente misuratore. È anche necessario che una *strategia* chiara, che si basi su solidi protocolli, venga *prestabilita* sin dal principio del lavoro, affinché vi siano uniformità e criteri nelle osservazioni, interpretazioni, misurazioni e registrazioni effettuate.

Tuttavia, molte delle strategie applicate nelle sessioni di valutazione di cui sopra, furono implementate o perfezionate sulla base di suggerimenti diretti provenienti dalla squadra di protettori extrasensitivi che offrivano assistenza al corso. Questi, spesso, promuovevano la stessa intuizione in entrambi gli insegnanti, durante le sessioni concomitanti di valutazione energetica degli alunni del corso *Meta: Desperticidade*. In altre parole, in quelle occasioni, le intuizioni sopraggiungevano

simultaneamente agli insegnanti-ricercatori, nelle sessioni di valutazione individuale che avvenivano nello stesso tempo, ma in locali fisici differenti, quando gli insegnanti non avevano nessuna forma di contatto tra di loro.

Tali intuizioni simultanee, in numerose occasioni, funzionavano come elementi di conferma dei procedimenti di valutazione, analisi e allenamento bioenergetico applicati. Pertanto, svolgevano anche una funzione vitale per gli insegnanti-ricercatori, in quanto elementi di verifica delle tecniche e metodi di misurazione utilizzati.

Come ogni altro strumento di misurazione, l'agente di valutazione bioenergetica (il ricercatore) deve mantenere (1) la sua accuratezza, attraverso il discernimento bioenergetico, e (2) il minor livello di interferenza possibile, attraverso l'autocritica cosmoetica, promuovendo la massima acuità e neutralità possibili durante la valutazione bioenergetica delle altre persone. Le conferme delle intuizioni, le sincronicità, le cognizioni congiunte, così come le sensazioni e percezioni coerenti tra soggetto misuratore e soggetto misurato, sono altresì prese in considerazione per la verifica del sistema di misura adottato dai ricercatori. Considerando che tali valutazioni vengono realizzate sin dal 2003, le conferme e gli *input* ricevuti *a posteriori* costituiscono anch'essi degli strumenti di verifica aggiuntivi degli agenti misuratori.

ATTRIBUTI DI BASE PER LO SVILUPPO DELLO SV

Durante le summenzionate sessioni individuali di valutazione e misurazione bioenergetica, l'autore ha avuto l'opportunità di osservare direttamente alcuni attributi di base presenti nella pratica dell'OLVE e, conseguentemente, nella produzione volontaria dello SV mediante la mobilitazione delle energie personali.

In queste occasioni, l'autore procedette alla registrazione e catalogazione di questi stessi attributi e, di conseguenza, degli elementi che intervengono nella capacità individuale di realizzare la tecnica dell'OLVE. L'identificazione di questi

attributi è avvenuta in modo chiaro e inequivocabile, portando alla conclusione che fosse possibile effettuare la misurazione degli stessi attraverso la tecnica di accoppiamento bioenergetico precedentemente menzionata.

Tra gli aspetti che interessano lo sviluppo dell'OLVE e, conseguentemente, l'installazione e il controllo dello SV, vi sono gli attributi fondamentali, o primari, di implicazione diretta, così come gli attributi che derivano dalla manifestazione di altri attributi. Vi sono anche gli attributi di natura intracoscienziale, e quelli composti, dove uno è variabile dell'altro, o dove un elemento influenza o si interconnette con un altro, formando tra loro una relazione di maggiore profondità, o un cosiddetto binomio di manifestazione.

Le misurazioni della capacità di controllo dell'OLVE e della qualità di installazione dello SV, realizzate durante le summenzionate sessioni individuali di valutazione bioenergetica, consentono di esaminare la qualità di applicazione di tutti questi attributi nelle loro diverse categorie e livelli di importanza.

È importante menzionare che questo studio non presenta in modo esaustivo tutti gli attributi o gli aspetti implicati nel controllo dell'OLVE e dello SV. Esso tratta solamente di quegli attributi che, al momento, possono essere meglio esaminati e approfonditi dall'autore. Questi possono essere classificati, in principio, nelle seguenti categorie:

1. Attributi energosomatici primari
2. Attributi energosomatici derivati
3. Attributi energosomatici composti
4. Attributi intracoscienziali intercorrenti

Un controllo effettivo dello SV – per la coscienza ancora in fase di sviluppo per quanto attiene alla sua auto-coscientizzazione multidimensionale, asepsi energosomatica, salute pensenica, qualità delle relazioni intercoscienziali e qualificazione del proprio registro olokarmico multiesistenziale – richiede naturalmente che la coscienza si inoltri attraverso il

“cammino” dell’OLVE con autoimpegno onesto e incorruttibile. Questo cammino dovrà essere percorso senza pigrizia, false giustificazioni, o scorciatoie. Ossia:

*La coscienza non viene esonerata dall’OLVE
trovando un modo per “eluderla”
ma piuttosto “fronteggiandola” e praticandola
fino a raggiungere un autocontrollo assoluto e
permanente su di essa, transcendendola.*

Per realizzare l’OLVE efficacemente (e quindi raggiungere un più ampio autodominio bioenergetico, che consenta la condizione di disperticità), gli attributi qui di seguito descritti dovranno essere identificati, coordinati e padroneggiati.

Attributi energosomatici primari

Si riferiscono agli attributi essenziali, o basilari, costitutivi della tecnica dell’OLVE, che producono ripercussioni o ramificazioni che vanno a formare, o permettere, la manifestazione delle altre categorie di attributi.

- *Attributo primario 1: **quantità***

Definizione

Quantità o percentuale della propria energia coscienziale che la coscienza muove durante l’OLVE.

Concetti correlati

1. *Quantità* di energia mobilizzata o trasportata dall’impulso.
2. Equivalente dell’ampiezza o intensità dell’impulso.

Particolarizzazioni

1. Data l’energia coscienziale totale naturale di un individuo (EC_{TOT}) di determinato livello evolutivo, e considerando il suo contesto esistenziale (olosomatico, oloopensenico, olo-karmico), una certa percentuale della propria EC_{TOT} sarà in

generale più facilmente accessibile³. Pertanto, costituirà la frazione (EC_{LIBERA}) di energia che sarà in grado di muovere con facilità. Osserviamo che la *quantità* di energia (Q) che un praticante è in grado di muovere durante una sessione di OLVE varierà da individuo a individuo, ma anche da sessione a sessione, a seconda del livello di autocontrollo personale. Tuttavia, in pratica, la magnitudine iniziale di Q sarà, in generale, approssimativamente uguale a EC_{LIBERA} , essendo quest'ultima la frazione di energia personale spontaneamente più sciolta (i.e., all'inizio della sessione, normalmente, $Q \leq EC_{LIBERA}$). Si noti inoltre che $EC_{LIBERA} < EC_{TOT}$).

2. Attraverso l'applicazione determinata della propria *volontà*, il praticante potrà incrementare, in una data sessione di OLVE, la *quantità* di energia messa in movimento (condizione ideale), migliorando i risultati della sessione. Vale la pena anche menzionare che l'esecuzione regolare dell'OLVE promuove l'espansione della percentuale intrinseca di EC_{LIBERA} dell'individuo (condizione voluta), portando a un miglioramento della salute energetica generale (scioltezza energetica).

Commento

Questo attributo è direttamente collegato alla capacità di realizzare un ampio sbloccaggio chakrale o energosomatico.

• *Attributo primario 2: **fluidità***

Definizione

Bassa impedenza olochakrale. Malleabilità o docilità delle energie sotto il comando della coscienza. Opposto di viscosità energetica.

Concetti correlati

1. Gestibilità bioenergetica
2. Scioltezza energetica

³ Conformemente alla sua condizione pre-somatica (seconda dissoma), alla scioltezza energosomatica inerente, e alle circostanze del momento.

Particolarizzazioni

1. La *fluidità* energetica è un fattore intrinseco all'individuo, secondo il suo livello evolutivo (e conformemente al suo contesto esistenziale).
2. In principio, maggiore è il livello di *fluidità* e maggiore potrà essere l'ECLIBERA personale.

Commento

L'estensione dell'autodominio energetico e, conseguentemente, della *quantità* di energia mobilizzata nell'OLVE, promuovono anche un incremento del grado di *fluidità* olochakrale. Tale incremento, in generale, avviene nel corso di una determinata sessione di OLVE, ben eseguita. Tuttavia, con l'accumulo di esecuzioni frequenti e correttamente svolte di OLVE, il livello naturale (intrinseco) di *fluidità* dell'individuo si espanderà, in generale, nel corso dei mesi e/o anni, rendendo a sua volta più facile aumentare, tramite la volontà, la *quantità* di energia mobilizzata nell'OLVE.

- *Attributo primario 3: velocità*

Definizione

Grandezza inversamente proporzionale al tempo necessario all'impulso energetico per percorrere l'energosoma in un ciclo completo (periodo).

Velocità (scalare) media dell'impulso che percorre l'intero ciclo coronochakra-plantachakra-coronochakra. *N.B.*: la velocità istantanea dell'impulso è nulla agli estremi del movimento, subito prima dell'inversione del suo senso di marcia.

Concetti correlati

1. Frequenza dell'impulso energetico.
2. Tempo impiegato dall'impulso energetico per percorrere l'energosoma, da un estremo all'altro.
3. *Velocità* scalare dell'impulso energetico.

Particolarizzazioni

1. Nell'analisi di una determinata sessione completa di OLVE, è possibile riferirsi alla frequenza del movimento oscillatorio, la quale aumenta con l'aumento della *velocità* del movimento longitudinale.
2. Un aspetto centrale nel procedimento dell'OLVE è quello di aumentare la frequenza durante l'esecuzione di ogni sessione.

Commenti

1. La *velocità* (scalare) media qui considerata è direttamente proporzionale alla frequenza, essendo quest'ultima una grandezza più adeguata per esprimere questo parametro. Pertanto, per questioni di precisione ed accuratezza, dovrebbe essere impiegato il concetto di frequenza anziché quello di *velocità*. Tuttavia, poiché il concetto di frequenza è, generalmente, di più difficile comprensione per il praticante comune, si è deciso di optare per il termine di “velocità”, così da esprimere questo attributo utilizzando un concetto più semplice, che consenta una comprensione più intuitiva dell'aspetto in questione.
2. L'esistenza di un bloccaggio chakrale specifico può causare una diminuzione della velocità dell'impulso nella regione corrispondente al chakra in questione. Solitamente però, quando il praticante muove l'energia al di fuori di tale regione (i.e., dopo aver superato l'area energeticamente bloccata) è in grado di imprimere nuovamente all'impulso la sua *velocità* media.

• *Attributo primario 4: spazzolamento*

Definizione

Intervallo spaziale percorso dall'impulso energetico oscillatorio longitudinale.

Concetti correlati

1. Estensione della traiettoria dell'impulso energetico.
2. Ampiezza spaziale di propagazione dell'impulso bioenergetico.

Particolarizzazione

Copertura (totale o parziale) dell'energосoma nel tragitto bioenergetico.

Commento

Nell'OLVE, lo *spazzolamento* energetico deve coprire l'estensione totale dell'energосoma, dall'apice della paratesta alle suole dei parapiedi.

• *Attributo primario 5: rettilineità*

Definizione

Qualità della traiettoria energetica in linea retta e diretta attraverso l'energосoma, senza movimenti a spirale, circolari, curvi, sinusoidali, deviazioni, o altri movimenti non necessari che andrebbero ad alterare lo *spazzolamento* rettilineo dell'impulso energetico oscillatorio longitudinale.

Concetto correlato

Rettiludine della traiettoria dell'OLVE.

Particolarizzazioni

1. Preservazione della traiettoria ideale nello *spazzolamento* dell'impulso energetico durante l'OLVE.
2. La rettilineità favorisce lo *spazzolamento* completo dell'olochakra, con la migliore efficienza possibile, poiché determina il tragitto più corto – dritto e diretto – per percorrere l'energосoma da un'estremità all'altra, consentendo di realizzare tale percorso con il minor “dispendio energetico”, durante la propria OLVE.

Commenti

1. Per inesperienza, o mera mancanza di controllo energetico, non è raro che il praticante permetta la manifestazione di curve o deviazioni nel movimento dell'energia, nel corso dell'esecuzione dell'OLVE. Altre volte, nella ricerca (inadeguata ed erronea) di forme alternative per muovere l'energia, il praticante genera, coscientemente o incoscientemente, un flusso di energia spiraliforme, o altre forme di traiettorie non rettilinee.

2. Spesso è la presenza di blocchi energetici a causare le deviazioni dell'energia, la quale, anziché seguire un flusso laminare attraverso l'energосoma, produce un tipo di "turbolenza energetica", perturbatrice della *rettilinearità*. *N.B.*: Se l'energia si muove in modo naturale lungo delle curve nel suo percorso, questo è dovuto al fatto che sta deviando da certi chakra o regioni; così facendo, non raggiungerà tutti i punti dell'energосoma nel modo più diretto ed efficace possibile. In altre parole, se non si farà valere la *rettilinearità*, i blocchi energetici rischieranno di rimanere immutati.
3. Le sinuosità e turbolenze nel flusso energetico ostacolano il raggiungimento della condizione di risonanza, compromettendo la coerenza del regime energetico che conduce allo SV.
4. Se al praticante manca la coordinazione per muovere l'energia lungo una linea retta (la traiettoria più semplice), è improbabile che possa coordinare movimenti più complessi, per esempio a forma di spirale, con abilità sufficiente da raggiungere la piena eccellenza nella *quantità, profondità* e negli altri attributi qui analizzati. *N.B.*: Quando il praticante ritiene che sia più facile mobilizzare le energie lungo percorsi non rettilinei, questo è dovuto in generale al fatto che, in queste manovre energetiche, finisce col mobilizzare unicamente le energie più sciolte (e solitamente più superficiali) del suo energосoma, procurandogli così sensazioni più immediate e facilmente identificabili, sebbene anche più lievi ed effimere. Tali sensazioni, generalmente, non corrispondono all'*attivazione* dell'energосoma, e tale procedimento (di mobilizzazione superficiale delle energie) non produce tutti i benefici dell'OLVE, non essendo in grado di manifestare i diversi attributi di controllo dello SV qui studiati.

Attributi energосomatici derivati

Questi attributi si riferiscono agli elementi dell'OLVE che è possibile manifestare sulla base dell'esistenza (o espressione) di

altri attributi. Gli attributi derivati elencati qui di seguito si deducono dagli attributi primari, e sono l'espressione di diversi livelli di interrelazione, tra di essi o con altri parametri.

- *Attributo derivato 1: **consistenza***

Definizione

OLVE eseguita senza riduzione o alterazioni indesiderabili della *quantità* di energia mobilizzata, che viene mantenuta inalterata o incrementata nel corso della pratica.

Concetti correlati

1. Linearità (variazione lineare) della *quantità*.
2. Assenza di fluttuazioni indebite nella *quantità* di energia mobilizzata.
3. Progressività regolare della *quantità*.

Commento

Nell'OLVE, la condizione ideale consiste nel promuovere un incremento stabile e lineare della *quantità*, stabilendo l'autosostenibilità della sua progressione nel corso della sessione.

- *Attributo derivato 2: **ritmo***

Definizione

Continuità e stabilità della *velocità* di propagazione dell'impulso e della sua successiva accelerazione (compreso il periodo di tempo richiesto per invertirne il senso).

Concetti correlati

1. Mantenimento o progressione lineare della *velocità* del movimento oscillatorio.
2. Misura o cadenza dell'impulso energetico nel corso dell'OLVE.
3. Stabilità della *velocità* e, quindi, dell'accelerazione dell'impulso energetico.
4. Livello di regolarità dell'accelerazione.

Particolarizzazioni

1. OLVE senza soluzione di continuità, alterazioni brusche o fluttuazioni indebite nella *velocità* o frequenza; i.e., non ci sono *brevi interruzioni, momenti di riposo o pause per ritrovare la concentrazione od osservare le sensazioni*.
2. Analogo al “tempo”, in ambito musicale.

Commenti

1. La linearità della *velocità* (in funzione del tempo, da percorso a percorso) è un fattore fondamentale.
2. L’accelerazione dell’impulso energetico deve verificarsi; tuttavia, deve avvenire in modo continuo, ossia, senza alterazioni brusche del suo *ritmo*. Pertanto, non è previsto che il *ritmo* rimanga costante durante tutta la sessione dell’OLVE; nondimeno, la progressività armonica, con aumento graduale, omogeneo e lineare della *velocità*, è la condizione appropriata per l’esecuzione dell’OLVE, in grado di favorire l’installazione dello SV.
3. Alle volte, i principianti permettono alla velocità di fluttuare da percorso a percorso, così come, nell’ambito di uno stesso percorso (mezzo ciclo), imprimono all’impulso diverse velocità, mancando in questo modo di conferire *ritmo* all’OLVE.
4. Idealmente, per raggiungere la massima *velocità* media in un determinato percorso, il praticante dovrà accelerare rapidamente l’energia subito dopo averne invertito il senso di propagazione, mantenendo la velocità costantemente al suo massimo durante tutto il percorso, decelerandola poi quando molto prossima alla fine del tragitto in questione, ossia, appena prima di procedere all’inversione del suo senso di propagazione.

• Attributo derivato 3: **profondità**

Definizione

Completezza di penetrazione ed azione dell’impulso energetico su ogni segmento del corpo, entrando in profondità nell’energosoma sia spazialmente che multidimensionalmente;

i.e., andando oltre gli strati “più accessibili” dell’energосoma e, di conseguenza, raggiungendo i penseri “più rigidi” (bloccati, antichi, patologici, profondi, cristallizzati o fossilizzati).

Concetti correlati

1. Estensione e portata dell’impulso energetico.
2. Eccellenza nello *spazzolamento* energetico dell’energосoma.

Particolarizzazione

L’OLVE è in grado, a un estremo, di influenzare e mobilitare solamente le energie già sciolte e libere (ECLIBERA); oppure, all’altro estremo, di includere il “midollo dell’energосoma”, promuovendo un rivoltamento energetico profondo e agendo quindi sulle energie ristagnanti, refrattarie all’evoluzione, inclusi i retropensieri e le cicatrici retrosichiche.

Commento

I blocchi energetici, parziali o generalizzati (bassa *fluidità*), riducono il livello di *profondità*, dando vita a un circolo vizioso che deve essere rotto dalla coscienza, mediante l’applicazione adeguata del binomio *quantità-profondità*.

• *Attributo derivato 4: coesione*

Definizione

Grado di concentrazione spaziale dell’energia nell’impulso.

Concetti correlati

1. Qualità di propagazione dell’impulso bioenergetico.
2. Compattezza nella propagazione energetica.
3. Larghezza dell’impulso.

Particolarizzazione

Per esempio, si può avere: (1) una propagazione ben definita, senza dispersione o riverberazione che promuovano una dissipazione della forza dell’impulso energetico; oppure (2) una propagazione dispersiva, con formazione di una “scia” energetica dell’impulso.

Commento

Se la *quantità* totale di energia in movimento (Q) è uguale alla quantità di energia che attraversa, in ogni percorso (mezzo-ciclo), una data sezione trasversale del soma, allora si ha a che fare con una propagazione del “tipo 1” di cui sopra (condizione ideale). Se, d'altra parte, l'energia che attraversa una data sezione trasversale dell'energosoma è minore di Q, poiché parte di essa sta ancora passando attraverso sezioni trasversali anteriori dell'energosoma, a causa di un ritardo o trascinamento dell'impulso (dispersione dell'intensità dell'impulso), allora si ha a che fare con una propagazione del “tipo 2” (condizione indesiderata).

- *Attributo derivato 5: **attivazione***⁴

Definizione

Condizione di intensificazione della potenza energetica, risultante nell'attivazione bioenergetica chakrale, generale o parziale, dell'energosoma.

Concetti correlati

1. Intensificazione bioenergetica raggiunta, parziale o generalizzata.
2. Dinamizzazione o attivazione energosomatica.

Particolarizzazioni

1. Risultato della combinazione sinergica degli attributi dell'OLVE, essendo questo un attributo direttamente correlato all'eccellenza nell'applicazione degli attributi primari.
2. Quando l'*attivazione* raggiunge un livello tale da produrre risonanze bioenergetiche in tutto l'energosoma, viene allora classificata come SV. Pertanto, lo SV è proporzionale alla magnitudine dell'*attivazione* energetica (A), o della risonanza ottenuta. Così, diversi gradi di risonanza produrranno

⁴ Vedere nella sezione “L'attivazione energosomatica” le note relative a questo attributo, il quale, per scopi pratici e per la misurazione dello stato vibrazionale, consiste nello SV in quanto tale.

diversi livelli di intensità dello SV, così come diversi effetti e ripercussioni.

Commenti

1. L'*attivazione* può avvenire in un singolo (o alcuni) chakra, o in tutto l'energосoma (olochakra), essendo quest'ultima la condizione ideale ricercata, la quale, a dipendenza dell'intensità, potrà essere considerata come uno SV.
2. Non sempre ad ogni *attivazione* corrisponde uno SV, poiché non sempre viene raggiunta la risonanza completa dell'energосoma, o non sempre l'*attivazione* è in grado di autosostenersi al punto da poter essere considerata uno SV. È necessario un livello minimo di attivazione energосomatica (A_{MIN}) affinché questa possa essere considerata uno SV, indipendentemente dall'intensità (I_{SV}) di quest'ultimo; i.e., quando $A \geq A_{MIN}$, allora avviene lo SV. *N.B.*: Non si sa ancora come misurare A_{MIN} .
3. In rari casi, la risonanza coinvolge più veicoli di manifestazione, oltre all'energосoma, potendo estendersi all'intero olosoma. *N.B.*: Tale condizione è più probabile che avvenga quando la coscin (coscienza intrafisica) si trova in uno stato di profondo rilassamento o di discoincidenza parziale.

Attributi energосomatici composti

Gli attributi composti dell'OLVE si riferiscono a interrelazioni esistenti tra attributi energосomatici primari e derivati, o tra attributi energосomatici e altri fattori⁵, a causa di vincoli di natura diversa, che intervengono nell'esercizio di autocontrollo bioenergetico necessario per eseguire l'OLVE.

Pertanto, le interrelazioni tra i componenti degli attributi composti possono dare luogo ad associazioni, interferenze o sinergie, tra gli elementi che li costituiscono, andando a loro volta ad influenzare il risultato della tecnica, così come la capacità della coscienza di produrre lo SV a volontà, ossia, anche quando sotto pressione avversa, in presenza di difficoltà

⁵ Ad esempio: attributi coscienziali.

personali, o di affezioni e inquietudini interiori.

Il vincolo di interrelazione può provenire da (possibili) interferenze che un componente dell'attributo può produrre su un altro componente, in modo da alterarlo, annullarlo o corromperlo, formando una relazione di influenzabilità nella sua manifestazione. Il vincolo esistente tra gli elementi che formano gli attributi composti può essere anche di natura sinergica, complementare o intersezionale, formando una sorta di binomio di manifestazione.

- *Attributo composto 1: **relazione quantità-velocità***

Definizione

Capacità di mantenere la *quantità* di energia mobilizzata stabile (o in aumento), mentre viene accresciuta volontariamente la *velocità* di propagazione dell'impulso energetico.

Concetto correlato

Conservazione (o aumento, se del caso) della *quantità*, nonostante l'aumento della *velocità*.

Commento

Per il principiante, è una condizione comune la riduzione della *quantità* quando viene aumentata la *velocità* dell'OLVE.

- *Attributo composto 2: **relazione profondità-velocità***

Definizione

Mantenimento di un alto grado di estensione e portata dell'impulso energetico (*profondità*), indipendentemente dalla velocità applicata.

Concetto correlato

Penetrazione e permeabilità completa dell'impulso energetico attraverso i canali interchakrali, anche quando si promuove l'aumento della *velocità* dell'OLVE.

Commento

Solitamente il praticante inesperto finisce col ridurre la

profondità del flusso energetico quando promuove un aumento della frequenza (i.e., l'accelerazione dell'impulso).

- *Attributo composto 3: **relazione spazzolamento-velocità***

Definizione

Mantenimento del percorso completo di propagazione dell'impulso energetico longitudinale (dalla parte superiore della paratesta alle piante dei parapiedi), indipendentemente dalla *velocità* applicata.

Concetto correlato

Completezza dello *spazzolamento* energetico dell'energosoma, anche quando aumenta la *velocità* dell'OLVE.

Commento

In generale, quando promuove un aumento della *velocità*, il praticante principiante tende ad invertire il senso di marcia dell'impulso prima che questo abbia raggiunto l'estremo del suo percorso (coronochakra o plantochakra).

- *Attributo composto 4: **relazione ritmo-velocità***

Definizione

Mantenimento del *ritmo* o oscillazione dell'impulso, indipendentemente dalla *velocità* applicata.

Concetto correlato

Livello di regolarità dell'oscillazione dell'impulso energetico durante lo sviluppo dell'intera sessione, anche quando aumenta la *velocità* dell'OLVE.

Commento

Normalmente, il principiante perde il *ritmo*, o si confonde, nel tentativo di accelerare l'impulso. Questo lo porta, molte volte, a limitare la *velocità* al fine di garantire la qualità del *ritmo*.

- **Attributo composto 5: *relazione “sostegno dell’oscillazione”- “applicazione di sforzo”***

Definizione

Mantenimento effettivo dell’eccellenza dell’OLVE, indipendentemente dal livello di sforzo richiesto per farlo.

Concetti correlati

1. Coesione ferma e ininterrotta della qualità di manifestazione degli attributi primari dell’OLVE.
2. Mantenimento dello sforzo *versus* mantenimento del risultato.

Commento

In generale la coscienza assume, come proprio punto di riferimento, lo sforzo personale applicato, che viene di conseguenza mantenuto costante durante la sessione. Così, quando si manifestano blocchi energetici o interferenze, il movimento oscillatorio finisce col ridursi, in funzione della diminuzione della *fluidità* (che rende la mobilitazione delle bioenergie più faticosa). *N.B.*: La condizione corretta è il mantenimento inflessibile dell’OLVE, con una progressione adeguata della *quantità* e *velocità*, indipendentemente dagli ostacoli incontrati (mantenimento del risultato).

- **Attributo composto 6: *binomio rettilineità-profondità***

Definizione

Effetto diretto che la *rettilineità* può esercitare su un’applicazione ottimale della *profondità* dell’OLVE.

Concetto correlato

Superficialità del flusso energetico, o riduzione della *profondità* di penetrazione dell’energia nella totalità dei canali interchakrali dell’energosoma, a causa di deviazioni, turbolenze o curvature promosse nel corso della mobilitazione dell’energia attraverso l’energosoma.

Commenti

1. La *rettilineità*, associata a un'adeguata *quantità*, garantisce il passaggio dell'energia attraverso tutti i punti dell'energосoma (completezza) e, pertanto, è in relazione diretta con la *profondità* raggiunta. *N.B.*: Se l'energia devia, presumibilmente lo fa rispetto a determinate aree (dove, probabilmente, vi sono blocchi o cristallizzazioni energetiche legate a retrotraumi), pertanto, la deviazione rivela la presenza di una mobilitazione inadeguata lungo le vie chakrali energosomatiche.
2. Se è vero che la *rettilineità* può aiutare ad ottenere maggiore *profondità*, l'inverso è altrettanto vero. Infatti, poiché un'adeguata *profondità* favorisce lo sbloccaggio energetico, la mobilitazione rettilinea delle energie verrà facilitata nella misura in cui si raggiungerà maggiore padronanza nell'impiego della *profondità* (in funzione dello sbloccaggio ottenuto).

- **Attributo composto 7: binomio quantità-profondità**

Definizione

Effetto che la *quantità* esercita sulla *profondità* del flusso energetico e, conseguentemente, sul risultato in termini di sblocco dell'OLVE.

Concetto correlato

Livello di completezza, penetrazione e diffusione dell'impulso energetico attraverso i canali interchakrali ed energosomatici (i.e., *profondità*), quale conseguenza di un'applicazione adeguata della *quantità*. *N.B.*: Tale condizione è in grado di promuovere l'ampliamento del livello di ECLIBERA.

Commento

Maggiore la *quantità* e l'intensità energetica dell'impulso e maggiore è la possibilità che lo stesso fluisca attraverso tutti i circuiti di interconnessione chakrale, raggiungendo una maggiore *profondità* e potendo in questo modo promuovere anche delle ripercussioni multiveicolari (in più di un solo corpo dell'olosoma).

- *Attributo composto 8: **binomio azione-rilassamento***

Definizione

Combinazione sinergica, apparentemente paradossale, applicata dal praticante, di: (1) capacità di azione diretta sulle bioenergie (volontà attiva, azione energosomatica comandata dall'energosoma) e (2) rilassamento intimo (i.e., diminuzione di aspettativa o ansietà) per consentire il raggiungimento della dinamizzazione olochakrale (o SV).

Concetti correlati

1. Binomio autocontrollo-acquiescenza.
2. Azione volitiva non-somatica.

Commenti

1. Molte volte lo SV *giunge al praticante* quale conseguenza della scioltezza ed attivazione energosomatica ottenuta attraverso la mobilitazione attiva delle energie.
2. In certi casi, e per diverse ragioni, lo SV viene facilitato o intensificato dai protettori durante l'OLVE, ad esempio per fornire assistenza nello sbloccaggio generale del praticante.
3. Senza un'adeguata postura di apertura intima, il praticante potrà, inavvertitamente, frenare la comparsa dello SV.

Attributi intracoscienziali intercorrenti

Alcuni attributi coscienziali sono più strettamente connessi al risultato e alla qualità dell'OLVE. La loro manifestazione influisce direttamente sulla capacità di autocontrollo bioenergetico dell'individuo e sullo sviluppo efficace della mobilitazione energetica.

A rigor di logica, possiamo affermare che, se la coscienza intrafisica applica pienamente nel suo esercizio di mobilitazione energetica gli attributi coscienziali qui di seguito elencati, in una certa forma, e a un qualche livello, l'OLVE si verificherà, dando luogo a un graduale miglioramento della condizione energosomatica e dell'autocontrollo bioenergetico e, di conseguenza, col tempo, allo SV. *N.B.*: Questo rimane vero, anche se il praticante non

percepisce le proprie energie durante l'esecuzione dell'OLVE.

- *Attributo coscienziale 1: **intento***

Definizione

Risoluzione inelletto-mentalsomatica proveniente da una comprensione profonda del valore di un determinato obiettivo, portando la coscin (coscienza intrafisica) all'intenzione e decisione legittima di cercare dei modi per raggiungerlo.

In questo contesto, si riferisce all'atto di desiderare di fatto, a qualunque costo, la mobilitazione delle EC (energie coscienziali) personali, indipendentemente dall'esistenza o probabile emergenza di difficoltà od ostacoli.

Concetti correlati

1. Decisione intima legittima.
2. Deliberazione personale.
3. Interesse orientato e contestualizzato.
4. Risoluzione ferma.

- *Attributo coscienziale 2: **volontà***

Definizione

Determinazione intima che spinge la coscienza a realizzare il proprio obiettivo.

Concetti correlati

1. Sforzo intimo direzionato.
2. Persistenza nell'azione/esecuzione.
3. Elemento base promotore dell'autocontrollo.

Particolarizzazione

La *volontà* si riferisce alla qualità dell'impegno e alla diligenza intima applicata, essendo, nella fattispecie, l'attributo che fa da coronamento all'*intento*, promuovendo la realizzazione del "lavoro" effettivo, mediante l'applicazione dello sforzo necessario per l'esecuzione efficace dell'OLVE. Trattandosi della materializzazione dell'*intento*, la *volontà* è un elemento chiave, motore dell'impulso energetico e, conseguentemente, promotore dello SV.

Commenti

1. Elemento principale di mantenimento e gestione della non dispersione dello sforzo, mediante un'azione/attuazione direzionata direttamente ed esclusivamente sull'energосoma.
2. La *volontà* è il fattore responsabile per l'applicazione di un'instancabile dedizione personale nel corso del tempo, fino al raggiungimento dell'obiettivo desiderato.
3. Risorsa in grado di promuovere l'adeguata manifestazione della *relazione "sostegno dell'oscillazione"- "applicazione di sforzo"*.
4. Fattore indispensabile per un autocontrollo autentico.

• *Attributo coscienziale 3: **attenzione***

Definizione

Capacità di mantenere la focalizzazione durante l'intera applicazione della tecnica, senza interruzioni mentali, distrazioni o deviazioni.

Concetti correlati

1. Concentrazione.
2. Assenza di dispersione.

Commenti

1. L'*attenzione* è alla base dell'esecuzione stessa dell'OLVE, poiché, senza una direzione e qualificazione dell'attenzione, l'esecuzione della mobilitazione energetica longitudinale ne risulterà compromessa; questo anche se il praticante possiede, come suo potenziale intrinseco, la capacità di padroneggiare gli attributi dell'OLVE.
2. È comune che il praticante si distraa a causa di stimoli esterni, sensazioni somatiche, o anche sensazioni energetico-chakrali promosse dall'esercizio stesso.
3. I pensieri spontanei che si manifestano durante l'OLVE possono disperdere la concentrazione, soprattutto se collegati ad emozioni o se provocati da intrusioni pensieristiche.

L'INSTALLAZIONE DELLO STATO VIBRAZIONALE

Variazioni della tecnica

Come osservato, il procedimento della tecnica dell'OLVE è estremamente semplice. Tuttavia, affinché possa produrre il massimo risultato possibile (secondo il potenziale di ogni coscienza), è necessario che sia portata attenzione alla qualità di applicazione degli attributi coinvolti nel procedimento stesso.

Anche quando i praticanti si dedicano con cura all'applicazione di ogni attributo del VELO, delle variazioni naturali nell'esecuzione della tecnica possono presentarsi, a seconda dello stile e predisposizioni del singolo individuo. Si noti che, per poter essere di fatto definite "variazioni" (che possiedono ancora gli obiettivi, gli effetti e i benefici dell'OLVE), queste non possono prescindere dai fondamenti dell'esecuzione della tecnica.

Per esempio⁶, non farà differenza in termini di risultato se il praticante:

1. Comincerà la mobilitazione energetica longitudinale a partire dal coronachakra o dai plantachakra. In entrambe queste condizioni, se ognuno dei susseguenti percorsi energetici comporterà uno *spazzolamento* completo, il risultato sarà il medesimo.
2. Darà inizio all'OLVE a partire da un chakra specifico, diverso da quelli menzionati al punto 1. Anche in questo caso non vi sarà compromissione del risultato della tecnica se, una volta iniziata la mobilitazione, l'impulso procederà con uno *spazzolamento* completo e costante. *N.B.:* Per meglio sentire e guidare le energie, alcune persone preferisco-

⁶ La breve lista che segue ha uno scopo illustrativo, volendo unicamente esemplificare al lettore il tipo di variazioni che normalmente possono verificarsi senza compromettere negativamente il risultato dell'OLVE e alterarne la corretta esecuzione.

no iniziare l'OLVE a partire da un chakra che hanno maggiore predisposizione a percepire.

3. Si focalizzerà più intensamente sull'inversione del senso di propagazione dell'impulso (ossia, quando viene raggiunta una delle estremità dell'energosoma e l'energia prende a risalire, se prima stava scendendo, e viceversa), conferendo una spinta più vigorosa in questi punti. Questo accorgimento, in generale, è un modo per alcuni praticanti di preservare la qualità dell'impulso (per esempio, del suo *ritmo* e *consistenza*).

Ulteriori variazioni, accettabili per i praticanti ancora principianti nell'esecuzione della tecnica o nel controllo degli attributi dell'OLVE sono le seguenti:

1. Quando avviene una propagazione dispersiva e ritardata dell'impulso energetico, alcuni individui proseguono nel muovere le energie verso l'estremità dell'energosoma, procedendo all'inversione del senso di propagazione dell'impulso energetico solo quando la *quantità* totale di energia (Q) messa in moto in quello specifico percorso ha raggiunto il target del punto estremo dell'energosoma (ossia, il coronochakra o i plantochakra, a seconda del percorso in questione). Didatticamente parlando, possiamo dire che è come se la coscin "aspettasse" che tutte le energie in ritardo arrivino a destinazione prima di procedere all'inversione del senso di marcia. *N.B.*: Questo procedimento, in alcuni casi, è vantaggioso, poiché evita che il praticante finisca col muovere una *quantità* sempre più ridotta di energia rispetto alla sua ECLIBERA, a causa di una propagazione "del tipo 2", così come definita nella descrizione dell'attributo derivato della *coesione*. Tuttavia, la condizione che porta il praticante a manifestare questo tipo di propagazione energetica (non ideale) dovrà essere identificata e superata il più rapidamente possibile, affinché possa essere promossa una propagazione coesa e corretta delle energie.

2. Alcune persone optano per fare, per un breve momento, una mobilitazione energetica lungo una porzione minore dell'energосoma (per esempio, dal frontochakra all'ombelicochakra), prima di attuare la tecnica dell'OLVE, ossia, prima di fare in modo che l'impulso energetico realizzi uno *spazzolamento* completo, percorrendo tutto l'energосoma, da un'estremità all'altra. Tale procedimento, in alcuni casi, aiuta nel mantenimento della focalizzazione (*attenzione*) e nello sbloccaggio iniziale o parziale. *N.B.*: È importante sottolineare che tale mobilitazione energetica modulare (per moduli di segmenti dell'energосoma) non rimpiazza e non è in grado di produrre gli stessi effetti dell'OLVE completa. Pertanto, non può essere definita come "tecnica dell'OLVE", trattandosi unicamente di un procedimento pre-OLVE, di "riscaldamento", che dovrà essere abbandonato col tempo.

Il fattore tempo

Sebbene il *tempo* (qui inteso come durata della sessione) sia una variabile relativa all'esecuzione dell'OLVE, si tratta di un fattore estrinseco alla coscienza e, pertanto, si differenzia dagli attributi sopra discussi per quanto attiene alla sua applicazione, ruolo e influenza sullo SV.

Per il principiante, il *tempo*⁷ (T) in cui si applica nell'esecuzione della tecnica è generalmente importante. Ossia, dato il suo livello di *fluidità* e autocontrollo in generale, più saranno i cicli energetici che realizzerà in una determinata sessione, e migliori saranno le condizioni e possibilità che avrà di potenziare la propria energia e raggiungere lo stato di risonanza dell'energосoma.

Una sessione di OLVE si riferisce a un periodo di mobilitazione ininterrotta delle EC personali. Pertanto, se il praticante effettua 40 minuti di OLVE, ma si distrae

⁷ La lettera maiuscola "T" viene usata qui per indicare il tempo inteso come durata della sessione di applicazione della tecnica.

approssimativamente ogni 2 minuti – interrompendo o alterando di conseguenza la sessione – questa produrrà l'effetto, al termine del tempo, di 20 minisessioni consecutive e non di una lunga sessione di 40 minuti.

L'esecuzione di una lunga sessione produce degli effetti cumulativi, che promuovono determinati benefici ed esiti positivi tangibili nell'olosso del praticante, chiaramente identificabili. Tali risultati, tuttavia, difficilmente saranno ottenibili in egual misura mediante l'esecuzione di numerose minisessioni consecutive, così come descritto nel precedente paragrafo.

A parte l'ovvietà del fatto che l'accumulazione degli effetti non potrà avvenire allo stesso modo in una lunga sessione (ininterrotta), rispetto a molte minisessioni consecutive, possiamo osservare che la ricorrenza di una serie di interruzioni e pause non pianificate è anche segno di una mancanza di autocontrollo energetico da parte del praticante e, conseguentemente, di un'assenza di un'adeguata applicazione degli attributi discussi in questo articolo. Tali interruzioni rivelano pertanto che il praticante non sta realizzando l'OLVE correttamente, o al massimo del proprio potenziale intrinseco.

Quando l'individuo necessita ancora di acquisire maggiore autocontrollo sugli attributi dell'OLVE (e dello SV), la prassi di applicazione della tecnica che produrrà i migliori risultati è la realizzazione di molte sessioni distribuite nel corso della giornata (periodo di veglia fisica). Si suggerisce, come regola generale, l'esecuzione, per un dato periodo di tempo⁸, di 20 sessioni giornaliere distanziate preferibilmente da intervalli di tempo uguali. *N.B.*: Il praticante, o il suo allenatore/valutatore, potrà giungere alla conclusione che un numero inferiore di sessioni giornaliere sia sufficiente, o potrà concludere che sia necessario realizzare più di 20 sessioni al giorno, per riuscire a raggiungere i risultati desiderati.

Anche se (a causa di una *fluidità* non ideale, o di altri attributi non sufficientemente sviluppati) il praticante non è in grado di raggiungere lo SV, ai fini del suo allenamento e

⁸ Giorni, settimane, o anche vari/molti mesi.

dell'acquisizione di autocontrollo sugli attributi dell'OLVE, una durata approssimativa di 5 minuti per sessione – ininterrotti, senza distrazioni o autocorruzioni – dovrebbe essere generalmente in grado di promuovere un miglioramento dell'autocontrollo su tali attributi.

Per quanto l'OLVE sia un procedimento semplice, nella maggioranza dei casi saranno necessari, in generale, mesi o addirittura anni di dedizione prima che il praticante medio possa raggiungere un livello di *fluidità* e parapsicomotricità [ALE, 1992] tali da consentirgli di applicare una maggiore *quantità* nella tecnica, portandolo così a un maggior controllo dei diversi attributi dell'OLVE e dello SV, oltre che a un'espansione effettiva più permanente della sua ECLIBERA.

Durante questo tempo, il praticante percepirà una progressione (in generale non lineare) nel suo autocontrollo, poiché realizzando l'OLVE correttamente sarà in grado di conseguire risultati sempre migliori in sessioni ogni volta più brevi.

È importante chiarire che se il praticante eseguirà unicamente uno *stato tensionale*⁹, nemmeno 60 sessioni giornaliere da 5 minuti cadauna, o 5 sessioni giornaliere complete e ininterrotte di un'ora, saranno in grado di produrre un qualunque risultato.

Possiamo quindi osservare che, sebbene (a dipendenza della condizione personale del praticante) il mantenimento dell'OLVE per un considerevole periodo di *tempo* possa essere fondamentale per l'ottenimento di un ragionevole livello di *attivazione* olochakrale, l'importanza della durata dell'esercizio è interconnessa alla qualità di manifestazione degli attributi dell'OLVE.

Pertanto, la rilevanza del fattore *tempo*, se paragonata a quella degli altri attributi, sarà in generale inversamente correlata al controllo degli attributi in questione. Ossia, senza un livello minimo di dominio sugli attributi dell'OLVE, la probabilità di installare lo SV sarà ridotta, anche quando la tecnica verrà eseguita per un periodo sufficiente di *tempo*. D'altra parte, migliore sarà l'applicazione degli attributi dell'OLVE e minore

⁹ Vedi la sezione "Sfaccettature dello SV".

sarà il *tempo* richiesto all'individuo per raggiungere dei risultati.

Ciononostante, anche se apparentemente paradossale, è la pratica stessa dell'OLVE che consentirà all'individuo di acquisire l'autocontrollo di questi attributi (anche se lo SV non viene raggiunto o se non si percepiscono chiaramente le energie). È essenziale pertanto investire nella cura e nella qualità dell'OLVE. *N.B.:* Quando la coscin conquista un controllo più effettivo sugli attributi dell'OLVE, non è raro che uno SV di alto livello possa essere attivato anche dopo pochi secondi di mobilitazione energetica, ossia, con un'OLVE di appena uno o alcuni cicli.

L'attivazione energosomatica¹⁰

L'intensità dello SV (I_{sv}), espressione dell'eccellenza della risonanza energetica, dipende direttamente dalla *quantità* di energia (Q) mobilizzata in un dato periodo di tempo. Quindi, la *velocità* (V) dell'impulso energetico longitudinale ciclico, è anch'essa rilevante, dato che se la velocità aumenta¹¹, aumenterà anche il numero di volte che quella data *quantità* di energia passerà per una determinata sezione trasversale dell'energosoma, per unità di tempo, aumentando così, dal punto di vista dell'energia che attraversa i canali interchakrali, l'effetto della mobilitazione energetica.

La summenzionata *velocità* può essere definita, alternativamente, come il numero di volte, o di cicli (N), che questa *quantità* di energia passa attraverso l'energosoma, diviso

¹⁰ Le formule qui presentate servono unicamente ad esprimere le informazioni con un'altra "forma di linguaggio", la quale, a dipendenza del *background* accademico o dello stile intellettuale personale del lettore, potrà contribuire alla comprensione del soggetto. Pertanto, nel caso in cui il lettore abbia delle difficoltà nella lettura di formule matematiche, questi potrà comunque accedere alle informazioni attraverso le discussioni descrittive/concettuali della sezione.

¹¹ Sempreché la *quantità* mobilizzata non subisca riduzioni (*relazione quantità-velocità*).

per il periodo di tempo (T) della sessione di pratica ($V=N/T$). Nel caso particolare in cui si considera che Q sia mantenuta costante durante l'OLVE, se stabiliamo un parallelo tra l'*attivazione* (A) e il concetto di potenza così come inteso in fisica (i.e., la quantità di energia che passa, in media, attraverso l'energosome, per unità di tempo), possiamo affermare, semplificando la discussione per scopi pedagogici, che $A \sim Q \times N/T$, o ancora che $A \sim Q \times V$. Vale a dire, l'*attivazione* (A) è proporzionale alla *quantità* (Q) moltiplicata per la *velocità* (V).

Il *ritmo* dell'OLVE è essenziale, poiché conferisce regolarità all'impulso, condizione che a sua volta contribuisce al raggiungimento di una frequenza favorevole alla risonanza, cioè a un'*attivazione* energetica di sufficiente livello (A_{MIN}) da poter essere considerata come installazione dello SV.

Si noti che vi sono stati vibrazionali che avvengono in modo spontaneo (o meglio, apparentemente spontaneo), che sono sponsorizzati dai protettori o stimolati da altri fattori: fisici, extrafisici, mentalsomatici o energetici. Pertanto, in questi casi, sebbene il valore di Q e V prodotti direttamente dal praticante possano essere pari a zero, lo SV potrà nondimeno verificarsi.

Nel caso di uno SV autopromosso dall'OLVE, è importante menzionare che senza la mobilitazione di una *quantità* considerevole di energia, per quanto sia estesa la durata (T) dell'esercizio, la risonanza difficilmente sarà di livello adeguato, poiché il livello di *attivazione* non sarà probabilmente sufficiente.

Pertanto, a titolo di congettura, proponiamo una formula fenomenologica più completa della precedente (comunque, sempre solo indicativa delle possibili relazioni di alcuni di questi attributi con l'*attivazione* energosomatica) per esprimere l'installazione dello SV, nella quale viene incluso anche il fattore *tempo*: $A \sim Q^a \times V^b \times T^c$, dove a , b e c sono dei fattori adimensionali strettamente positivi (diversi da zero) – ancora sconosciuti – che stabiliscono il peso della contribuzione relativa, o proporzionale, di ogni singolo attributo per quanto attiene all'*attivazione*.

Secondo l'esperienza dell'autore, tutto sembra indicare che

$a > b > c$. Ossia, che la *quantità* è più rilevante della *velocità*, mentre il *tempo* della sessione è il meno rilevante dei tre attributi (i.e., la corretta applicazione degli attributi discussi in questo articolo sarebbe più rilevante della durata dell'OLVE).

Sicuramente, vi sono altri fattori che intervengono nell'installazione dello SV che potrebbero essere inseriti nella formula; tuttavia, siamo ancora lontani dal conoscere la loro relazione qualitativa e quantitativa nei confronti dello SV.

È importante sottolineare che la formula sopradescritta cerca unicamente di tradurre un'informazione qualitativa, ossia di illustrare, unicamente per scopi didattici, gli aspetti discussi nella sezione "L'installazione dello stato vibrazionale".

Quando si paragonano le diverse sessioni di uno stesso praticante, è possibile osservare che spesso le OLVE realizzate sono distinte tra loro, tanto per quanto riguarda la loro esecuzione che per le sensazioni e gli effetti che producono. Lo stesso è vero per gli SV raggiunti. Questo fatto accresce la difficoltà nella determinazione di possibili modelli di riferimento stabili per tale fenomeno.

È importante ricordare che sull'*attivazione*, o risonanza olochakrale, influiscono anche gli attributi derivati, composti e intracoscientziali, i quali a loro volta possono annullare, ridurre o potenziare i risultati. Da ciò si deduce l'importanza degli stessi per l'installazione volontaria dello SV, oltre che la difficoltà di giungere a un modello preciso e standard per esprimere questo fenomeno.

Sfaccettature dello SV

Come già precedentemente menzionato, possiamo quindi concludere che vi sono situazioni per le quali, a causa dell'intercorrere di variabili esterne o di un manco di autocontrollo bioenergetico personale, il praticante inesperto non raggiungerà l'installazione dello SV durante la sessione di pratica energetica. Tuttavia, è bene ricordare nuovamente che nella grande maggioranza dei casi, solamente nel realizzare l'OLVE (anche senza raggiungere l'*attivazione* delle bioenergie

o lo SV), già si osserveranno dei benefici tangibili, di diverso livello e tipo, con diverse ramificazioni e conseguenze. Pertanto, quanta più cura e dedizione verrà posta dalla coscin nell'esecuzione corretta dell'OLVE, e migliori saranno i risultati positivi che otterrà.

Spesso, i praticanti meno esperti hanno difficoltà nel discernere ciò che sperimentano, non sapendo distinguere tra (1) le sensazioni energetiche prodotte unicamente dalla messa in moto delle energie durante l'OLVE, (2) i risultati energosomatici ottenuti quale conseguenza di una corretta e diligente applicazione dell'OLVE, e (3) la risonanza energetica (A) o installazione dello SV in quanto tale.

Ci sono stati vibrazionali e **Stati Vibrazionali!** Ossia, quando si arriva ad installare lo SV, dobbiamo ancora verificare quale sia la sua natura e intensità (Isv). Stai vibrazionali differenti possono produrre effetti e ripercussioni differenti nella coscienza del praticante.

Vale anche la pena chiarire che, una volta che viene installato lo SV, ossia, una volta che viene raggiunto un livello adeguato di risonanza di tutto l'energosoma, la risonanza si sovrappone alla manifestazione degli altri attributi.

Una delle difficoltà più frequenti nella valutazione dei risultati personali è la confusione tra energosoma e soma. Ossia, gli effetti della tensione somatica (inappropriata) – e i tremori o movimenti fisici ad essa associati – vengono confusi con l'*attivazione* dell'energosoma. Così facendo, il praticante finisce col promuovere delle sensazioni essenzialmente somatiche le quali, in generale, produrranno stanchezza, oltre che alterazioni della frequenza cardiaca, della pressione sanguigna e del tono muscolare; tutti effetti che verranno equivocati con l'"attivazione vibratoria" dello SV. Questa condizione, che assomiglia più a uno "stato trepidazionale", è sorprendentemente comune, e viene definita da Alegretti "stato tensionale" [ALE & TRI, 2005].

CARATTERIZZAZIONE DELLO STATO VIBRAZIONALE

Un intero capitolo dedicato sarebbe necessario per un'analisi approfondita della natura, intensità e qualifica dello SV.

Ciò nondimeno, volendo ampliare il contesto e la comprensione degli attributi che intervengono nell'autocontrollo dello SV – obiettivo centrale di questo lavoro – è prudente offrire qui alcuni commenti generali su questo tema.

La natura dello SV, o dell'*attivazione* olochakrale ottenuta, può essere grosso modo classificata, in prima analisi, nei seguenti 2 tipi fondamentali:

- **Attivazione superficiale**

Attivazione parziale, caratterizzata da: vibrazione superficiale, instabile, incompleta, effimera.

Stimolazione energosomatica insufficiente, il più delle volte limitata allo strato superficiale, più esterno, del corpo energetico.

- **Attivazione profonda**

Attivazione totale, caratterizzata da: vibrazione di maggiore stabilità, *profondità* e completezza, autosostenuta e di maggiore “ampiezza d'onda”.

Dinamizzazione energetica che interessa una percentuale maggiore dell'energosoma (e in alcuni casi anche altri veicoli di manifestazione), essendo più duratura della precedente e in grado di mantenersi più coesa e coerente una volta installata.

La coscienza può anche sperimentare, in principio, 2 tipi di SV di base, a seconda del grado di intensificazione energosomatica e delle ripercussioni prodotte (che potranno corrispondere o no al suo potenziale intrinseco):

- **Riconfortante**

Quando la coscin muove solamente le energie già flessibili, libere e parzialmente attivate, percependo la mobilitazione di

queste energie come relativamente facile o nell'ambito della sua capacità normale.

Nota: In questo caso (per inesperienza, mancanza di abilità o autocorruzione), la coscin finisce col mobilitare una percentuale ridotta della *quantità* totale delle sue energie, dando una lettura erronea della qualità della sua OLVE, accontentandosi di un risultato inadeguato e insufficiente.

In questo modo, non è raro che la coscienza perseveri nel muovere solo una quantità ristretta delle proprie energie, agendo in generale solo sulla parte “superficiale” del proprio energosoma. Questa situazione si verifica, in generale, perché la coscin si allea interiormente all'idea consolatrice e riconfortante che starebbe eseguendo la tecnica correttamente e quindi raggiungendo il massimo livello nell'OLVE. In questo modo, evita l'autovalutazione critica e l'arduo lavoro che alle volte è richiesto per un'esecuzione soddisfacente dell'OLVE.

- **Sollecitante**

Quando la coscin cerca di raggiungere una *profondità* e intensità tali da spingersi oltre il proprio limite abituale, andando così a toccare le connessioni energetiche interveicolari dove risiedono le energie coscienziali associate a schemi del passato, indesiderabili per la sua evoluzione.

Considerando questo fatto, l'OLVE di alto livello, per quanto riguarda la *quantità* e *profondità* impiegate nella sua esecuzione, è in grado di portare alla luce blocchi energetici esistenti, alcuni dei quali presenti da numerose vite.

Pertanto, questo tipo di intensificazione olochakrale (Isv) è in maggior misura autoantisettica, rinnovatrice delle energie e promotrice del riciclaggio intracoscienziale, promuovendo anche una maggiore *fluidità*.

Nota 1: Lo “scuotimento” delle energie represses e ristagnanti nelle profondità chakrali e intracoscienziali produce solitamente sensazioni disagiati, che possono però risultare del tutto passeggero se la coscienza sa come portare avanti

processo, fino al raggiungimento dello sbloccaggio e purificazione delle energie autointossicanti.

Nota 2: Sebbene, a causa delle sensazioni che produce, questa ripercussione può essere equivocamente letta come negativa, le sue conseguenze sono positive e dimostrano l'alto livello di *profondità* raggiunto con il lavoro energetico.

Purtroppo, nella maggioranza dei casi, il praticante applica diverse forme di autocorruzione, riducendo o interrompendo la mobilitazione delle proprie energie non appena avverte tale ripercussione, così da evitare lo scuotimento interiore e l'autoconfrontazione promossa da questa condizione¹². *N.B.:* Così come, ad esempio, una seduta di fisioterapia può generare un disagio (e, in alcuni casi, anche del dolore) di natura passeggera, previsto nel processo curativo, allo stesso modo agire su certe energie stagnanti può produrre sensazioni non confortevoli, quando il loro sblocco (risultato positivo) ha luogo.

Nota 3: L'effetto di liberazione delle energie bloccate, precedentemente nascoste, avviene normalmente quando la coscienza raggiunge (in una sessione specifica o in una serie di sessioni di OLVE) un certo livello minimo di *profondità* nell'esecuzione della tecnica.

Nota 4: È importante evidenziare che questa condizione è diversa dallo sconcerto o pressione negativa che viene percepita quando, nel tentativo di eseguire l'OLVE, il praticante subisce interferenze anticosmoetiche da parte di coscienze meno lucide, che cercano di ostacolare il raggiungimento dello SV, onde impedirgli di liberarsi dalle proprie influenze spurie.

¹² Le pratiche energetiche frequenti, profonde e di impatto – come ad esempio la pratica giornaliera del cenerper (compito energetico personale) di alto livello – possono altresì condurre a un rimescolamento delle energie stagnanti autocontaminatrici.

RICERCA FUTURA

I risultati della ricerca, così come le teorie, proposizioni e discussioni presentate in questo articolo, potranno essere affinati e ampliati mediante un progetto di indagine longitudinale attuato con metodologia scientifica.

La realizzazione di una raccolta minuziosa dei dati e risultati relativi ad ogni esecuzione di OLVE e tentativo d'installazione dello SV, realizzati nell'ambito di uno studio di un gruppo di praticanti, consentirà l'identificazione (1) degli elementi che, statisticamente, possono essere controllati più facilmente, così come (2) gli aspetti più complessi dell'OLVE.

Tale raccolta dovrà essere realizzata attraverso l'automisurazione lucida ed accurata da parte del praticante, oltre che mediante l'eterovalutazione da parte di un agente misuratore abilitato.

Periodicamente, si dovranno realizzare dei raffronti tra le automisurazioni dei partecipanti e quelle realizzate dagli agenti misuratori abilitati, cercando di verificare i modelli di concordanza e discordanza.

L'autore ha già programmato di condurre questa ricerca. Tuttavia, la realizzazione di tale raccolta di dati potrà avvenire solo quando un numero sufficiente di praticanti dell'OLVE avranno raggiunto un sufficiente livello di autoconoscimento bioenergetico, maturità parapsichica e autodominio del proprio energosoma, di modo che i soggetti/partecipanti alla ricerca possiedano tutti i requisiti necessari per compilare i moduli appositamente progettati per l'indagine dei loro risultati pratici.

Si può sperare che l'allenamento realizzato attraverso il corso *Meta: Desperticidade* porterà, con il tempo, ad un aumento significativo dell'autodominio, da parte dei suoi partecipanti, sugli attributi qui discussi, così come della lucidità di autopercezione e autovalutazione bioenergetica. Questa condizione dovrebbe produrre, come effetto a catena, un aumento del numero dei membri della comunità coscienziologica con una comprensione e autocontrollo energetico diretti, capaci pertanto di produrre degli stati vibrazionali genuini, e quindi permettere la realizzazione dello studio summenzionato.

Una volta a disposizione di un numero sufficiente di dati, un articolo con la descrizione dei risultati della ricerca, e relative discussioni, verrà pubblicato.

RINGRAZIAMENTI

Ringrazio Wagner Alegretti per il tempo e la pazienza che ha dedicato alla revisione di questo lavoro, oltre che per i suggerimenti e le discussioni proficue sull'espressione di ogni attributo, che hanno contribuito grandemente a conferire maggiore chiarezza redazionale e concettuale allo stesso. Ringrazio anche il fisico Massimiliano Sassoli de Bianchi, per le eterocritiche e i commenti, che sono stati fondamentali nel raggiungere un'espressione interdisciplinare e matematica più precisa ed elegante delle teorie presentate.

BIBLIOGRAFIA

[ALE, 1992] W. Alegretti, *Teática das Bioenergias*, comunicazione verbale, Instituto Internacional de Projeciologia; Sao Paulo, 1992.

[ALE & TRI, 2005] W. Alegretti & N. Trivellato, *Bases para o Energograma e Despertograma*, conferenza, presentazione powerpoint, Jornada de Despertologia, Centro de Altos Estudos da Conscienciologia, Foz do Iguacu, Brasil, 2005.

[VIE, 1994] W. Vieira, *700 Experimentos da Conscienciologia*, Rio de Janeiro, RJ, Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia, 1994, p. 348.

[VIE, 1999] W. Vieira, *Projeciologia: Panorama das Experiências da Consciência Fora do Corpo Humano*, Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia, Rio de Janeiro, RJ, 1999, p. 384.

Nota: la versione inglese (e portoghese) di questo articolo è stata pubblicata nel Journal of Conscientiology, Vol. 11, No. 42, 2008, pp. 165-203. La traduzione in italiano, dal portoghese e inglese, è a cura di: *Massimiliano Sassoli de Bianchi*.

DAL PRANAYAMA DELLO YOGA ALL'OLVE DELLA COSCIENZILOGIA: PROPOSTA PER UNA TECNICA INTEGRATIVA

Massimiliano Sassoli de Bianchi

RIASSUNTO. Dopo aver tracciato alcuni paralleli fondamentali tra Yoga e Coscienziologia, proponiamo di combinare la pratica di uno specifico pranayama, detto della *Respirazione Circolare* (RC), con la tecnica dell'*Oscillazione Longitudinale Volontaria delle Energie* (OLVE); questo al fine di promuovere un procedimento che sia il più possibile graduale ed efficace per il raggiungimento dello *Stato Vibrazionale* (SV). Presenteremo altresì un modello ultra semplificato, in grado di suggerire un possibile meccanismo alla base del funzionamento di queste particolari tecniche respiratorie ed energetiche.



autoricerca.com

INTRODUZIONE

Sin dalla notte dei tempi l'uomo si è interrogato su natura e scopo della propria esistenza. Per cercare risposte non-speculative a questi interrogativi fondamentali, alcuni individui hanno elaborato, nel corso dei secoli, veri e propri sistemi di autoricerca volti al raggiungimento di una chiara visione non solo della realtà materiale (vita intrafisica), ma altresì spirituale (vita extrafisica).

Probabilmente, il più antico e autorevole tra i modelli di autoricerca, che ha in seguito influenzato ogni altro approccio successivo, è quello dello *Yoga*. Il termine “yoga” è forse tra i meglio noti della cultura indiana, ma il suo uso è divenuto comune anche nelle società occidentali. Deriva dalla radice sanscrita *yuj*, che significa “soggiogare” e/o “unire”, e suggerisce la possibilità per la coscienza umana di padroneggiare i diversi veicoli di manifestazione a propria disposizione, attraverso un'integrazione graduale e sistematica dei loro diversi aspetti, onde risvegliare il proprio potenziale interiore e promuovere un'accelerazione evolutiva.

Le vere origini dello Yoga sono difficili da determinare. Anticamente i suoi insegnamenti venivano tramandati solo oralmente, da maestro a discepolo, e non è facile stabilire per quanto tempo questa tradizione orale si sia protratta, fino all'apparizione dei primi scritti. Secondo alcuni studiosi, lo Yoga ha avuto origine alcune migliaia di anni prima dell'era volgare, mentre secondo l'opinione più speculativa di altri la sua comparsa sarebbe addirittura da ricondurre alla presenza di civiltà avanzatissime, presenti sul nostro pianeta in epoche preistoriche.

Ma indipendentemente dalla sua reale datazione, su un fatto non ci possono essere dubbi: lo Yoga costituisce un corpus di conoscenze di notevolissimo livello, non solo per quanto attiene all'anatomia e fisiologia dell'essere umano, ma altresì alla sua psicologia, para-fisiologia e para-anatomia.

È interessante osservare numerosi paralleli significativi tra la

visione dell'uomo e del cosmo contenuta nell'antica scienza¹ dello Yoga (così come espressa anche nelle scritture tradizionali induiste, quali ad esempio le *Upanisad* e i *Vedanta*) e quella alla base del più moderno approccio coscienziologico alla multidimensionalità. Facciamo qui di seguito tre esempi significativi.

1. In Coscienziologia si considera che l'essere umano sia dotato di un *olosoma*, costituito da tre veicoli (o corpi) coscienziali intelligenti: fisico (*soma*), emozionale (*psicosoma*) e mentale (*mentalsoma*). Parimenti, nello Yoga si considera che la coscienza individuale (*atman*, o *purusha*) sia dotata di tre corpi (*sarira*): grossolano (*sthula sarira*), sottile (*suksma sarira*) e causale (*karana sarira*).

2. In Coscienziologia si identifica nell'olosoma una struttura di grande importanza, detta *energosoma* (o *olochakra*): una complessa matrice energetica di collegamento tra il soma e lo psicosoma, attraverso la quale quest'ultimo è in grado di controllare ed energizzare il primo. Anche nello Yoga l'esistenza dell'interfaccia energosomatica è debitamente riconosciuta e definita *prana maya kosha*, ossia "involucro illusorio (illusorio nel senso di impermanente) costituito di energia".

3. In Coscienziologia si considera che ogni aspetto della realtà manifesta sia espressione di tre elementi indissociabili (così come sono indissociabili le tre facce di una moneta²): energia, emozione e pensiero. Per questa ragione, al fine di descrivere l'unità pratica di manifestazione della coscienza, è stato coniato il neologismo di *pensene*, termine nel quale la radice "pen" sta per "pensiero", "sen" per sentimento (nel senso anche di emozione) ed "e" per energia (nel senso anche di materia).

¹ Lo Yoga, così come la Coscienziologia, possono essere definiti scienze per numerose ragioni. La più importante è probabilmente il fatto che queste discipline offrono al praticante un approccio sperimentale alla realtà, tramite metodologie ripetibili e riproducibili, i cui effetti sono del tutto prevedibili.

² Una moneta possiede tre facce: due piane e una curva.

Similmente, lo Yoga riconosce che le qualità costitutive (*guna*) degli oggetti, ossia le modalità attraverso le quali l'energia assume forma e si manifesta, siano tre: *tamas* (materia, inerzia); *rajas* (movimento, attività) e *sattva* (cognizione, intelligenza), alle quali corrispondono, rispettivamente, le tre modalità fondamentali della percezione: *sensazione*, *emozione* e *pensiero*.

I paralleli tra Yoga e Coscienziologia possono essere evidenziati anche nelle rispettive metodologie di autoindagine e autosperimentazione. Anche in questo caso, a titolo dimostrativo, citeremo tre esempi significativi.

I. Nello Yoga, la ricerca di una perfetta assenza di movimento è detta *kaya sthairyam*, da “kaya” che significa “corpo” e “sthairyam” che significa “stabilità”. In questa tecnica, il praticante, dopo aver assunto una postura meditativa, si concentra unicamente sulla possibilità di mantenere una piena immobilità cosciente del proprio corpo, con lo scopo soprattutto di sperimentare una chiara percezione del prana che scorre nel veicolo fisico ed energetico. Questa pratica è parte del cosiddetto *pratyahara* (quarto membro dello Yoga, vedi capitolo seguente), ossia di quell'insieme di tecniche di inibizione delle percezioni sensoriali ordinarie, prerequisite per avere accesso a stati di coscienza non ordinari, nelle pratiche più avanzate della concentrazione (*dharana*) e meditazione (*dhyana*). Similmente, in Coscienziologia si riconosce che la possibilità di padroneggiare l'immobilità del corpo fisico sia uno dei prerequisiti per lo sviluppo dei talenti parapsichici avanzati. Infatti, grazie al mantenimento dell'immobilità per un tempo sufficientemente prolungato (come avviene ad esempio nello specifico laboratorio coscienziologico di *immobilità fisica vigile*, di una durata di 3 ore), l'attenzione e la consapevolezza del praticante possono facilmente disidentificarsi dalla dimensione fisica ordinaria ed espandersi al di là di essa, consentendo l'accesso a parapercezioni non ordinarie e favorendo lo sviluppo, tra le altre cose, di parapsichismo e proiettabilità.

2. Nello Yoga esistono diverse tecniche respiratorie (pranayama) che contemplano periodi di sospensione del respiro tra le fasi di inspirazione ed espirazione. Ad esempio, nel cosiddetto *samavritti pranayama*, il praticante ricerca l'arresto delle funzioni mentali ordinarie e l'acquisizione di uno stato di quiete producendo due fasi di apnea, tra inspiro ed espiro (ritenzione a polmoni pieni) e tra espiro ed inspiro (sospensione a polmoni vuoti), di pari durata alle fasi di inspirazione ed espirazione (da cui il nome alternativo di *respirazione quadrata*, spesso attribuito a questo pranayama). L'efficacia di questo procedimento è legata a numerosi fattori. Tra questi vi è anche, sicuramente, un aumento della quantità di anidride carbonica che abitualmente circola nel sangue (e una possibile diminuzione della quantità di ossigeno) che avviene in modo graduale, senza pericoli per la fisiologia del corpo umano e la neurofisiologia del cervello. L'aumento della quantità di diossido di carbonio nel sangue riduce infatti l'efficienza del cervello fisico, le cui funzioni si trovano così, sebbene solo temporaneamente, parzialmente inibite, e il praticante può accedere più facilmente alle funzioni paracerebrali relative ai suoi corpi di manifestazione più sottili. Per questa stessa ragione, anche in ambito coscienziologico si fa uso di una tecnica respiratoria simile, sebbene con una sola fase di apnea tra l'inspiro e l'ispiro, e un prolungamento della fase espiratoria rispetto a quella inspiratoria. Questa particolare tecnica (definita *respirazione triangolare* nell'ambito dello Yoga) viene detta in Coscienziologia *tecnica del diossido di carbonio* ed è ritenuta una tra le più efficaci nel produrre delle esperienze extracorporee lucide, quando praticata da sdraiati in condizioni di perfetto rilassamento corporeo; vedi ad esempio [VIE, 2002], p. 448.

3. In Coscienziologia si attribuisce grande importanza alle diverse tecniche di *allenamento bioenergetico*. Parimenti, nello Yoga si ritiene che le tecniche di attivazione e controllo dei flussi energetici, solitamente definite con i termini di *kriya* (termine che significa “atto”, o “azione”, e si riferisce all'aspetto pratico di una cosa, in contrapposizione a quello teorico), *pranayama* (controllo del *prana*) e *pranavidya* (cono-

scenza del *prana*), siano del tutto fondamentali per il progresso interiore del praticante.

Scopo e organizzazione dell'articolo

Scopo principale di questo lavoro è quello di considerare più attentamente quest'ultimo parallelo tra Yoga e Coscienziologia, proponendo di combinare la pratica di due specifici *pranayama* dello Yoga con la cosiddetta tecnica dell'*Oscillazione Longitudinale Volontaria delle Energie (OLVE)*; questo al fine di promuovere una metodologia di pratica che sia in grado di condurre il praticante, in modo graduale e indipendentemente dal suo livello iniziale di discernimento delle bioenergie, verso la padronanza del cosiddetto *Stato Vibrazionale (SV)*: una condizione di massima dinamizzazione energosomatica (e più generalmente olosomatica) alla base di numerose parafenomenologie della coscienza.

L'articolo è organizzato nel modo seguente. Nella sezione successiva introdurremo brevemente il lettore ai concetti di *pranayama* e *pranavidya* dello Yoga. In seguito, presenteremo nel dettaglio la tecnica classica dell'*Ujjayi Pranayama (UP)*. Dopodiché, spiegheremo la tecnica (assai meno conosciuta, anche nell'ambito dello Yoga) della *Respirazione Circolare (RC)*. Quindi, ricorderemo brevemente i fondamentali della tecnica dell'OLVE, per poi presentare la nostra proposta di tecnica integrativa, denominata OLVESE, che combinerà la pratica della RC (che a sua volta si fonda sull'UP) con quella dell'OLVE. Infine, discuteremo dei pro e dei contro dell'OLVESE rispetto all'OLVE, per poi presentare alcune osservazioni conclusive.

Nell'appendice di questo lavoro, presenteremo anche un modello meccanico ultra semplificato che illustra un possibile meccanismo di azione della coscienza sul fluido energosomatico; meccanismo che potrebbe essere uno degli ingredienti base del funzionamento sia della RC che dell'OLVE.

PRANAYAMA E PRANAVIDYA

Il più illustre tra i maestri di Yoga del passato è indubbiamente *Patanjali*, la cui identità e datazione rimangono incerte. Patanjali, nei suoi celebri *Yogasutra* [PAT, 2003], ci ha lasciato in eredità quello che oggi viene considerato il testo più autorevole in materia di Yoga. In questo scritto, l'autore divide didatticamente il percorso yogico in 8 *membri*, o fasi (distinte ma interconnesse), da cui il termine di *astanga yoga*³ (*asta* = otto; *anga* = membro):

1. *Yama* (astinenza da tutto ciò che ostacola l'evoluzione, intesa anche come codice sociale);
2. *Niyama* (osservanza di tutto ciò che favorisce l'evoluzione, intesa anche come codice personale);
3. *Asana* (acquisizione di una *postura* stabile e confortevole, sia fisica che mentale, sia esteriore che interiore, intesa anche come stato dell'essere);
4. *Pranayama* (controllo e regolazione dei flussi respiratori ed energetici, della forza vitale, dell'energia immanente e dell'energia coscienziale);
5. *Pratyahara* (raccoglimento, tramite la ritrazione dei sensi ordinari);
6. *Dharana* (concentrazione del sé individuale su un unico oggetto);
7. *Dhyana* (meditazione, attenzione consapevole, continuativa, all'oggetto della concentrazione);
8. *Samadhi* (cosmocoscienza, fusione senza confusione del sé individuale con il principio universale, coscienza trascendentale).

Come ribadito nell'introduzione, nel presente lavoro ci interesseremo più specificatamente del quarto membro dello Yoga classico di Patanjali, ovvero della pratica di pranayama. Il termine *prana-*

³ Lo Yoga classico di *Patanjali* è altresì detto *Raja Yoga*, ossia *Yoga Reale*.

yama significa “controllo del respiro” (*prana* = respiro, inalazione, soffio vitale, energia immanente; *ayama* = controllo, estensione, espansione) e indica l’intero corpus di procedure di controllo e direzione della respirazione fisiologica (e più generalmente delle bioenergie) connesse alla pratica dello Yoga.

Possiamo osservare che il respiro – ossia gli scambi gassosi tra l’interno e l’esterno del nostro organismo (*esteriorizzazione* e *interiorizzazione*), così come quelli aventi luogo unicamente al suo interno, tra i suoi diversi organi e apparati (*circolazione interna*) – costituisce una delle forme più sottili di *mobilizzazione energetica* che una coscienza umana è in grado di attuare e controllare attraverso il solo strumento somatico e le relative percezioni ordinarie. In tal senso, la respirazione fisiologica costituisce una sorta di ultima frontiera agevolmente percepibile ed agibile attraverso i nostri sensi ordinari, oltre la quale si aprono le dimensioni di natura *extrafisica*, dominio di manifestazione dei nostri veicoli coscienziali più sottili.

Da questa semplice osservazione, si evince l’importanza attribuita al respiro nella pratica dello Yoga: l’applicazione costante delle tecniche di *pranayama* (in abbinamento alle *asana*) permette non solo di ossigenare (a seconda della tecnica utilizzata) l’intero organismo biologico (in particolare il cervello e il sistema nervoso), ma altresì di agire all’interfaccia tra la dimensione fisica ed extrafisica, liberando e decongestionando quelle energie coscienziali più sottili che sono alla base della nostra manifestazione, sia nella materia fisico-densa che nelle dimensioni paramateriali più dilatate.

Nello Yoga, la respirazione riveste infatti un duplice aspetto: quello fisico, associato al movimento a mantice dei polmoni, e quello “psichico”, associato ai movimenti energetici dei diversi corpi sottili, e in particolar modo dell’*energoma*.

Per la pratica della “respirazione” energetica, esiste nello Yoga un vasto corpus di paratecnologie (tecnologie interiori), genericamente denominate *pranavidya* (termine sanscrito che significa “conoscenza del prana”), il cui scopo è condurre il praticante a promuovere un pieno sviluppo e padronanza della sfera energetica personale.

Negli Yogasutra di Patanjali si fa un chiaro riferimento alla possibilità di muovere le nostre energie anche indipendentemente dal controllo dei soffi respiratori fisici. Più esattamente, Patanjali afferma (nei Sutra 50-52 del *Libro del Metodo*) che oltre al controllo abituale delle tre fasi di inspirazione, espirazione e sospensione (*puraka*, *rechaka* e *kumbhaka*), esiste anche una *quarta forma di controllo*, che non riguarda più l'atto respiratorio in quanto tale, o la sua sospensione, ma piuttosto la regolazione diretta delle correnti praniche che percorrono il *prana maya kosha* (energosoma).

Questo quarto controllo consiste nella possibilità di spostare il livello percettivo del praticante dall'*anna maya kosha* (altro nome del corpo fisico, che significa “corpo illusorio fatto di cibo”) al *prana maya kosha*, dirigendo coscientemente e direttamente le energie che interessano quest'ultimo lungo determinati percorsi e/o centri (quali ad esempio le *nadi* e i *chakra*). Quando una tale respirazione energosomatica viene attuata e controllata, spiega Patanjali, il corpo fisico rimane allora il più possibile inerte, quiescente, rilassato, consentendo al praticante di sperimentare stati di coscienza espansa, e in particolare un accresciuto livello di lucidità.

Quindi, in generale, le tecniche di pranayama si propongono di muovere le energie non solo all'interno del corpo fisico, tramite la regolazione dei flussi gassosi, ma anche nell'energosoma, e oltre, tramite il controllo dei soffi (flussi) più sottili. Questo avviene sia promuovendo una pratica consapevole del respiro, dove i diversi momenti respiratori vengono accompagnati da uno specifico focus mentale, sia attraverso la promozione di una respirazione puramente energetica, attivata unicamente dall'intenzionalità e volontà del praticante.

Va ricordato che nello Yoga esiste una descrizione molto approfondita e particolareggiata delle diverse tipologie di flussi pranici, i quali, a seconda del modo in cui si muovono e attraversano la complessa circuitazione del nostro energosoma, percorrendo *nadi*, *chakra* e altri centri energetici, si trasformano, si strutturano (si coscientizzano), assumendo differenti proprietà.

La tradizione distingue *dieci* diverse forme che un flusso pránico è in grado di assumere nell'ambito del suo percorso, di cui *cinque* sono ritenute principali:

1. *prana* (inspirazione);
2. *apana* (espirazione);
3. *samana* (assimilazione);
4. *udana* (espressione);
5. *vyana* (distribuzione).

Di queste cinque, le prime due, *prana* e *apana*, sono considerate del tutto fondamentali.

Sostanzialmente, *prana vayu* (*vayu* = soffio) è il flusso *ascendente*, associato all'inspirazione (il termine *prana* significa infatti anche inalare) e all'interiorizzazione delle energie necessarie al sostentamento della vita; mentre *apana vayu* è il flusso *discendente*, associato all'espirazione e all'esteriorizzazione delle energie, inteso anche (ma non solo) come eliminazione delle energie non più utilizzabili.

L'alternanza fondamentale tra questi due movimenti, *ascendente e discendente*, è detta *prana-apana-gati* (*gati* = cammino, velocità). Nei *pranayama*, tramite l'alternanza del *prana-apana-gati*, si cerca non solo di far circolare in modo sempre più fluido le energie energosomatiche, ma altresì di fare incontrare e unire questi due soffi fondamentali, in particolar modo nei punti di scambio tra il movimento ascendente e quello discendente.

UJJAYI PRANAYAMA

Passiamo ora alla parte più prettamente pratica di questo lavoro. Cominceremo con una descrizione sintetica, ma nondimeno completa, della tecnica fondamentale dell'*Ujjayi Pranayama* (UP): una procedura di controllo del respiro che permette una dilatazione toracica completa, in un movimento di "conquista verso l'alto" (il termine "ujjayi" è la composizione di "ud", prefisso che significa verso l'alto, o dilatato, e "jaya", che significa conquista, vittoria).

Postura. È possibile praticare la tecnica in diverse posizioni corporee. L'importante è che la schiena sia mantenuta bene eretta e che sia possibile rilassare il ventre. Tipicamente, possiamo indicare le seguenti quattro posizioni di pratica:

1. in piedi (*tadasana*);
2. sdraiati sul dorso (*savasana*);
3. in postura meditativa (ad esempio *swastikasana*, *sukhasana*, *siddhasana*, *padmasana*, *virasana*);
4. seduti su una sedia (la schiena sarà allora autosostenuta e preferibilmente non appoggerà allo schienale, mentre le piante dei piedi rimarranno in contatto con la terra).

Tecnica. La tecnica prevede l'esecuzione dei seguenti 4 stadi (i primi due sono solo preparatori per il terzo, che corrisponde alla tecnica in quanto tale, e possono essere saltati dal praticante esperto; il quarto, di osservazione, è solo facoltativo, sebbene consigliato):

1. Per un certo tempo, portare la propria attenzione al respiro naturale, *solo attraverso le narici*, osservando l'espansione del ventre nella fase di inspirazione e la sua contrazione nella fase di espirazione.

2. Lentamente, allungare le due fasi respiratorie e tramite una chiusura parziale della glottide (come quando ci si schiarisce la voce, o si parla sottovoce) rendere percepibile il passaggio dell'aria che passa attraverso l'attaccatura del palato, producendo un caratteristico *suono sibilante*, simile alla risacca del mare (il respiro è sempre e solo dal naso). Il suono deve essere sottile, ma nondimeno abbastanza intenso da essere udito dal praticante. Procedere in questo modo per un certo numero di cicli respiratori.

3. Quindi, esercitando un controllo attivo sul respiro, *riempire i polmoni dal basso verso l'alto nella fase inspiratoria e svuotarli dall'alto verso il basso nella fase espiratoria*. A tal fine, un istante prima dell'inspirazione, esercitare una leggera ma decisa contrazione della parte bassa dell'addome, tirando indietro il ventre verso la colonna vertebrale e sollevandolo poi verso l'alto, promuovendo la piena espansione del torace verso

l'alto. Nella fase di espirazione, mantenere inizialmente il torace sollevato e l'addome contratto, quindi scendere prima con le spalle e poi chiudere gradatamente il torace verso il basso, rilasciando in ultimo il ventre (in altre parole, la contrazione ed espansione del ventre avviene in modo contrario rispetto al respiro fisiologico⁴). Procedere in questo modo per un tempo di pratica sufficiente, cercando di rendere l'inspiro e l'espiro di pari lunghezza, intensità e i più uniformi possibile.

4. Dopo avere abbandonato la tecnica, rimanere in osservazione della condizione raggiunta, prendendo nota dei cambiamenti avvenuti nella sfera fisica, energetica, emotiva e mentale.

Osservazioni

Il particolare suono emesso nell'UP non può, per ovvie ragioni, essere pienamente colto dalla semplice lettura di una spiegazione scritta. È perciò importante udirne l'esecuzione da un praticante che conosca bene la tecnica.

Inizialmente, evitare di creare troppe tensioni nell'applicazione della tecnica, che può risultare un po' difficoltosa, soprattutto per quanto attiene alla contrazione e decontrazione della parte bassa dell'addome.

Nella fase di espirazione, il rilassamento di ogni muscolo, in

⁴ La contrazione del ventre nella fase iniziale dell'inspirazione, e la sua decontrazione nella fase finale dell'espirazione, è detta anche *respirazione prenatale*. Infatti, quando ci trovavamo nel ventre materno, pur non scambiando ossigeno con l'ambiente esteriore (essendo completamente immersi nel liquido amniotico), assorbivamo nutrimento e ossigeno attraverso il cordone ombelicale, in uno scambio continuo con l'organismo materno. Tale scambio può essere equiparato a un movimento di risucchio (assorbimento di energia) promosso dalla contrazione-compressione del ventre, e a un opposto movimento di spinta (eliminazione) promosso da un'opposta decontrazione-decompressione del ventre. Pertanto, quando pratichiamo la respirazione prenatale, rievochiamo quella condizione di antica simbiosi con l'organismo materno, che ci proteggeva e sosteneva pienamente, in un'esperienza di profonda unità.

particolare quelli di spalle, collo e viso, porta a un leggerissimo movimento del capo verso il tronco. Nella fase di inspirazione il capo si alzerà invece molto leggermente verso l'alto, come a continuare il movimento di dilatazione della cassa toracica.

L'inspirazione e l'espiazione devono essere *continue* e *uniformi* nel loro dispiegarsi, senza che vi sia fretta, o affanno; devono altresì essere *leggere* e *profonde*, con il suono dell'*ujjayi* appena udibile all'esterno.

Praticando l'UP, possiamo osservare che durante la fase dell'inspirazione è possibile percepire il propagarsi di una corrente energetica non solo dall'esterno verso l'interno (interiorizzazione di energia immanente, in particolare quella contenuta nell'aria), ma altresì dal basso verso l'alto (dal pavimento pelvico fino alla sommità del cranio), lungo un percorso parallelo alla colonna vertebrale; questo sebbene il soffio fisico dell'aria che entra nei polmoni corrisponda a un movimento di riempimento opposto, in quanto discendente.

Allo stesso modo, durante la fase dell'espiazione, è possibile percepire il propagarsi di una corrente energetica non solo dall'interno verso l'esterno (esteriorizzazione), ma altresì dall'alto verso il basso, cioè dalla sommità del capo al pavimento pelvico, conformemente alla direzione discendente del flusso *apanico*.

Questi movimenti avvengono quale conseguenza dei movimenti sequenziali di contrazione del ventre e dilatazione della cassa toracica, nella fase inspiratoria dell'*ujjayi pranayama*, che producono un movimento volumetrico di espansione verso l'alto, conformemente alla direzione (solitamente) percepita del flusso *pranico* ascendente (e viceversa nella fase espiratoria).

A questo proposito, possiamo osservare che secondo le diverse tradizioni, nella regione del ventre sarebbe ubicato un "serbatoio di energia vitale/sessuale", un "oceano del *chi*", denominato *tantien* (campo di cinabro) nella tradizione cinese, *hara* (ventre) in quella giapponese, e *kanda* (bulbo) in quella indiana. In questa regione, che si troverebbe all'incirca tre dita al di sotto dell'ombelico e due dita all'interno, si accumulerebbe

e distribuirebbe l'energia vitale dell'individuo⁵.

Grazie anche alla contrazione del ventre nella fase inspiratoria, l'energia contenuta in questo serbatoio verrebbe allora sospinta verso l'alto, andando così ad incontrare il flusso pranico entrante, inalato insieme all'aria (e viceversa nella fase espiratoria). L'incontro e il mescolamento di queste energie sarebbe allora in grado di produrre un arricchimento ed affinamento delle energie energosomatiche complessive, con conseguente incremento della quantità di energia mobilizzata dal processo respiratorio.

L'UP può essere praticato in ogni momento della giornata, senza che vi siano particolari controindicazioni. Bisogna vegliare però affinché l'applicazione della tecnica non diventi meccanica, cioè inconsapevole, poiché il rischio in tal caso è che si vengano a creare tensioni nella dinamica respiratoria. Bisogna infatti tenere sempre presente che alterare il flusso respiratorio naturale, senza l'assunzione di una corretta postura mentale, e il necessario rilassamento, può alla lunga produrre più effetti negativi che positivi.

RESPIRAZIONE CIRCOLARE

La *Respirazione Circolare* (RC) è una tecnica di controllo del respiro in cui le fasi di ritenzione e sospensione vengono totalmente abolite. È un procedimento respiratorio molto potente, descritto in alcuni testi antichi (non solo dello Yoga, ma anche di altre tradizioni, come ad esempio quella *Sufi*). Ad esempio, ne troviamo traccia nel seguente passaggio della *Bhagavad Gita*:

*“[...] altri poi, dediti al Pranayama, regolando il flusso
inspiratorio ed espiratorio, sacrificano l'inspirazione (Prana)
nell'espirazione (Apana) e l'espirazione (Apana)
nell'inspirazione (Prana).”*

⁵ Secondo la tradizione cinese, ci sarebbero altri due serbatoi energetici fondamentali nella para-anatomia dell'individuo: uno situato nel mezzo del torace e un altro al centro della fronte, corrispondenti a qualità energetiche più sottili.

Anche nel *Vigyana Bhairava Tantra* troviamo menzione di questa tecnica nel seguente passaggio:

“Grazie alla collisione dei due soffi vitali, o dentro o fuori, lo yogin gode, alla fine, del nascere della coscienza dell’eguaglianza.”

Nella RC si cerca di creare una collisione, di natura esplosiva, tra il flusso dell’inspirazione e quello dell’espirazione, e viceversa, di modo che prima ancora che una fase respiratoria sia stata portata a termine, l’altra prenda già il sopravvento. La contrapposizione di questi due processi lineari e complementari, che si fondono l’uno nell’altro, produce allora una dinamica *circolare*, così come esemplificato dal simbolo del *Tai Chi*, della tradizione cinese (da cui il nome di questa procedura).

Postura. Assumere una delle quattro posizioni indicate nella precedente tecnica.

Tecnica. La tecnica prevede l’esecuzione dei seguenti *6 stadi* (i primi quattro sono solo preparatori per il quinto, che corrisponde alla tecnica in quanto tale, e possono essere saltati dal praticante esperto; il sesto, di osservazione, è solo facoltativo, sebbene consigliato):

Stadi da 1 a 3. Come da tecnica precedente.

4. Sempre respirando solo dal naso, allungare le fasi dell’inspirazione e dell’espirazione, che dovranno rimanere di pari durata, portandole fino a circa *7 secondi*⁶. Rendere il respiro (e il suono corrispondente) il più uniforme possibile, senza produrre accelerazioni o strappi, osservando semplicemente i punti di inversione dello stesso, quando l’inspirazione, una volta esauritosi, cede il passo all’espirazione, e viceversa. Procedere in questo modo per alcuni cicli respiratori.

5. Quindi, applicare la tecnica propriamente detta, del respiro

⁶ Questo dato è ovviamente solo indicativo, in quanto la capacità di allungare le fasi respiratorie è funzione dell’esperienza e del livello di pratica del praticante, oltre che della sua specifica anatomia polmonare.

circolare: anziché permettere alla fase inspiratoria di esaurirsi, a circa $3/4$ (tre quarti) della stessa, produrre un'inversione di marcia istantanea, senza alcuna transizione, passando in modo "esplosivo" dall'inspiro all'espiro; stessa cosa per la fase espiratoria, che dovrà anch'essa essere interrotta a $3/4$ del suo percorso, per essere rimpiazzata in modo istantaneo dalla fase inspiratoria, e così via. In questo modo, la durata delle due fasi si accorcerà leggermente, riducendosi a poco più di *5 secondi*. Continuare ad alternare inspiro ed espiro in questo modo, (respirando solo dal naso e utilizzando la tecnica dell'UP), per un tempo sufficiente di applicazione della tecnica.

6. Dopo avere abbandonato il controllo respiratorio, rimanere semplicemente in osservazione della condizione raggiunta, prendendo nota dei cambiamenti avvenuti nella sfera fisica, energetica, emotiva e mentale.

Osservazioni. Inizialmente, può essere consigliabile praticare la tecnica sdraiati sul dorso, e solo successivamente, una volta acquisita una certa domestichezza, passare alla postura seduta o in piedi. Per la postura in piedi è necessaria una certa cautela, se non si possiede la necessaria esperienza, onde evitare possibili capogiri che potrebbero provocare pericolose cadute.

Durante l'applicazione della tecnica c'è la tendenza ad accorciare sempre più la durata delle due fasi respiratorie. Per evitarlo, cercare di rendere stabile e regolare il ritmo, evitando di farsi cogliere dall'ansia.

L'aspetto cruciale della tecnica è negli scambi esplosivi tra le due fasi respiratorie, che producono ad ogni inversione un piccolo *shock energetico*, in grado di accrescere sia la frequenza che l'intensità del flusso energetico sottile che accompagna il respiro.

Questa tecnica produce una notevole dinamizzazione energetica del *soma* e dell'*energosoma* del praticante, favorendo lo scioglimento di tensioni e blocchi energetici ed emozionali; se questo accade, lasciare semplicemente scorrere l'energia emotiva, senza bloccarla e senza promuovere inutili identificazioni (mantenere un atteggiamento di osservazione neutra e distaccata).

L'applicazione della tecnica, soprattutto se protratta oltre i *quindici minuti* ed eseguita con intensità, può produrre effetti di *tetania muscolare*, e altri fenomeni, prodotti da un'alcalinizzazione del sangue (causata dalla cosiddetta *alcalosi respiratoria*). Questi effetti non presentano pericoli e spariranno rapidamente al termine della respirazione.

Al termine della pratica è possibile sperimentare una prolungata *sospensione naturale del respiro*, dovuta all'evacuazione dell'anidride carbonica e all'energizzazione dell'organismo, prodottasi durante l'applicazione della tecnica. È auspicabile approfittare di questo momento per sperimentare il profondo senso di quiete e liberazione dovuto alla cessazione del meccanismo respiratorio, tipico degli stati extracorporei.

È bene non confondere la tecnica di RC qui esposta, con quelle descritte in altre pratiche (quali ad esempio il *rebirthing*), dove spesso il ciclo respiratorio senza pause viene eseguito tramite la bocca, in modo del tutto irregolare e scompensato, senza l'uso dell'UP, e la postura interiore del praticante è totalmente passiva, con tutto ciò che questo comporta in termini di abbassamento delle difese energetiche naturali ed esposizione ad ogni forma di influenza sottile negativa.

OSCILLAZIONE LONGITUDINALE VOLONTARIA DELLE ENERGIE

In questa sezione illustreremo quelli che sono gli elementi fondamentali dell'*Oscillazione Longitudinale Volontaria delle Energie* (OLVE): una tecnica coscienziologica di mobilitazione e controllo delle bioenergie (ossia, una tecnica di "respirazione" energetica del paracorpo energosomatico, e non di respirazione fisiologica del soma).

Scopo principale dell'OLVE è promuovere il cosiddetto *Stato Vibrazionale* (SV), una condizione di dinamizzazione ed attivazione energetica particolarmente intensa, in grado di sbloccare numerose possibilità evolutive (solitamente percepita come vibrazione diffusa in tutto il corpo e paracorpo, capace di autosostenersi per un certo tempo anche dopo l'applicazione della tecnica).

Possiamo osservare che nel vasto corpus di tecniche dello Yoga relative alla conoscenza del prana (*pranavidya*), vi sono numerose metodologie di mobilitazione energetica abbastanza simili all'OLVE. Lo stesso *prana-apana-gati*, già citato, se direzionato non al respiro somatico bensì alle energie praniche, corrisponde di fatto a un movimento oscillatorio longitudinale volontario delle energie.

Un ulteriore esempio è il cosiddetto *sthula-bedhana kriya* (letteralmente: *azione di "perforazione" del corpo*, nel senso del suo attraversamento dalle energie del prana), dove il movimento energetico longitudinale viene accompagnato da un ulteriore scambio di energia verso l'alto (cielo), mediante i palmochakra delle due braccia alzate, e verso il basso (terra), mediante i plantochakra dei piedi che poggiano al suolo.

Si può pertanto ritenere che la tecnica coscienziologica dell'OLVE sia, per certi versi, una variante, o rielaborazione più recente, di antiche tecniche yogiche di spazzolamento energetico.

Per quanto è noto all'autore, nella sua forma attuale la tecnica dell'OLVE è attribuibile a *Waldo Vieira* [VIE, 2002]⁷, sebbene si rilevino tracce della stessa anche nel primo scritto di un altro pioniere della proiezione cosciente: *Robert Monroe*⁸.

⁷ La prima edizione del trattato proieziologico di *Waldo Vieira* risale all'anno 1982.

⁸ Nel suo primo libro [MON, 1977], la cui prima edizione è del 1971, *Robert Monroe* propone, a pagina 211, una tecnica del tutto differente rispetto a quella dell'OLVE per raggiungere lo SV. Si tratta di una procedura prettamente mentale, che si apparenta a tecniche yogiche di concentrazione sullo spazio mentale interno, percepibile di fronte agli occhi chiusi, proprio dietro la fronte, detto *chidakasha*. Tuttavia, *Monroe* propone anche una tecnica di *controllo delle vibrazioni*, da usare una volta raggiunto lo SV, che di fatto possiede numerose similitudini con la tecnica dell'OLVE, in seguito meglio definita e descritta da *Waldo Vieira*. Più esattamente, a pagina 214 di [MON, 1977], si può leggere la seguente descrizione (la traduzione dall'inglese è dell'autore): "*Inizialmente, 'dirigi' mentalmente le vibrazioni in un anello, oppure costringile tutte nella testa. Poi,*

L'autore venne per la prima volta a conoscenza dell'OLVE (o "esercizio dello SV") nel 2000, in una seduta di *channeling* con il medium americano Jon C. Fox⁹. In seguito, apprese di questa

spingile mentalmente verso il basso, lungo il corpo, fino alle dita dei piedi, poi di nuovo in su, fino alla testa. Comincia a spazzolare le vibrazioni in un'onda, sul tuo corpo, ritmicamente, dalla testa ai piedi e ritorno. Dopo aver ottenuto l'impulso del moto ondoso, lascialo procedere per conto proprio, fino a quando non si dissolve. Ci dovrebbero volere circa dieci secondi – cinque per andare giù, cinque per tornare – affinché l'onda compia il circuito completo, dalla testa ai piedi e ritorno. Pratica in questo modo fino a che l'onda di vibrazione non si attivi prontamente su comando mentale, e si propaghi in modo regolare fino a quando non si dissolva. A questo punto, avrai notato la "grossolanità" a volte delle vibrazioni, come se il tuo corpo venisse fortemente scosso fino al livello molecolare o atomico. Questo può risultare un po' disagiata, e sentirai il desiderio di "appianarle". Questo lo potrai ottenere "pulsandole" mentalmente, al fine di aumentarne la frequenza. [...] La tua prima indicazione di successo sarà quando le vibrazioni non appariranno più grossolane e sconvolgenti. Sei sulla buona strada del controllo quando producono un effetto solido e stabile. È essenziale che impari ad applicare questo processo di accelerazione. L'effetto delle vibrazioni veloci è quello che consente la dissociazione dal fisico."

⁹ Nel corso della seduta, l'entità extrafisica nota con il nome di *Hilarion*, sintetizzò nel modo seguente il metodo per conseguire la condizione energetica dello SV (la traduzione dall'inglese è dell'autore): "L'esercizio dello stato vibrazionale va eseguito percependo l'energia direttamente, creando una piena e profonda consapevolezza nella tua coscienza. Non si tratta solamente di visualizzare o immaginare l'energia, ma realmente di sentirne la presenza. Comincia con la consapevolezza dell'energia nella tua testa. Poi muovila lentamente, attraverso il corpo, fino ai piedi, e inverti la direzione di movimento, per tornare alla testa. Se sei seduto, muovi l'energia in diagonale, non lungo i contorni del corpo, ma semplicemente lungo una linea retta. Se sei in piedi, o sdraiato, muovila lungo la verticale. Semplice esercizio, non è vero? Nella misura in cui muovendo l'energia incontri dei blocchi, semplicemente accresci l'energia. Muovila con più forza attraverso le aree che percepisci bloccate. Poi, muovi l'energia più velocemente, su e giù."

tecnica direttamente dai corsi offerti dall'*International Academy of Consciousness* (IAC), e più specificatamente dagli scritti di *Waldo Vieira* [VIE, 1994], p. 348, [VIE, 2002], p. 587 e [VIE, 2003].

Più di recente, l'OLVE è stata ampiamente spiegata in un articolo di *Wagner Alegretti* [ALE, 2008], tradotto in italiano nel presente numero di *AutoRicerca*, oltre che dettagliatamente analizzata in un lavoro di *Nanci Trivellato* [TRI, 2008], anch'esso tradotto in italiano e pubblicato nel presente numero della rivista.

Per completezza e comodità del lettore, presentiamo qui di seguito, ancora una volta, gli elementi fondamentali della tecnica dell'OLVE.

Postura. Assumere una delle quattro posizioni indicate nelle precedenti tecniche respiratorie.

Tecnica. La tecnica prevede l'esecuzione dei seguenti 5 stadi (il primo stadio è solo preparatorio e può essere saltato dal praticante esperto; il quinto stadio, di osservazione è solo facoltativo, sebbene consigliato). Descriveremo la tecnica supponendo che il praticante si trovi in postura meditativa, ad esempio *siddhasana*, spiegando in seguito cosa cambi se vengono assunte altre posture.

1. Rimanere immobili nella postura, portando semplicemente attenzione all'insieme delle proprie energie energosomatiche (sfera energetica), cercando di percepirne il più possibile la

Più veloce, più veloce ancora, più veloce di quanto sei in grado di immaginare, e ancora più veloce di così. Non contrarre il corpo. Non bloccare il respiro. Non tendere alcuna parte del tuo corpo. Nessuna manifestazione fisica dell'energia è necessaria. Si tratta di un esercizio molto semplice. Fallo spesso durante il giorno. Quale conseguenza di questa pratica, un campo di energia si formerà attorno a te, che ti porterà enormi vantaggi a vari livelli, tenendo alla larga le numerose influenze di esseri non-fisici di bassa natura vibrazionale e accogliendo le energie vibrazionali più elevate, di natura assistenziale, e molte altre cose ancora”.

presenza e la qualità.

2. Usando la volontà, cercare di concentrare la maggiore quantità possibile di bioenergia nella regione della testa (è altresì possibile partire dalla regione dei piedi, o da un'altra regione del corpo; vedi la discussione in [TRI, 2008]).

3. Una volta raggiunta una sufficiente concentrazione, muovere le energie localizzate nella testa verso il basso, longitudinalmente, lungo l'asse del corpo, fino alla base del pavimento pelvico, quindi invertire il senso di propagazione e dirigere le energie verso l'alto, fino a raggiungere nuovamente l'apice della testa, poi ancora una volta verso il basso, e così di seguito, scansionando lentamente l'intero volume corporeo. Continuare in questo modo per un certo tempo, muovendo le energie lentamente e profondamente, attraverso ogni sezione longitudinale del corpo.

4. Quindi, accrescere la potenza del movimento energetico, cercando di aumentare in modo graduale, nei limiti delle proprie capacità paramotorie, sia il quantitativo di energia messa in moto dall'azione mentale, sia la frequenza della corrente alternativa che percorre il volume del soma (ossia la velocità del movimento longitudinale di scansione). Fare questo cercando di mantenere il corpo perfettamente rilassato, senza perdere il ritmo, la profondità e l'ampiezza del movimento, e avendo cura che l'inversione del senso di direzione dell'energia, nei due punti estremi del movimento, si attui in modo istantaneo, senza rallentamenti o pause. Procedere in questo modo per un tempo sufficiente di applicazione della tecnica.

5. Dopo avere abbandonato la pratica, rimanere semplicemente in osservazione della condizione raggiunta, prendendo nota dei cambiamenti avvenuti nella sfera fisica, energetica, emotiva e mentale.

Osservazioni

Nel caso in cui si pratichi in piedi (*tadasana*), o supini (*savasana*), con le braccia lungo il corpo, il movimento di scansione energetico dovrà interessare la lunghezza dell'intero soma, dalla sommità del capo fino alle piante dei piedi,

passando attraverso tronco e gambe, e viceversa.

Se invece si pratica seduti su una sedia, nel terzo stadio della tecnica, quando l'energia si muove ancora lentamente, seguire il profilo del corpo, al fine di garantire il passaggio delle energie attraverso ogni sezione corporea. In seguito, nel quarto stadio, quando e se il movimento di scansione energetico accelera e diventa molto rapido, non essendo più possibile seguire i contorni del corpo, muovere semplicemente l'energia in linea retta, lungo una diagonale.

Un aspetto cruciale nell'applicazione dell'OLVE è la capacità di percepire e dirigere le energie energosomatiche in modo reale, e non solamente immaginare di farlo. Mediante lo spostamento del proprio focus mentale lungo l'asse del corpo è certamente possibile, in parte, mettere le energie energosomatiche in movimento, tuttavia, per sviluppare un movimento energetico di sufficiente potenza, in grado di installare lo SV, è importante che il praticante, col tempo, impari a sviluppare una vera e propria paramotricità, vale a dire la capacità dirigere effettivamente le bioenergie, così come è in grado di dirigere, ad esempio, il proprio respiro fisiologico, o il movimento di un arto del corpo fisico.

Molto ci sarebbe ancora da aggiungere sull'analisi di questa particolare paratecnologia energetica, che è semplice da eseguire solo in apparenza. Rimandiamo per questo il lettore ai già citati scritti di *Trivellato, Alegretti e Vieira*.

OSCILLAZIONE LONGITUDINALE VOLONTARIA DELLE ENERGIE SOMATICHE ED ENERGOSOMATICHE

In questa sezione presentiamo la nostra proposta di tecnica integrativa, che vede l'abbinamento, e in parte la fusione, della tecnica somatica della RC con la tecnica puramente energosomatica dell'OLVE. Denomineremo questa tecnica mista *Oscillazione Longitudinale Volontaria delle Energie Somatiche ed Energosomatiche* (OLVESE).

Postura. Assumere una delle quattro posizioni indicate nelle precedenti tecniche (supini, in piedi, seduti su una sedia, o in

postura meditativa).

Tecnica. La tecnica prevede l'esecuzione dei seguenti 4 stadi (il primo stadio è essenzialmente preparatorio e può essere saltato dal praticante più esperto; il quarto stadio, di osservazione, è solo facoltativo, sebbene consigliato):

1. Praticare la RC, fino a raggiungere una consistente mobilitazione delle energie somatiche ed energosomatiche, mantenendo per un tempo sufficiente un ritmo respiratorio uniforme e relativamente intenso. In questo stadio, concentrarsi unicamente sulla corretta esecuzione dell'UP e sull'inversione esplosiva tra le fasi di inspirazione ed espirazione.

2. Quindi, abbinare alla respirazione somatica una respirazione energosomatica consapevole. Più esattamente, nella fase inspiratoria, focalizzare l'attenzione sul flusso pranico ascendente (conformemente al movimento verso l'alto promosso dall'UP), dalla base della colonna (se si è seduti in postura meditativa), o dalla base dei piedi (se si è seduti su una sedia, in piedi o sdraiati), fino alla sommità del capo. Reciprocamente, durante la fase espiratoria, focalizzare l'attenzione sul flusso apanico discendente, dalla sommità del capo fino alla base della colonna (o dei piedi). Continuare in questo modo per un tempo sufficiente, cercando di accoppiare, in modo sinergico, il controllo del respiro fisico al controllo del movimento energetico del *prana-apana-gati* ad esso associato, che si cercherà di rendere il più intenso possibile.

3. Una volta raggiunta una sufficiente stabilità nella duplice oscillazione dei flussi respiratori ed energosomatici, senza interrompere in nessun modo il movimento delle energie, abbandonare la tecnica della RC (vale a dire il controllo attivo sul respiro) e concentrarsi unicamente sulla mobilitazione energosomatica, procedendo come descritto allo Stadio 4 della descrizione dell'OLVE, cercando di aumentare gradatamente e uniformemente la potenza del flusso energetico. Procedere in questo modo per un tempo sufficiente di applicazione della tecnica.

4. Dopo avere abbandonato la pratica, rimanere

semplicemente in osservazione della condizione raggiunta, prendendo nota dei cambiamenti avvenuti nella sfera fisica, energetica, emotiva e mentale.

Osservazioni

Nel secondo stadio di applicazione della tecnica, è importante che la scansione energetica sia perfettamente sincrona con la respirazione somatica.

Il passaggio tra il secondo e il terzo stadio deve avvenire senza interruzioni o sobbalzi nel ritmo di scansione delle energie. È importante che in questo passaggio delicato il praticante non perda il focus mentale con le energie in movimento. Fino a quel momento, infatti, l'energia era primariamente portata dall'azione del respiro, e solo secondariamente dall'azione mentale. Dopo quel momento, cioè nel passaggio tra il secondo e il terzo stadio, come in una corsa a staffetta, avviene un passaggio di testimone: il respiro termina la sua azione direttiva primaria e abbandona, se così si può dire, la corsa, mentre l'azione mentale assume totalmente il controllo della mobilitazione energetica, producendo poi una graduale accelerazione e un'ulteriore intensificazione della stessa.

VANTAGGI E SVANTAGGI DELL'OLVESE

S. Un evidente svantaggio dell'OLVESE, rispetto all'OLVE, è che si tratta di una tecnica ibrida, più complessa, che richiede il controllo non solo dei soffi extrafisici, ma altresì di quelli fisici (respiratori). Pertanto, per certi versi, è di approccio meno immediato rispetto all'OLVE.

V. D'altra parte, lo sforzo e il tempo richiesto nel conseguire un sufficiente controllo nella pratica della RC, viene ampiamente ripagato dal fatto che grazie all'azione sinergica tra RC e OLVE, diventa possibile mettere in moto un quantitativo solitamente più rilevante di energia.

S. La tecnica OLVESE potrebbe indurre il praticante inesperto a ritenere che esista un vincolo tra respirazione fisiologica e

“respirazione” energosomatica. In tal senso, la pratica dell’OLVESE potrebbe ritardare lo sviluppo della capacità di agire direttamente sulle parti più sottili della sfera energetica e padroneggiare quindi l’OLVE in quanto tale.

V. Per evitare questo possibile malinteso, è importante che nella fase di introduzione teorica, l’istruttore dia il giusto rilievo al fatto che non esiste alcun vincolo, ma solo una possibile sinergia, tra respirazione fisica e “respirazione energetica”. È inoltre importante che il praticante comprenda appieno quale sia la logica della tecnica dell’OLVESE. Essa mira unicamente ad utilizzare le tecniche respiratorie quale strumento indiretto per mettere in movimento un quantitativo sufficiente di energia sottile (energomatica), partendo dall’azione mediatrice del respiro, che agisce alla frontiera tra il somatico e l’energomatico. In altre parole, i primi due stadi della tecnica sono solo preparatori per il terzo, dove l’energia viene guidata *unicamente* dalla forza mentale del praticante. Un praticante esperto, ovviamente, può fare a meno di questa preparazione, essendo già in grado di agire con sufficiente efficacia paramotoria sulla propria sfera energetica. Quindi, progredendo nella pratica, la tendenza sarà quella di accorciare sempre più le prime due fasi, prolungando invece l’esecuzione della terza, arrivando così alla pratica dell’OLVE nella sua versione “classica”, o “pura”.

S. La tecnica dell’OLVESE sposta il focus del praticante sulla dimensione fisica, attraverso il controllo del respiro, quando invece l’obiettivo primario è quello di imparare ad agire direttamente sulle energie extrafisiche. Pertanto, la sua pratica potrebbe alla lunga rivelarsi controproducente.

V. Ogni strategia che mira all’ottenimento di uno specifico risultato va usata con la dovuta intelligenza e discernimento, altrimenti, come è noto, anche la soluzione di un problema, se agita in modo inopportuno, può divenire parte del problema stesso. La maggiore difficoltà nella corretta esecuzione dell’OLVE è la notoria mancanza di una percezione chiara, da parte del praticante, delle proprie energie energomatiche, così come la loro discriminazione rispetto alle energie somatiche.

Un'altra difficoltà di rilievo è la viscosità (mancanza di fluidità) delle energie energosomatiche in numerosi praticanti (soprattutto tra coloro che non hanno passato, nella precedente vita intrafisica, la seconda dissoma), un fattore che ne rende particolarmente difficoltosa la mobilitazione.

Questa è forse una delle ragioni per le quali lo Yoga, il cui corpus di metodologie offre un approccio sistematico e graduale all'espansione coscienziale (attuabile indipendentemente dal livello evolutivo iniziale del praticante), dia così tanta importanza al lavoro corporeo (asana) e respiratorio (pranayama), quale condizione *sine qua non* per riuscire in seguito ad agire in modo efficace sulle sfere più sottili. Uno degli scopi della pratica delle asana e dei pranayama è infatti proprio quello di promuovere un intenso sbloccaggio e fluidificazione della sfera fisico-energetica del praticante, mettendolo in condizione di esplorare ed agire in modo più agevole ed efficace sulla propria anatomia e fisiologia più sottili.

Da questo punto di vista, l'integrazione della RC nella pratica dell'OLVE appare del tutto funzionale nel condurre il praticante verso una maggiore consapevolezza della propria "macchina olosomatica" e sviluppare la capacità di agire direttamente su di essa, con maggiore efficienza ed efficacia.

Come è noto, una stampella è utile in un percorso di rieducazione di un arto rimasto immobile per troppo tempo solo nella misura in cui, al momento opportuno, essa venga abbandonata, onde permettere una completa guarigione. Allo stesso modo, la "stampella respiratoria" dovrà essere utilizzata solo fino alla rimozione dei maggiori ostacoli che impediscono il corretto fluire delle energie praniche, e una volta raggiunta tale condizione dovrà essere abbandonata, nel senso che il praticante dovrà imparare a svincolare completamente la propria pratica bioenergetica dal meccanismo a mantice dei polmoni.

Naturalmente, questo non significa che la pratica dei pranayama in quanto tale perderà totalmente la sua ragione d'essere. Queste metodologie sono infatti particolarmente

efficaci nella loro azione sulle energie più dense – fisiche e quasifisiche – e in tal senso potranno essere sempre utilizzate per la loro azione benefica, dinamizzante e decongestionante sull'organismo fisico (al pari ad esempio di un'alimentazione disintossicante e nutriente, e di altre pratiche in grado di promuovere un'igiene e salute superiori).

V. Un elemento di sicuro interesse nella pratica dell'OLVESE è la fase di sospensione naturale del respiro che sopraggiunge al termine della RC (al passaggio dal secondo al terzo stadio), quando il controllo attivo del respiro viene abbandonato. In questo particolare frangente, il praticante non avverte più la necessità di respirare per un tempo solitamente abbastanza prolungato, riducendo così l'abituale interferenza prodotta dal mantice polmonare. Questa condizione di immobilità respiratoria favorisce ovviamente una maggiore concentrazione sull'azione energosomatica.

Osserviamo inoltre che se si pratica in posizione supina, la sospensione del respiro abbinata alla possente mobilitazione delle energie prodotta dalla RC, ulteriormente intensificate e raffinate nel terzo stadio della tecnica dell'OLVE propriamente detta, costituisce indubbiamente, di per sé, una valida tecnica di proiezione lucida della coscienza.

VI. Nel passaggio tra il secondo e il terzo stadio della tecnica, soprattutto se il secondo stadio è stato praticato sufficientemente a lungo, è abbastanza facile percepire il movimento oscillatorio delle energie messe in moto dall'azione congiunta del respiro e del focus mentale. Questa percezione, relativamente concreta, è di notevole aiuto per i praticanti meno esperti, che in questo modo hanno accesso a una parapercezione maggiormente obiettiva, in grado di facilitare in seguito la mobilitazione puramente mentale delle energie.

CONCLUSIONE

L'autore si augura che il presente lavoro possa contribuire a promuovere un dialogo proficuo. Da una parte, stimolando i ricercatori nel campo della Coscienziologia a non sottovalutare

il valore delle informazioni contenute negli antichi insegnamenti di Yoga, i quali, con ogni probabilità, sono il lascito di coscienze assai avanzate che hanno solcato questo pianeta nei passati millenni. Dall'altra, stimolando i seri praticanti di Yoga a non commettere l'errore di confondere antichità con autorevolezza. Infatti, le informazioni contenute nei testi antichi non necessariamente sono sempre corrette e solitamente vanno tradotte in un linguaggio che sia il più possibile chiaro e scientifico, evitando inutili prosopopee e dogmatismi, e rimanendo consapevoli che molte delle tecniche yogiche vanno riviste in funzione della diversa condizione dell'uomo moderno (senza per questo, ovviamente, snaturarle).

In altre parole, l'autore si augura che sia possibile gettare un ponte tra le diverse tradizioni di ricerca interiore che si sono manifestate nei millenni su questo pianeta, onde meglio comprendere quali siano le comuni fondamenta e possibilmente integrare (in senso migliorativo) le rispettive paratecnologie. Questo va però fatto con la dovuta serietà e unicamente con lo scopo di accrescere l'efficacia e l'efficienza degli strumenti evolutivi a nostra disposizione, e non certo per cercare facili percorsi di minor resistenza, improntati a meccanismi di autocorruzione.

Detto questo, sottolineiamo che nella descrizione delle tecniche UP, RC e OLVESE, abbiamo volontariamente omesso di indicare i tempi specifici di pratica (sia delle tecniche nel loro complesso, sia dei rispettivi stadi). Allo stesso modo, nessuna indicazione specifica è stata fornita sui livelli di intensità respiratoria richiesta. Questo essenzialmente per tre ragioni:

1. Ogni praticante deve essere in grado di automonitorarsi e di determinare personalmente la giusta intensità e durata di applicazione delle diverse tecniche respiratorie;
2. Non è possibile delegare a un semplice articolo il delicato compito di guidare un principiante nella pratica di questi procedimenti. Si raccomanda pertanto di praticare inizialmente le tecniche descritte in questo articolo sotto la supervisione di un praticante più esperto;

3. È necessaria una certa cautela quando si impiegano procedimenti respiratori di una certa potenza, i quali, se applicati in modo sconsiderato e inappropriato, possono indurre fenomeni disagiati, e alle volte anche pericolosi, come ad esempio alcalosi respiratorie, iperventilazioni, ipossie, nausea, vomito, parestesie, aritmie, attacchi di panico, ecc. Se sottolineiamo tutto questo non è certo per promuovere un indebito timore nel praticante, ma semplicemente per ricordare che è fondamentale attuare le tecniche con il dovuto discernimento, cognizione di causa, e con una chiara percezione dei propri limiti.

È noto che numerosi altri pranayama dello Yoga siano in grado di promuovere profonde dinamizzazioni della sfera energetica e condurre il praticante a possibili stati vibrazionali somatici ed energosomatici [ALE, 2008], [SAS, 2010]. Possiamo qui citare i famosi *bastrika pranayama* e *kapalabhati pranayama*, o il cosiddetto *respiro di fuoco*. Questi procedimenti, per ragioni che sarebbe troppo lungo spiegare in questa sede, non si prestano però a una corretta ed armonica integrazione con la tecnica dell'OLVE.

Il pranayama della RC (da non confondere con le pratiche del *Rebirthing* di Leonard Orr, o della *Respirazione Olotropica* di Stanislav Grof, malgrado alcune evidenti somiglianze¹⁰) possiede indubbi punti in comune con l'OLVE. Innanzitutto, nell'importanza di creare, nell'applicazione della tecnica, un ritmo stabile e un movimento il più possibile regolare e uniforme. Vi è poi la presenza di un movimento ascendente e discendente, tramite l'azione combinata di ventre e torace, che portano ad uno spostamento volumetrico ed energetico verso l'alto nella fase inspiratoria e verso il basso nella fase espiratoria. Infine, e non meno importante, vi è la rilevanza, per una corretta applicazione della tecnica, dei punti di scambio tra

¹⁰ Osserviamo che il termine di “respirazione circolare” viene utilizzato anche in relazione a una particolare tecnica respiratoria impiegata per suonare taluni strumenti a fiato (come il didgeridoo australiano), dove non vi è interruzione del flusso d'aria immesso negli stessi.

inspirazione ed espirazione e tra espirazione ed inspirazione, durante i quali è necessario produrre un piccolo shock energetico.

Anche nell'applicazione dell'OLVE, molti praticanti (l'autore compreso) percepiscono il momento di inversione del senso di propagazione delle energie (ai due punti estremi del loro percorso) come un aspetto critico della tecnica, su cui può essere vantaggioso portare una particolare attenzione; vedi anche la discussione in [TRI, 2008].

Si può quindi ipotizzare che l'inversione istantanea delle energie sia uno dei meccanismi, sebbene ovviamente non l'unico, attraverso il quale le energie somatiche ed energosomatiche vengono attivate nell'applicazione delle tecniche della RC e dell'OLVE. Questo assunto sembra trovare conferma in un modello di funzionamento meccanico, ultra semplificato, che ci proponiamo di illustrare nella seguente appendice.

Concludiamo questa sezione menzionando, per completezza, che esistono altre tecniche somatiche, in aggiunta ai pranayama, in grado di stimolare indirettamente le energie energosomatiche e promuoverne una parziale attivazione. A titolo di esempio, citiamo la possibilità di lavorare, attraverso specifiche frizioni e movimenti circolari, sulle articolazioni irrigidite del nostro corpo fisico, la cui durezza è spesso in relazione con particolari blocchi energetici di origine emotiva. Un lavoro corporeo intenso, in grado di sciogliere profondamente le articolazioni, è infatti in grado di riattivare in parte la circolazione energosomatica, promuovendo così (quale conseguenza della messa in movimento delle energie dormienti) dei possibili stati vibrazionali. Un'altra possibilità è l'utilizzo del suono (*Nada Yoga*), tramite l'ascolto e la recitazione di particolari vibrazioni sonore, come ad esempio quelle prodotte dall'intonazione di alcune vocali.

APPENDICE

Su questo pianeta, allo stato attuale della ricerca coscienziologica, vi è un'indubbia carenza di modelli scientifici sufficientemente elaborati e significativi, in grado di descrivere e spiegare il funzionamento della nostra para-anatomia e para-fisiologia (e fare di conseguenza previsioni falsificabili). Al momento, disponiamo solo di modelli euristici elementari e di possibili estrapolazioni a partire da altre discipline scientifiche, come ad esempio la fisica [SAS, 2009].

Per fare un esempio, Alegretti paragona l'OLVE al funzionamento di un laser [ALE, 2008], per poi riconoscere che non esistono spiegazioni per quanto attiene ai meccanismi di pompaggio e inversione di popolazione che sarebbero inerenti al suo funzionamento. In altre parole, al momento sappiamo solo offrire analogie generiche, ma non siamo ancora in grado di rispondere alla seguente semplice domanda:

Perché la tecnica dell'OLVE funziona?

E non sapendo rispondere a questa domanda, diventa anche più difficile immaginare come migliorare questa tecnica, al fine di renderla ancora più efficace¹¹.

Nel presente lavoro abbiamo proposto di potenziare l'OLVE abbinandola e integrandola a uno specifico pranayama dello Yoga, detto della RC, che presenta con questa tecnica elementi di notevole similarità. Come già ribadito, in entrambe queste metodologie l'inversione repentina del senso del movimento (energetico e/o respiratorio) sembra svolgere un ruolo rilevante e una migliore comprensione di questo meccanismo potrebbe suggerire possibili *upgrades* della tecnica. Ma per questo, ovviamente, si rendono necessarie ulteriori indagini, sia teoriche che pratiche.

¹¹ I due recenti lavori di Trivellato e Alegretti [TRI, 2008], [ALE, 2008] possono essere considerati due importanti passi in avanti nella direzione di una maggiore comprensione dell'OLVE e del suo funzionamento.

Per quanto attiene all'aspetto teorico, in questa appendice descriveremo un modello prettamente meccanico di funzionamento dell'OLVE, ultra semplificato, in grado di offrire una possibile spiegazione sulla presunta importanza dei punti di inversione del movimento energetico, nell'applicazione di questa tecnica.

Il modello dello shaker coscienziale

La prima ipotesi semplificatrice del nostro modello è che la sostanza energosomatica messa in moto dall'azione della coscienza sia costituita da particolari corpuscoli, che denomineremo *energoni*. Supporremo che gli energoni siano entità strutturate, che in aggiunta ai loro gradi di libertà traslazionali, possiedano anche dei gradi di libertà interni, che gli consentono di vibrare a diverse frequenze.

Per semplificare ulteriormente la discussione, ipotizzeremo che un energone possa assumere unicamente due stati: uno stato fondamentale, caratterizzato da un'energia di vibrazione E_0 e da una frequenza di vibrazione f_0 , e uno stato eccitato, di energia $E_1 > E_0$ e frequenza $f_1 > f_0$.

Supporremo altresì che la sostanza che forma il fluido energosomatico (FE) sia molto fredda¹², in accordo con le ben note parasensazioni di temperature estremamente basse associate agli effetti di ectoplasmia, telecinesi, dematerializzazione, venti extrafisici gelidi, e altri fenomeni all'interfaccia tra il fisico e l'extrafisico.

Un'ulteriore ipotesi semplificatrice è che gli energoni che compongono il FE si muovano indipendentemente gli uni dagli altri (in altre parole, trascureremo nella presente descrizione le interazioni reciproche tra energoni). Questo significa che stiamo equipariamo il FE a una sorta di gas ideale.

Sulla base delle summenzionate ipotesi semplificatrici, è facile

¹² Ricordiamo che la temperatura è una misura della componente cinetica dell'energia interna di una sostanza, associata al movimento dei suoi costituenti.

mettere in relazione alcune tipiche parapercezioni energosomatiche con lo stato del FE. Per esempio, la *quantità totale di energia circolante* corrisponderebbe all'energia totale E_{tot} del FE, data dalla somma delle energie individuali degli energoni (essendo questi, per ipotesi, indipendenti). Inoltre, poiché l'energia cinetica interna del FE è per ipotesi trascurabile (il fluido è molto freddo), solo l'energia interna di vibrazione degli energoni contribuisce in modo significativo al calcolo di E_{tot} . Pertanto, se N_0 è il numero totale di energoni nello stato fondamentale di energia E_0 , e N_1 il numero totale di energoni nello stato eccitato di energia E_1 , abbiamo semplicemente che:

$$E_{tot} = N_0 E_0 + N_1 E_1.$$

Ovviamente, poiché $E_1 > E_0$, maggiore è il numero di energoni eccitati e maggiore sarà anche la quantità totale di energia circolante percepita dal praticante.

Un'altra parapercezione importante è la *frequenza di vibrazione complessiva percepita*. Considerando che il FE è un miscuglio di energoni di due diversi stati, vibranti rispettivamente alle frequenze f_0 e f_1 , è naturale associare la vibrazione complessiva percepita alla frequenza media di vibrazione $\langle f \rangle$ degli energoni nel FE, data dalla somma ponderata:

$$\langle f \rangle = (N_0 f_0 + N_1 f_1) / N,$$

dove $N = N_0 + N_1$ è il numero totale di energoni e, ovviamente, $f_0 \leq \langle f \rangle \leq f_1$.

L'ipotesi alla base di questo modello è che nel nostro stato intrafisico abituale possediamo un quantitativo massimo di energoni nello stato fondamentale (e di conseguenza un minimo di energoni nello stato eccitato); quando invece applichiamo la tecnica dell'OLVE (o dell'OLVESE), eccitiamo un numero sempre crescente di energoni, accrescendo di conseguenza sia E_{tot} che $\langle f \rangle$.

Sull'interazione coscienza-energoni possiamo ipotizzare due diverse modalità: *diretta* e *indiretta*. L'interazione diretta

corrisponderebbe all'abilità della coscienza di eccitare direttamente gli energoni (cioè di agire direttamente sui loro gradi di libertà interni). Questa sembra essere la prerogativa di alcuni praticanti esperti, in grado di attivare il FE su semplice comando mentale, in pochi secondi.

L'altra modalità, che è quella che qui a noi interessa, sfrutta invece la capacità della coscienza di agire sui gradi di libertà esterni (traslazionali) degli energoni, mettendoli in movimento, e altresì la capacità di confinare tale movimento entro un volume prestabilito (corrispondente essenzialmente al volume di un cilindro contenente il soma del praticante). In altre parole, l'azione della coscienza, nell'applicazione dell'OLVE, sarebbe duplice:

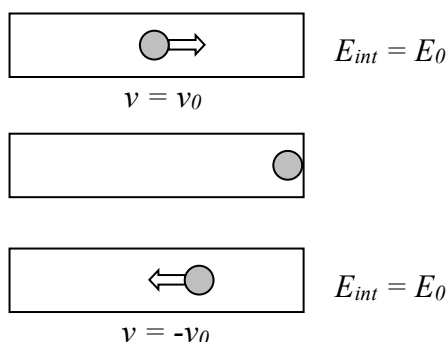
1. *messa in moto* del FE lungo l'asse longitudinale;
2. *confinamento* del movimento del FE entro un volume cilindrico determinato.

Il lettore potrà ad esempio immaginare un singolo energone che sotto l'impulso costante della coscienza si muova a velocità costante $v = v_0$ lungo l'asse longitudinale del cilindro di confinamento¹³, e una volta raggiunto un estremo dello stesso, rimbalzi sulla parete di confinamento, invertendo il proprio senso di marcia e acquisendo una velocità opposta $v = -v_0$.

Stiamo qui supponendo che la coscienza sia in grado di mantenere idealmente il *campo cilindrico di confinamento* perfettamente stabile, senza che questo subisca rinculi, di modo che il rimbalzo dell'energone sulla parete del cilindro avvenga in modo perfettamente *elastico* e la sua energia cinetica sia conservata nel corso del movimento di oscillazione (per una determinata frequenza di oscillazione). Questo sarebbe ciò che idealmente accade nella corretta applicazione della tecnica dell'OLVE, quando il praticante si preoccupa di invertire il

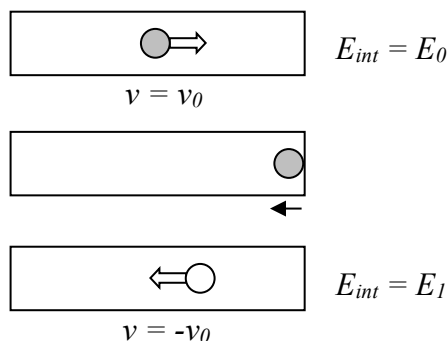
¹³ Più esattamente, poiché il FE possiede una propria viscosità, la coscienza dovrà applicare una forza costante sull'energone, al fine di compensare la sua resistenza allo scorrimento. Quando questo avviene, la somma delle forze esterne sarà zero e l'energone potrà muoversi a velocità scalare costante (al pari di una particella libera).

senso di marcia del FE senza indurre rallentamenti dello stesso.



Cerchiamo ora di tradurre nel linguaggio del nostro modello semplificato i suggerimenti della *Bhagavad Gita*, di “sacrificare un movimento nell’altro”, o del *Vigyana Bhairava Tantra*, di “produrre una collisione dei due movimenti”. Immaginiamo che un istante prima che l’energone abbia raggiunto l’estremo del campo di confinamento, la sua inversione di moto venga anticipata dal campo stesso. In altre parole, supponiamo che un istante prima dell’arrivo dell’energone al confine, diciamo di destra, l’intero campo (o eventualmente solo il suo confine di destra) produca, per impulso della coscienza, un rapido movimento di anticipazione verso sinistra. In questo caso, il rimbalzo dell’energone non sarà più elastico, e in seguito alla collisione avrà acquisito un surplus di energia. Questo surplus potrà allora produrre due possibili effetti: (1) aumentare l’energia cinetica dell’energone, oppure (2) accrescere la sua energia vibratoria interna.

In altre parole, possiamo supporre che se il praticante è in grado di imprimere un impulso preciso e sufficientemente intenso ai punti estremi del movimento di oscillazione, anticipando l’inversione di marcia degli energoni, ad ogni cambio di direzione potrebbe essere possibile eccitarne un certo numero, aumentando di conseguenza la frequenza vibratoria media del FE.



Naturalmente, essendo il presente modello estremamente naïf, la sua euristica potrebbe anche rivelarsi totalmente errata. Inoltre, è evidente che potrà solo evidenziare uno dei molteplici ingredienti del complesso meccanismo di attivazione dell'OLVE. Infatti, come è chiaro ad ogni praticante sufficientemente esperto, il solo movimento di traslazione del FE attraverso la complessa matrice dei canali energosomatici, e relativi chakra, è già di per sé in grado di produrre, a prescindere dal meccanismo delle inversioni, un notevole livello di attivazione dello stesso, e tale affetto, ovviamente, non può essere spiegato nell'ambito delle ipersemplificazioni del modello qui presentato¹⁴.

¹⁴ In termini più generali, possiamo ipotizzare che le collisioni subite dagli energoni in movimento all'interno della complessa struttura energosomatica siano in parte responsabili per la loro eccitazione. Questo sarebbe il caso perché, ogni volta che un energone si scontra con un altro energone, o con un elemento della struttura energosomatica, vi sarebbe una probabilità non nulla che parte della sua energia cinetica si trasformi in energia interna, aumentando di conseguenza l'energia totale interna e la frequenza media del FE. In tal caso, la coscienza dovrà applicare una forza supplementare sugli energoni, per compensare la corrispondente perdita di energia cinetica e preservare la velocità complessiva dell'impulso longitudinale.

BIBLIOGRAFIA

[ALE, 2008] Wagner Alegretti, *An Approach to the Research of the Vibrational State through the Study of Brain Activity*, Journal of Conscientiology, Vol. 11, No. 42, p. 217-251, 2008 (vedi anche la traduzione in italiano pubblicata nel presente numero di AutoRicerca).

[MON, 1977] Robert A. Monroe, *Journeys out of the body*, Broadway Books, New York, 1977.

[PAT, 2003] Patanjali, *Aforismi dello Yoga (Yogasutra)*, a cura di Paolo Magnone, Promolibri Magnanelli, Torino, 2003.

[SAS, 2009] Massimiliano Sassoli de Bianchi, *Interdimensional Energy Transfer: a Simple Mass Model*, JofC, Volume 11, No. 43, 2009.

[SAS, 2010] Massimiliano Sassoli de Bianchi, *Elementi di Sadhana dello Yoga*, Lulu.com (ISBN: 978-1-4457-1191-1), 2010.

[TRI, 2008] Nanci Trivellato, *Measurable Attributes of the Vibrational State Technique*, Vol. 11, No. 42, p. 165-203, 2008 (vedi anche la traduzione in italiano pubblicata nel presente numero di AutoRicerca).

[VIE, 1994] Waldo Vieira, *700 Experimentos da Conscienciologia*, Rio de Janeiro, RJ, Instituto Internacional de Projectiologia e Conscienciologia, 1994.

[VIE, 2002] Waldo Vieira, *Projectiology, A Panorama of Experiences of the Consciousness outside the Human Body*, Rio de Janeiro, RJ – Brazil, International Institute of Projectiology and Conscientiology, 2002.

[VIE, 2003] Waldo Vieira, *Homo Sapiens Reurbanisatus*, Foz do Iguaçu – Paraná – Brasil, Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia – CEAEC, 2003.

GLOSSARIO DELLA COSCIENZILOGIA

Accoppiamento aurico - Interfusione delle energie olochakrali fra due o più coscienze.

Agenda extrafisica - Pianificazione scritta degli obiettivi coscienziali extrafisici prioritari - esseri, luoghi, idee - che il proiettore proiettato cerca di raggiungere gradualmente, in modo cronologico, stabilendo schemi funzionali al suo sviluppo.

Alcova blindata - Stanza energeticamente difesa ed extrafisicamente “asettica” in una casa o appartamento, soprattutto la camera da letto; camera da letto a prova di assediato.

Allucinazione (Latino: *alucinari*, ingannare) - Percezione apparente di un oggetto esterno non presente in quel momento; errore mentale nella percezione dei sensi, senza fondamento nella realtà oggettiva.

Androchakra (*andro* + *chakra*) - Il sessochakra degli uomini.

Andropensene (parola composta: *andro* + *pen* + *sen* + *e*) - Pensene specifico della coscin maschile primitiva o del *macho*.

Androsoma (*andro* + *soma*) - Il corpo umano maschile o specifico dell'uomo.

Animismo (Latino: *animus*, animo) - Insieme dei fenomeni intra ed extacorporei prodotti dalla coscin, senza interferenze esterne, come, per esempio, il fenomeno della proiezione cosciente indotto dalla propria volontà.

Antipensene (*anti* + *pen* + *sen* + *e*) - Il pensene antagonista, comune nelle confutazioni, negli omniquestionamenti e nei dibattiti produttivi.

Apparizione intervivi - Apparizione della coscienza del proiettore umano proiettato ad altre coscin.

Approccio extrafisico - Contatto tra una coscienza e un'altra nelle dimensioni extrafisiche.

Assedialità - Intrusione pensenica intercoscienziale malata. Espressione equivalente, anacronistica: *ossessione*. Ci sono molte coscin che si pongono sulla difensiva di fronte a questa parola.

Assediatore - Coscienza perturbata, malata, bisognosa, anticosmoetica; specialmente una coscienza extrafisica quando compie un'intrusione pensenica nei confronti di una coscienza intrafisica.

Assim (*as + sim*) - Assimilazione simpatetica di EC, o energie coscienziali, mediante la volontà, spesso accompagnata dalla decodificazione di un insieme di penseni di un'altra o più coscienze.

Assistente intrafisico - Il guardiano intrafisico del corpo inattivo del proiettore, che si trova privato della coscienza durante una proiezione lucida.

Assistenziale - In relazione a, o che denota assistenza. Un compito assistenziale è universalistico, cosmoetico, fraterno e dovrebbe idealmente chiarificare (compito di chiarimento) anziché consolare (compito di consolazione).

Aura (Latino: *aura*, soffio d'aria) **orgasmica** - Energia olochakrale della *facies sexualis* dell'uomo o della donna al momento esatto dell'orgasmo o climax dell'atto sessuale.

Aura penica - Energia sessochakrale attorno al pene, soprattutto quando si trova in erezione, percepibile da qualsiasi persona motivata, specialmente dall'uomo stesso sessualmente eccitato.

Autobilocazione (Greco: *autos*, proprio; latino, *bis*, due; *locus*, luogo) **Coscienziale** - Atto in cui il proiettore (o proiettrice) intrafisico si trova faccia a faccia con il proprio corpo umano (soma) e lo può contemplare, trovandosi al di fuori del corpo medesimo, in un altro veicolo di manifestazione.

Autocoscientizzazione multidimensionale (AM) - Condizione di lucidità matura della coscin circa la vita

coscienziale nello stato evoluto di multidimensionalità, raggiungibile attraverso la proiettabilità lucida (PL).

Autocoscienzialità - Qualità del livello d'autoconoscenza da parte della coscienza; megaconoscenza.

Auto-imperdonatore - Coscin - uomo o donna - che, nelle proprie autodiscipline, non si perdona errori ed omissioni, al fine di eliminare le autocorruzioni coscienti. Questa condizione sana si antepone alla condizione, anch'essa sana, dell'eteroperdonatore, *perdonatore universale*, sincero, verso tutti gli esseri, per sempre. E' questo *un principio di base della maxifraternità*.

Automimesi esistenziale - Imitazione, da parte della coscin, del proprio vissuto o delle proprie esperienze passate, appartenenti sia alla rinascita intrafisica attuale sia alle esistenze precedenti.

Automimeticità - Qualità coscienziale dell'automimesi esistenziale.

Autopensene (*auto + pen + sen + e*) - Il pensene della propria coscienza.

Autoproiezione - Uscita, intenzionale o provocata dalla volontà, della coscin dal suo corpo fisico verso un'altra dimensione coscienziale, attraverso il mentalsoma o lo psicosoma.

Auto-relè coscienziale - Condizione avanzata in cui la coscienza evolve intrecciando una vita all'altra, consecutivamente (*proesis vincolate*), come gli anelli di una catena (*seriesis*), all'interno del proprio ciclo multiesistenziale (*olobiografia*).

Base fisica - Luogo sicuro, scelto dalla coscin per lasciare il proprio soma inanimato o a riposo, mentre si proietta coscientemente in altre dimensioni conscienziali; *doppiodromo*. Un olopensene proieziogenico domiciliare. Presenta relazioni dirette con: l'alcova energeticamente blindata, la ceneper, l'epicos, l'offiex, il *projetarium*, il *precognitarium* e il *retrocognitarium*.

Binomio ammirazione-disaccordo - Postura della coscin matura in rapporto all'evoluzione coscienziale, che già sa vivere

in coesistenza pacifica con un'altra coscienza, che ama ed ammira e, allo stesso tempo, non concorda sempre al 100% con ella riguardo i suoi punti di vista, opinioni o posizioni.

Binomio lucidità-ricordo - Combinazione di due condizioni indispensabili alla coscin per ottenere una proiezione lucida (fuori del soma) pienamente soddisfacente.

Biopensesene (*bio + pen + sen + e*) - Il pensene specifico della coscienza umana o intrafisica.

Bitanatosi - Disattivazione e abbandono dell'olochakra, dopo la dissoma, inclusa la rimozione delle rimanenti connessioni energetiche dell'olochakra presenti nel soma: *seconda morte*; seconda dissoma.

Bradipensesene (*bradi + pen + sen + e*) - Il pensene di flusso lento, caratteristico della coscienza umana bradipsichica.

Cardiochakra (*cardio + chakra*) - Il quarto chakra di base, agente influente nell'emotività della coscin, vitalizzatore del cuore e dei polmoni.

Catatonìa extrafisica - Condizione fissa della coscin, quando è proiettata, che mantiene atti extrafisici stereotipati, ripetitivi e, in genere, inutili o evitabili per la sua evoluzione.

Ceneper (*c + ene + per*) - Compito energetico personale, giornaliero, multidimensionale, con assistenza permanente dei protettori, di lunga durata o per tutta la vita intrafisica. Espressione popolare: *mandare energia*.

Cervello addominale - (V. subcervello addominale).

Chakra - Nucleo o campo limitatore di energia coscienziale, il cui insieme costituisce la base dell'*olochakra*, paracorpo energetico del soma, che garantisce la connessione con lo psicosoma, agendo come punto di connessione affinché l'EC fluisca da un veicolo coscienziale all'altro. La parola chakra è uno dei nostri *limiti critici neologistici*. Non è stato individuato un altro vocabolo internazionale, uninominale, più adatto, o ideale, da usare in alternativa, e superare così il preconetto filosofico esistente nei riguardi di tale termine (inclusi derivati e affini). Ciò che importa, prima di tutto, in questo contesto, è il *contenuto ideatico* e non la *forma linguistica*.

Chirosoma (*chiro + soma*) - Il soma considerato

specificamente in relazione all'applicazione delle mani o al lavoro manuale.

Ciclo mentalsomatico - Il ciclo o corso evolutivo della coscienza che inizia la sua condizione di coscienza libera (CL), in cui disattiva definitivamente il suo psicosoma (terza dissoma) e vive solo con il mentalsoma.

Ciclo multiesistenziale - Sistema o condizione di alternanza continua, al nostro livello evolutivo medio, di un periodo di rinascita intrafisica (*seriesis*) con un altro periodo di post-disattivazione somatica, extrafisico, detto anche di *intermissione*.

Clima intercoscienziale - Condizione di multicomprendimento in un incontro intercoscienziale, stabilita attraverso pensieri affinnizzati, specialmente caricati di energie coscienziali (EC). Ci sono *climi*, *mini-climi* e *maxi-climi* intercoscienziali.

Co-epicos - Protettore che lavora con una coscienza, epicos praticante veterano, sia nei propri compiti energetici personali sia nella condizione di collega nelle pratiche giornaliere della cenepes o nell'assistenza costante a coscienze accolte nella propria officina.

Coincidenza - Stato di allineamento dei veicoli (olosoma) di manifestazione della coscienza.

Compensazione intracoscienziale - Tecnica coscienziometrica basata sull'uso prevalente degli attributi coscienziali più sviluppati (trafor), per superare un altro o altri attributi coscienziali meno sviluppati (tradeb), nel microuniverso della coscienza.

Compicon (*Compi + con*) - *Compito* di *consolazione*, assistenziale, personale o di gruppo, di tipo elementare.

Compiel (*Compi + el*) - *Compito* di *elucidazione* o chiarimento, assistenziale, personale o di gruppo, di tipo avanzato.

Complexis (*comple + esis*) - Condizione di *completamento* esistenziale della proesis della coscienza.

Comunicologia - Area o specialità della Coscienziologia che studia la comunicabilità, in tutte le sue nature e forme, della coscienza, inclusa la comunicazione intercoscienziale tra le

dimensioni coscienziali, considerando la proiettabilità coscienziale lucida e la coscienza nella sua interezza (olosoma, olobiografia, olomemoria).

Comunità extrafisica - Riunione e vita in comune di cosciex in una dimensione extrafisica.

Concentrazione Coscienziale - Stato di focalizzazione diretta, senza sviamento, delle sensazioni, degli attributi coscienziali, della volontà e intenzione della coscienza su di un singolo oggetto.

Confor (*con + for*) - Interazione del *contenuto* (idea, essenza) con la *forma* (presentazione, linguaggio) nei processi della comunicazione intercoscienziale (comunicologia).

Continuità Coscienziale - Condizione d'interezza - senza brecce - nella continuità della vita coscienziale, per mezzo della previsione provvidenziale e dell'auto-relé evolutivo, ovvero: l'unione incessante dell'esperienza del momento presente, dell'esperienza immediatamente anteriore e posteriore, in un tutto coeso ed unico, senza né soluzione di continuità né esperienze coscienziali stagnanti.

Contracorpo - Sinonimo di olochakra, il veicolo specifico della EC della coscin.

Contrapensene (*contra + pen + sen + e*) - Pensene intracoscienziale della coscin; negazione mentale muta; *parola mentale*; pensene muto; un tipo di *intrapensene*.

Copensene (*co + pen + sen + e*) - Il pensene della cooptazione specifica di un coro, di coloro che pregano in gruppo e delle folle.

Coppia evolutiva - Due coscienze che interagiscono positivamente in evoluzione congiunta. Condizione esistenziale di *evolutività intercooperativa* a due.

Coppia incompleta - Un uomo e una donna che non riescono a formare una coppia intima (in cui si pratica l'atto sessuale completo) ma che, nonostante ciò, mantengono un forte legame affettivo.

Co-proietttore - Protettore che lavora congiuntamente con una coscin nello sviluppo delle sue proiezioni coscienziali, lucide e assistite.

Coronochakra (*corono* + *chakra*) - Il chakra dell'area del sincipite, corona dell'olochakra.

Corso gruppokarmico - Insieme dei livelli della coscienza all'interno del gruppo coscienziale evolutivo.

Corso intermissivo - Insieme delle discipline ed esperienze teatiche insegnate alla cosciex, a partire da un determinato livello evolutivo, durante il periodo d'intermissione coscienziale, all'interno del suo ciclo d'esistenze personali, avendo quale obiettivo il completismo coscienziale (*complexis*) della prossima seriesis.

Cos - Unità ipotetica di misura del livello di lucidità della coscin o della cosciex.

Coscienza (Latino: *con* + *scientia*, con conoscenza) **Libera (CL)** - Coscienza – o più precisamente cosciex – che si è liberata definitivamente (disattivazione) del psicosoma o paracorpo emozionale e della serie di esistenze (*seriesis*). Le Coscienze Libere si situano, nella gerarchia evolutiva, oltre l'*Homo sapiens serenissimus*.

Coscienza, la - L'essenza individuale o principio intelligente in costante evoluzione. In coscienziologia la parola coscienza (come in “la coscienza”) è considerata sinonimo di mente, ego, principio intelligente, ecc, ma non può essere usata come riferimento ad uno stato di coscienza. Sinonimi in disuso: anima, spirito.

Coscienziense - Idioma telepatico, non simbolico, nativo delle dimensioni coscienziali delle Società Extrafisiche (Sociex) molto evolute.

Coscenziocentrismo - Filosofia sociale che centralizza i suoi obiettivi sulla coscienza stessa e sulla sua evoluzione; specialità della Coscienziologia denominata *Coscenziocentrologia*, che studia la creazione e il mantenimento dell'istituzione coscenziocentrica, come fosse una cooperativa coscienziale, all'interno della Socin Coscienziologica, sulla base di legami di lavoro e coscienziali.

Coscenziogramma - Piano tecnico di misure di valutazione del livello evolutivo della coscienza; megatest coscienziale che prende come modello l'*Homo sapiens serenissimus*, in quanto

responsabile di un conto corrente egokarmico positivo. Strumento di base utilizzato negli esami coscienziometrici.

Coscienziologia - Scienza che studia la coscienza in modo integrale, olosomatico, multidimensionale, multimillenario, multisistenziale e, soprattutto, in relazione alle sue reazioni alle Energie Immanenti (EI), Energie Coscienziali (EC) e ai suoi multipli stati.

Coscenziologo/a - Coscin impegnata nello studio permanente e nella sperimentazione oggettiva, nel campo di ricerca della Coscienziologia, in qualità di agente di rinnovamento evolutivo (agente retrocognitore), nel lavoro libertario delle coscienze in generale.

Coscienziometria - Disciplina che studia le misurazioni coscienziologiche, o della coscienza, tramite gli strumenti ed i metodi offerti dalla Coscienziologia, capaci di stabilire le basi possibili per la *matematizzazione della coscienza*. Strumento principale: coscienziogramma.

Coscienzioterapia - Specialità che studia il trattamento, il sollievo o l'eliminazione dei disturbi della coscienza, eseguita con metodi e tecniche derivati dalla Coscienziologia.

Cosciex (cosci + *ex*) - Coscienza extrafisica; il paracittadino o paracittadina della Sociex. Sinonimo in disuso: *disincarnato*.

Coscin (*cosci* + *in*) - Coscienza intrafisica; la personalità umana; il cittadino o la cittadina della Socin. Sinonimo in disuso: *incarnato*.

Cosmocoscienza - Condizione o percezione interiore, da parte della coscienza, del cosmo, della vita e dell'ordine dell'Universo, in un'esaltazione intellettuale e cosmoetica impossibile da descrivere, in cui la coscienza sente la presenza viva dell'Universo e si fonde in esso, in un'unità indivisibile. In questa condizione peculiare avviene la comunicazione intercoscienziale.

Cosmoetica (*cosmo* + *etica*) - Etica o riflessione sulla morale cosmica, multidimensionale, che definisce l'olomaturità, situata oltre la morale sociale, intrafisica, di qualunque forma essa sia. È una disciplina della Coscienziologia.

Cosmoeticità - Qualità cosmoetica della coscienza.

Cosmopensene (*cosmo + pen + sen + e*) - Pensene specifico del coscienze o dello stato di cosmocoscienza; forma di comunicazione propria al coscienze.

Coterapeuta - Protettore che lavora insieme alla coscin coscienzioterapeuta durante lo svolgimento dei procedimenti tecnici assistenziali di coscienzioterapia rivolti ai suoi pazienti.

Demenza coscienziale - Condizione della coscienza incapace di pensare con un equilibrio mentale ragionevole.

Dermatologia della coscienza - Espressione composta, attribuita alle scienze convenzionali, materialiste, subordinate al paradigma newtoniano-cartesiano, meccaniciste, che focalizzano le loro ricerche unicamente sul soma, non disponendo degli strumenti necessari all'investigazione tecnica, diretta della coscienza in quanto tale; dermatologia della coscin. Scienza pericoscienziale.

Dimener (*dim + ener*) - *Dimensione energetica* della coscienza; *dimensione olochakrale*; *dimensione tre e mezzo*. Dimensione naturale dell'olochakra.

Disassim (*disas + sim*) - Disassimilazione simpatetica delle EC esercitata tramite l'impulso della volontà, solitamente mediante l'installazione dello stato vibrazionale (SV).

Discoincidenza - Lo stato di non allineamento dei veicoli (olosoma) di manifestazione della coscienza.

Discoincidenza vigile - Condizione parapsichica della coscin – proiettore o proiettrice – la quale si percepisce, in pieno stato di veglia fisica ordinaria, con lo psicosoma fuori dallo stato di coincidenza, senza sentirsi pienamente integrata nel soma. Questo produce un'intensificazione delle parapercezioni e fenomeni energetici e parapsichici.

Dissoma (*dis + soma*) - Disattivazione somatica, prossima e inevitabile per tutte le coscin. Proiezione finale; *prima morte*; morte biologica; monotanatosi. La prima dissoma, o semplicemente dissoma, consiste nella disattivazione del corpo umano o soma. La seconda dissoma corrisponde alla disattivazione dell'olochakra. La terza dissoma corrisponde alla disattivazione del psicosoma.

Dissomatica - Studio dei contesti fisici della dissoma e dei

contesti psicologici, sociali e medico-legali relazionati con la disattivazione del soma. E' una specialità della Coscienciologia.

Disperticità - Qualità coscienziale dell'essere disperto.

Disperto (*dis + per + to*) - Essere intrafisico, o coscin, non assediato – *disassediato* – in modo *permanente* e *totale*, pienamente autocosciente della sua qualità di disperticità.

Ectopia coscienziale - Esecuzione insoddisfacente della proesis, in modo eccentrico, sviato, fuori della rotta programmatica scelta per la propria vita intrafisica.

Egokarma (*ego + karma*) - Principio di causa ed effetto che agisce nell'evoluzione della coscienza, quando centrata esclusivamente sull'ego stesso. Stato nel quale il libero arbitrio è soggetto all'egocentrismo infantile. La parola *karma* è uno dei nostri *limiti critici neologistici*. Non è stato individuato un altro vocabolo internazionale, uninominale, più adatto, o ideale, da usare in alternativa, e superare così il preconetto filosofico esistente nei riguardi di tale termine (inclusi derivati e affini). Ciò che importa, prima di tutto, in questo contesto, è il *contenuto ideatico* e non la *forma linguistica*.

Egopensene (*ego + pen + sen + e*) - Sinonimo di autopensene; secondo la Coscienciologia, o più propriamente la Coscienziometria, è l'unità di misura dell'egoismo coscienziale.

Energia coscienziale (EC) - L'energia immanente che la coscienza utilizza nelle sue manifestazioni in generale; l'“e” del pensene.

Energia immanente (EI) - Energia primaria, vibratoria, essenziale, multiforme, impersonale, diffusa e dispersa in tutti gli oggetti o *realtà* dell'Universo, in modo onnipotente, ancora indomata dalla coscienza umana, troppo sottile perché sia scoperta e rivelata dagli attuali strumenti tecnologici.

Energivoro - Che consuma e drena energia; con riferimento agli assediatori.

Enumerologia - Tecnica didattica di realizzazione ed elaborazione di testi, centrata sull'autocritica informativa.

Epicos (*epi + cos*) - Epicentro coscienziale, coscin-chiave dell'epicentrismo operativo, che diventa fulcro di lucidità, assistenzialità e costruttività interdimensionali, attraverso

l'offlex. Si trova in relazione diretta con il compito energetico personale, o *ceneper*.

Era coscienziale - Quella in cui la media delle coscin si trovano ad essere sufficientemente evolute, grazie agli impatti, le ridefinizioni e le rivoluzioni create dall'esperienza della proiettabilità lucida (PL), fondando il *primato dell'autocoscienzialità*.

Esistenza olochakrale - Vita intrafisica o la seriesis della coscienza umana.

Esistenza serrata - Vita umana o della seriesis senza produzione di PC; vita umana troposferica, solamente con proiezioni incoscienti, vegetative, caratteristiche dello stato di paracoma evolutivo; seriesis chiusa.

Esperienza di pre-morte (EPM) - Avvenimento proiettivo involontario o forzato dovuto a circostanze umane critiche della coscienza umana, comuni nei casi di malati terminali e di sopravvissuti ad una morte clinica.

Esperienza personale (EP) - Sperimentazione pratica, personale, diretta, intrasferibile, della coscin nel suo cammino evolutivo.

Eteropensene (*etero + pen + sen + e*) - Il pensene degli altri in relazione a noi.

Euforex (*eufor + ex*) - Condizione d'euforia extrafisica, dopo la disattivazione somatica, generata dal compimento ragionevole della proesis; euforia *post-mortem*; para-euforia; euforia post-somatica.

Euforin (*eufo + rin*) - Condizione d'euforia intrafisica, prima della disattivazione somatica generata dal compimento ragionevole della proesis; euforia *pre-mortem*. Condizione ideale che predispone alla moresis positiva.

Eunuco coscienziale - Coscin castrata e manipolata coscienzialmente dai settari, addomesticatori di *robot soddisfatti*, gli schiavi moderni appartenenti alle masse non pensanti.

Evolvente - La coscienza in evoluzione che utilizza i servizi della coscienzioterapia per avanzare nel processo evolutivo. Termine in disuso: paziente.

Evoluziologia - Specialità della Coscienziologia che studia l'evoluzione della coscienza in modo integrale, olosomatico, multiesistenziale e multidimensionale. E' questa una materia specifica degli orientatori evolutivi o evoluziologi.

Evoluziologo - Coscienza che soprassiede al coordinamento intelligente della proesis (programmazione esistenziale), o dell'evoluzione coscienziale di una o più coscienze, dello stesso gruppokarma. Condizione evolutiva tra il disperso e il Serenissimo. Designazione più appropriata che *orientatore evolutivo*.

Extrafisico - Relativo a ciò che sta fuori, oltre lo stato *intrafisico* o umano; stato coscienziale *meno* fisico del soma.

Fenomeno concomitante alla PC - Ciò che avviene sia entro che fuori del *continuum* spazio-temporale, però simultaneamente all'esperienza della proiezione cosciente, in modo spontaneo ed inaspettato.

Fenomeno proiettivo - Avvenimento parapsichico specifico all'ambito della ricerca in Proieziologia.

Filo d'argento - La connessione energetica tra il soma e lo psicosoma, presente in una proiezione della coscienza, come risultato delle energie dell'olochakra.

Filo d'oro - Elemento energetico ipotetico, simile ad un comando a distanza, che mantiene il mentalsoma collegato al paracervello del psicosoma.

Fitopensene (*fito + pen + sen + e*) - Il pensene rudimentale delle piante, secondo la Coscienziologia è l'*unità lessicale* della pianta.

Geoenergia (*geo + energia*) - Energia immanente (EI) proveniente dal suolo o dalla terra ed assorbita dalla coscin attraverso la *pre-kundalini*. Espressione arcaica: *energia tellurica*.

Gestazione coscienziale - Produttività evolutiva, utile, della coscin, nell'ambito del lavoro personale programmato nel suo proexis.

Ginochakra (*gino + chakra*) - Il sessochakra delle donne.

Ginopensene (*gino + pen + sen + e*) - Il pensene specifico del linguaggio e comunicabilità femminile.

Ginosoma (*gino + soma*) - Il corpo umano femminile o specifico delle donne, specializzato nella riproduzione animale della vita intrafisica della coscin.

Globalismo Coscienziale - Comportamento di un individuo caratterizzato dalla tendenza a condurre azioni coscienziali complete o all'ingrosso, senza lasciare dietro di sé tracce o vuoti evolutivi negativi.

Grafopensene (*grafo + pen + sen + e*) - La firma pensenica della coscin umana.

Grices (*gr + ric + es*) - Gruppo dei *riciclatori esistenziali*; riunione e vita intrafisica, congiunta, in gruppo, con l'obiettivo di sperimentare il *ricesis* (riciclaggio esistenziale) pianificato.

Grinves (*gr + inve + es*) - Gruppo degli *inversori esistenziali*; riunione e vita intrafisica, congiunta, in gruppo, con l'obiettivo di sperimentare l'*invesis* (inversione esistenziale) pianificata.

Gruppalità - Qualità del gruppo evolutivo della coscienza, condizione d'evolutività in gruppo.

Gruppokarma (*gruppo + karma*) - Principio di causa ed effetto che agisce nell'evoluzione della coscienza, quando centrata sul gruppo evolutivo. Stato di libero-arbitrio individuale, soggetto al gruppo evolutivo.

Gruppopensene (*gruppo + pen + sen + e*) - Il pensene settario, corporativista e antipolikarmico; il gruppopensene, però, può essere anche costruttivo.

Guida cieca - Coscienza amorale o priva di esperienza che aiuta un'altra coscienza, in modo anticosmoetico e secondo i suoi interessi egoistici del momento, a scapito degli altri.

Homo sapiens serenissimus - Coscienza che sperimenta in modo integrale la condizione di serenismo lucido. Sinonimo popolare: *Serenissimo*.

Idillio extrafisico - Insieme di atti per i quali la coscin si innamora o mantiene una relazione affettiva salutare e positiva, quando proiettata fuori dal corpo.

Impalcature Coscienziali - Stampelle, sostegni psicologici o fisiologici non necessari.

Incapsulamento parasanitario - Isolamento assistenziale e annullamento energetico, temporaneo, delle manifestazioni

penseniche – fortemente energetiche, intrusive o assediatrici – di una o più coscienze malate, coscin e/o cosciex, come avviene nei reparti ospedalieri di isolamento per le malattie contagiose-infettive con pazienti che presentano un alto potenziale di contaminazione microbica, radioattiva o tossica.

Incidente parapsichico - Disturbo fisico o psicologico, generato da influenze energetiche, intercoscienziali, malate, in genere di origine extrafisica o multidimensionale.

Incomplexis (*in + comple + esis*) - Condizione esistenziale di proesis incompleta della coscin.

Incursione extrafisica - Azione di un gruppo di coscienze energivore, incluse le guide extrafisiche cieche, con l'obiettivo di vampirizzare le coscin che si trovano in ambienti di commemorazione, o eventi intrafisici in cui sono riunite persone predisposte alla condizione di vittimizzazione collettiva, attraverso le energie coscienziali.

Interdimensionalità - Interazione, interrelazione o comunicazione intercoscienziale fra la dimensione intrafisica e quella extrafisica.

Interfusione olosomatica - Stato di assim (assimilazione simpatetica) massima fra due coscienze.

Intermissibilità - Qualità del periodo di intermissione di una coscienza.

Intermissione - Periodo extrafisico della coscienza fra due seriesis (serie esistenziali) personali.

Intermissione post-somatica - Periodo extrafisico della coscienza, susseguente alla sua disattivazione somatica.

Intermissione pre-somatica - Periodo extrafisico della coscienza, antecedente alla sua rinascita intrafisica.

Interprigione gruppokarmica - Condizione d'inseparabilità gruppokarmica del principio coscienziale evolutivo della coscienza.

Intracoscienzialità - Qualità di manifestazione specifica dell'intimità della coscienza.

Intrafisicalità - Condizione della vita intrafisica, umana o dell'esistenza della coscin.

Intrapensene (*intra + pen + sen + e*) - Pensene

intracoscienziale della coscienza umana.

Intrusione energetica - Invasione di una coscienza da parte di un'altra, attraverso le EC o l'olochakra.

Intrusione intercoscienziale - Azione intrusiva o invasiva esercitata da una coscienza su di un'altra.

Intrusione mnemonica - Collisione della memoria intrusiva di una coscienza assediante con la memoria cerebrale di una coscienza assediata (*paramnesia*).

Intrusione olochakrale - Invasione di una coscienza da parte di un'altra, attraverso l'olochakra; intrusione energetica.

Intrusione olosomatica - Invasione di una coscienza da parte di un'altra attraverso l'intero olosoma.

Intrusione pensenica - Invasione di una coscienza in un'altra, attraverso il mentalsoma.

Intrusione psicosomatica - Invasione di una coscienza in un'altra, tramite l'emozionalità, o attraverso lo psicosoma.

Intrusione spermatica - Introduzione dello sperma di un uomo nel sessosoma della donna, durante l'atto sessuale.

Intrusione volitiva - Invasione della volontà di una coscienza in un'altra attraverso l'eterosuggestione o eteroipnosi.

Inversibilità - Qualità dell'esecuzione intrafisica della invesis.

Inversore esistenziale - Coscienza che si predispone ad eseguire l'invesis nella vita intrafisica.

Invesis (*inv + esis*) - Tecnica dell'inversione esistenziale eseguita dalla coscienza umana o intrafisica.

Iperlucidità - Qualità di lucidità massima della coscienza, ottenuta attraverso il recupero - per quanto possibile - di cos.

Iperpensene - (*iper + pen + sen + e*) - Il pensene euristico, l'idea originale della scoperta; il pensene neofilico; l'*unità di misura* dell'invenzione, secondo la Coscienziologia.

Iperspazi coscienziali - Dimensioni coscienziali extrafisiche.

Ipnagogia (Greco: *hipnos*, sonno; + *agogós*, conduttore) - Condizione crepuscolare di passaggio della coscienza tra lo stato di veglia fisica ordinario e lo stato di sonno naturale. E' uno stato alterato della coscienza.

Ipnopompia (Greco: *hipnos*, sonno; e *pompikos*, processione)

- Condizione di transizione tra il sonno naturale e il risveglio fisico, nella fase di semi-sonno che precede l'atto di risvegliarsi. Si caratterizza per la presenza di immagini oniriche con effetto uditivo e visioni allucinatorie che continuano dopo il risveglio. È uno stato alterato di coscienza.

Ipopensene (*ipo + pen + sen + e*) - Sinonimo di protopensene o fitopensene.

Istituzione coscienziocentrica - Quella che centralizza i propri obiettivi sulla coscienza stessa, e sulla sua evoluzione, come l'Istituto Internazionale di Proieziologia e Coscienziologia (IIPC); cooperativa coscienziale all'interno della Socin Coscienziologica, sulla base di legami di lavoro e coscienziali.

Macro-PK distruttiva - Psicocinesi o PK (*psychokinesis*) nociva, capace di causare danni alla coscienza, che possono anche rivelarsi fatali al soma.

Macrosoma (*macro + soma*) - Soma eccezionale, superspecializzato per l'esecuzione di una proesis specifica.

Mandare energia - Espressione popolare per indicare una trasmissione tecnica, giornaliera, di energie coscienziali (EC) da una coscin, direttamente a cosciex, coscin proiettate, o coscienze che si trovano nello stato di veglia fisica ordinaria, con l'assistenza permanente dei protettori. Espressione tecnica: *ceneper* (compito energetico personale).

Mandato pre-intrafisico - Programmazione esistenziale per la vita umana pianificata prima della rinascita intrafisica della coscienza; proesis.

Manufatti del sapere - Strumenti intellettuali; risorse usate dalla coscienza per conservare, recuperare o elaborare informazioni, come libri, computer e internet.

Materpensene (*mater + pen + sen + e*) - Idea madre o matrice dello sviluppo complessivo di tesi, teorie o saggi, il *leitmotiv*, il pilastro portante o pensene predominate in un olopensene.

Maturità integrata - Stato della maturità coscienziale più evoluta, al di là della maturità biologica o fisica e della maturità mentale o psicologica; olomaturità.

Maxifraternità - Condizione intercoscienziale, universalista,

più evoluta, fondata sulla fraternità pura della coscienza auto-imperdonante ed etero-perdonante, meta inevitabile nell'evoluzione di tutte le coscienze. Sinonimo: Megafraternità.

Maximoresis (*maxi + mor + esis*) - Condizione di moratoria esistenziale massima concessa alla coscin *completista*, in qualità d'aumento o supplemento (base eccedente), per la complessis della sua proesis; ovvero, l'esecuzione di un *extra salutare* del mandato esistenziale concluso.

Maxipensene (*maxi + pen + sen + e*) - Il pensene caratteristico delle CL, o Coscienze Libere.

Maxiprimener (*maxi + prim + ener*) - Condizione di primavera energetica massima o prolungata.

Maxiproesis (*maxi + pro + esis*) - Programmazione esistenziale massima, *all'ingrosso*, che ha come obiettivo l'esecuzione di compiti d'universalismo e di maxifraternità applicati, su basi polikarmiche.

Megameta - L'obiettivo più grande di auto-evoluzione per la coscienza.

Megapensene (*mega + pen + sen + e*) - Lo stesso che ortopensene.

Megapotere - La condizione evoluta di lucidità eccezionale e cosmoetica, della coscienza.

Megatradeb (*mega + tra + deb*) - Il tradeb (tratto debole) massimo della coscienza.

Megatrafor (*mega + tra + for*) - Il trafor (tratto forte) massimo della coscienza.

Melex (*mel + ex*) - Condizione di melanconia extrafisica, post-somatica o *post-morten*; paramelanconia.

Melin (*mel + in*) - Condizione di melanconia intrafisica o *pre-mortem*.

Mentalsoma (*mental + soma*) - Corpo mentale; il paracorpo del discernimento della coscienza. Plurale: *mentalsomi*.

Metasoma (*meta + soma*) - Sinonimo di psicosoma, strumento extrafisico delle cosciex e coscin.

Microuniverso coscienziale - La coscienza considerata come un tutto, includendo tutti i suoi attributi, penseni e manifestazioni durante la sua evoluzione. Il microcosmo della

coscienza in relazione al macrocosmo dell'universo.

Mimesi cosmoetica - Impulso sociale costruttivo d'imitazione dei progenitori evoluti della coscin.

Minimoresis (*mini + mor + esis*) - Condizione di moratoria esistenziale minima che la coscin *incompletista* sperimenta per risarcire il suo *deficit olokarmico* (base deficitaria) o per raggiungere la condizione di complesis della sua proesis; pertanto, è il completamento di un mandato esistenziale ancora inconcluso.

Minipensene (*mini + pen + sen + e*) - Il pensene specifico dei bambini, a volte dovuto al loro cervello ancora in fase di sviluppo.

Miniprimener (*mini + prim + ener*) - Condizione di primavera energetica minima o effimera.

Miniproesis (*mini + pro + esis*) - Programmazione esistenziale minima, *al dettaglio*, che ha quale obiettivo l'esecuzione di un compito minimo, sebbene gruppokarmico.

Minorismo conscienziale - Sistema elementare di comportamento individuale caratterizzato da azioni conscienziali minori, isolate e di minimo risultato produttivo o sprovviste di effetti evolutivi rilevanti.

Mnemosoma (*mnemo + soma*) - Il soma considerato specificatamente in relazione alla memoria della coscienza, in tutte le sue forme.

Monitoraggio extrafisico - Condizione di assistenza da parte di cosciex sane a favore di una coscin equilibrata, quando questa svolge un compito, anch'esso equilibrato, di consolazione o chiarificazione.

Monodotazione conscienziale - Vita intrafisica sottoposta alla pressione di un assedio costante, da parte di esseri malati, sperimentata dalla coscin mediocre, con pochi talenti e priva di versatilità.

Monopensene (*mono + pen + sen + e*) - Il pensene ripetitivo; il monoideismo; l'idea fissa; l'eco mentale; il ripensene.

Monotanatosi - Sinonimo di *dissoma*; *prima morte*.

Moratorista esistenziale - Colui che riceve una moratoria esistenziale; moratorista.

Moresis (*mor + esis*) - Condizione di moratoria esistenziale, o complemento di vita intrafisica concesso a determinate coscin conformemente al loro merito olokarmico. La moresis può presentarsi su base deficitaria, minima - minimoresis - o eccedente, massima - maximoresis, rispetto ai risultati della proesis.

Morfopensene (*morfo + pen + sen + e*) - Pensiero o insieme di pensieri quando sono riuniti e si esprimono, in qualche modo, come una *forma*. Espressione arcaica in disuso: *forma-pensiero*. L'accumulazione dei morfopenseni compone l'olopensene.

Multicomplexis (*multi + compl + esis*) - Multicompletismo esistenziale, o il completismo ottenuto attraverso l'esecuzione di varie programmazioni esistenziali (proesis) in diverse vite intrafisiche (seriesis) consecutive.

Neofilia - Facile adattamento della coscin a situazioni, cose o avvenimenti nuovi. Opposto di neofobia.

Neopensene (*neo + pen + sen + e*) - Il pensene della coscin quando si manifesta attraverso nuove sinapsi o connessioni interneuronali, capace di creare il ricin o riciclaggio intracoscienziale; *unità di misura* del rinnovamento coscienziale, secondo la Coscienziologia o, più appropriatamente, secondo la Coscienziometria.

Obiettivo mentale proiettivo - Meta predeterminata che la coscin si propone di raggiungere, usando la volontà, l'intenzione, la mentalizzazione e la decisione, quando si trova lucida fuori dal soma.

Offiex (*offi + ex*) - Officina extrafisica dell'epicon intrafisico (praticante del ceneper). Le risorse e le *installazioni* extrafisiche dell'offiex sono multiple e sorprendenti. E' un olopensene domiciliare.

Olobiografia - La storia personale, multidimensionale e multiesistenziale della coscienza.

Olochakra (*olo + chakra*) - Paracorpo energetico della coscin.

Olochakralità - Qualità delle manifestazioni della coscin derivate dall'olochakra.

Olokarma (*olo + karma*) - Riunione dei 3 tipi di azioni e reazioni - egokarma, gruppokarma e polikarma – entro il

principio di causa ed effetto che agisce nell'evoluzione della coscienza.

Olomaturità (*olo + maturità*) - Condizione di maturità integrata - biologica, psicologica, olosomatica e multidimensionale - della coscin.

Olomemoria (*olo + memoria*) - Memoria causale, composta, multimillenaria, multiesistenziale, implacabile, ininterrotta, personale, che contiene tutti i fatti relativi alla coscienza; multimemoria; polimemoria.

Olopensene (*olo + pen + sen + e*) - Pensene aggregati o consolidati. Sinonimo obsoleto: egregora. Questa parola genera resistenza in molti lettori seri di scienza.

Olopensene domiciliare - Base psichica: alcova energeticamente blindata; offiex.

Olograsmo (*olo + orgasmo*) - Orgasmo olosomatico; estasi massima generata dalle energie dell'intero olosoma.

Olosoma (*olo + soma*) - L'insieme dei veicoli di manifestazione della coscin: soma, olochakra, psicosoma e mentalsoma; e della cosciex: psicossoma e mentalsoma.

Olosomatica - Studio specifico dell'olosoma. E' una specialità della Coscienziologia.

Oloteca - Compilazione di informazioni sulla base di manufatti della conoscenza.

Ombelicochakra (*ombelico + chakra*) - Il chakra ombelicale (collocato sopra l'ombelico) o relativo alla fisiologia e para fisiologia (addominale) della coscienza umana.

Omeostasi olosomatica - Stato integrato, sano, di armonia dell'olosoma.

Omopensene - (*omo + pen + sen + e*) - Il pensene della ricetrasmisione telepatica; secondo la Coscienziometria è l'*unità di misura* in telepatia.

Oniopensene (*oniro + pen + sen + e*) - Sinonimo di patopensene.

Orientatore evolutivo – V. *evoluziologo*.

Ortopensene (*orto + pen + sen + e*) - Il pensene retto o cosmoetico, tipico dell'olomaturità coscienziale; secondo la Coscienziometria è l'*unità di misura* della cosmoetica pratica.

Pangrafia - Scrittura parapsichica multimodale, globale e sofisticata.

Para - Prefisso che significa *oltre*, *accanto*, come in *paracervello*. Significa anche *extrafisico*.

Paracervello - Cervello extrafisico del psicosoma della coscienza, negli stati extrafisico (cosciex), intrafisico (coscin) e proiettato, quando tramite il psicosoma.

Paracoma coscienziale - Stato di coma extrafisico della coscin, quando proiettata, in cui la stessa rimane invariabilmente incosciente e, pertanto, senza ricordi extrafisici.

Paradigma coscienziale - Teoria leader della Coscienziologia, fondata sulla coscienza stessa.

Para-donna - Cosciex con apparenza di donna o coscin femminile proiettata. Sinonimo in disuso: *entità spirituale femminile*.

Parafisiologia - Fisiologia dei veicoli di manifestazione della coscienza, escluso il corpo umano o soma. E'una specialità della Coscienziologia.

Paragenetica - La genetica, limitata all'eredità della coscienza, attraverso il psicosoma, dalle vite precedenti all'embrione umano. È una specialità della Coscienziologia.

Parapatologia - Patologia dei veicoli di manifestazione della coscienza, escluso il corpo umano o soma. È una specialità della Coscienziologia.

Parapensene (*para + pen + sen + e*) - Il pensene specifico della cosciex o coscienza extrafisica.

Parapsichico - Ciò che è paranormale o multidimensionale in natura.

Parapsichismo - Capacità parapsichica della coscienza.

Para-uomo - Cosciex con apparenza di uomo o coscin maschile proiettata. Sinonimo in disuso: *entità spirituale maschile*.

Patopensene (*pato + pen + sen + e*) - Il pensene patologico o della demenza coscienziale; il *peccatuccio mentale*; la volontà patologica; l'intenzione malata; la *ruminazione mentale*.

Pensen (*pen + sen*) - Il pensiero e il sentimento.

Pensenatore - Strumento attraverso il quale la coscienza

manifesta i suoi pensieri e atti. Nel caso specifico della coscin, il pensenatore fondamentale è il soma.

Pensene (*pen + sen + e*) - Unità di manifestazione pratica della coscienza, secondo la Coscienziologia, che considera il pensiero o l'idea (concezione), il sentimento o l'emozione e l'EC (energia coscienziale) congiuntamente, in modo indissociabile.

Pensenità - Qualità della consapevolezza pensenica di una coscienza.

Pensenizzazione - Il processo attraverso il quale la coscienza genera penseni.

Podosoma (*podo + soma*) - Il soma considerato specificatamente in relazione all'applicazione dei piedi o al lavoro con i piedi, per esempio nel caso dei giocatori di football.

Polikarma (*poli + karma*) - Principio di causa ed effetto, che agisce nell'evoluzione della coscienza, quando centrata sul senso e sull'esperienza della maxifraternità cosmica, al di là dell'egokarma e del gruppokarma.

Polikarmalità - La qualità delle manifestazioni polikarmiche della coscienza.

Precognitarium - Base fisica preparata tecnicamente per la produzione di PC precognitive.

Precognizione (Latino: *pre*, prima; *cognoscere*, conoscere) **extrafisica** - Facoltà percettiva per mezzo della quale la coscienza, pienamente proiettata fuori del corpo umano, prende conoscenza di fatti prossimi indeterminati, tra cui oggetti, scene e forme distanti, appartenenti al tempo futuro.

Pre-coppia - Condizione iniziale, preliminare o di sondaggio, della sessualità umana praticata all'interno della Socin.

Prekundalini - Chakra secondario plantare. Ci sono due plantochakra nell'olosoma della coscin. Espressione propria della Coscienziologia.

Pre-serenissimo - Coscin, o cosciex, che non vive ancora la condizione di serenismo lucido.

Pre-serenissimo intrafisico alternante - Coscin capace di vivere, di quando in quando, contemporaneamente e

coscientemente nello stato di veglia fisica ordinaria e nello stato proiettato in dimensioni extrafisiche.

Primener (*prim + ener*) - Primavera energetica; condizione personale, più o meno duratura, di massima espressione di EC sane e costruttive.

Primener a due - Primavera energetica della coppia evolutiva, i cui partner si amano di fatto e dominano le applicazioni di EC sane, con piena lucidità, costruendo la loro proesis attraverso gestazioni coscienziali.

Primopensene (*primo + pen + sen + e*) - Sinonimo di *causa prima dell'Universo*; il primo pensiero che fu composto. Questo vocabolo non ha plurale.

Principi personali - Insieme di valori ed iniziative che dirigono la vita coscienziale, scelti dalla coscienza sulla base di un vissuto di olomaturità, multidimensionalità e cosmoetica.

Proesis (*pro + esis*) - Programmazione esistenziale specifica di ciascuna coscin nella sua seriesis, ovvero, nell'esistenza intrafisica.

Proesis avanzata - Programmazione esistenziale della coscin leader evolutiva, nell'ambito di uno specifico compito libertario gruppokarmico, più universalista e polikarmica, dove la coscin è una minirodella lucida e attiva all'interno del maximeccanismo dell'équipe multidimensionale.

Proiettabilità lucida (PL) - Qualità parafisiologica, proiettiva, lucida, della coscienza capace di discoincidersi o estrarre i propri veicoli di manifestazione dalla condizione di allineamento olosomatico, attraverso l'impulso della propria volontà.

Proieziocritica - Critica proieziologica. E'una specialità della Coscienziologia.

Proieziografia - Studio tecnico dei registri proieziologici. E'una specialità della Coscienziologia.

Proieziologia (Latino: *projectio*, proiezione; Greco: *logos*, trattato) - Scienza che studia le proiezioni della coscienza ed i suoi effetti, incluse le proiezioni delle EC al di fuori dell'olosoma. È una specialità della Coscienziologia.

Proiezione congiunta - L'esperienza fuori del corpo umano

cui partecipano due o più coscienze intrafisiche proiettate.

Proiezione cosciente (PC) - Proiezione della coscin fuori del soma; esperienza extracorporea; sdoppiamento.

Proiezione cosciente assistita - Quella durante la quale la coscin è assistita durante l'esperienza, in modo diretto, da un protettore, quasi sempre esperto in proiettabilità lucida (PL).

Proiezione semicosciente (PSC) - Esperienza onirica in cui la coscin proiettata si riconosce lucida in parte, in modo disordinato. Non è una proiezione ideale; sogno lucido.

Proiezioterapia - Scienza delle profilassi e terapie derivate dalle ricerche e tecniche della Proieziologia.

Projectarium - Base fisica preparata tecnicamente per la produzione delle PC.

Protettore - Cosciex ausiliatrice di una coscin o di varie coscin; benefattore extrafisico. Espressioni equivalenti, arcaiche, esauritesi per l'uso continuo: *angelo custode*; *angelo di luce*; *guida*; *mentore*; *spirito guida*.

Protopensene (*proto + pen + sen + e*) - Il pensene più rudimentale; lo stesso che fitopensene o ipopensene.

Psicosoma (Grego: *psykhé*, anima; *soma*, corpo) - Paracorpo emozionale della coscienza; il *corpo oggettivo* della coscin. Espressione in disuso: *corpo astrale*.

Recesso proiettivo - Fase esistenziale della coscin caratterizzata dalla cessazione spontanea – quasi sempre temporanea – delle esperienze proiettive lucide, nell'ambito di una sequenza di esperimenti intensivi.

Restringimento coscienziale - Restringimento della coscienza dovuto ai processi di manifestazione nello stato fisico, in cui il naturale livello di consapevolezza è ridotto.

Retrocognitarium - Base fisica preparata tecnicamente per la produzione di proiezioni coscienti (PC) retrocognitive.

Retrocognizione (Latino: *retro*, dietro; *cognoscere*, conoscere) - Capacità percettiva per la quale una coscin prende conoscenza di fatti, scene, forme, oggetti, avvenimenti ed esperienze appartenenti ad un lontano passato, comunemente relazionati con la sua olomemoria.

Retropensene (*retro + pen + sen + e*) - Il pensene specifico

delle auto-retrocognizioni; lo stesso che l'*engramma* (unità minima) della Mnemotecnica; secondo la Coscienziologia è l'*unità di misura* delle retrocognizioni.

Ricesibilità - Qualità dell'esecuzione intrafisica della ricesis.

Ricesis (*ric + esis*) - Tecnica di riciclaggio esistenziale eseguita dalla coscienza umana.

Riciclatore esistenziale - Coscin che si dispone a eseguire una ricesis.

Ricin (*ric + in*) - Il riciclaggio intrafisico, esistenziale, intracoscienziale o il rinnovamento cerebrale della coscin attraverso la creazione di nuove sinapsi o connessioni interneuronali capaci di permettere un aggiustamento della proesis, l'esecuzione della ricesis, l'invesis, l'acquisizione di idee nuove, neopenseni o iperpenseni ed altre conquiste neofiliche da parte della coscienza umana automotivata.

Ripensene - (*ri + pen + sen + e*) - Il pensene ripetuto. Sinonimo di monopensene, idea fissa o monoideismo.

Ripercussioni parapsicofisiche - Reazione tra due veicoli di manifestazione coscienziale, nel momento in cui entrano in contatto tra loro, tanto tra veicoli diversi della stessa coscienza, quanto tra veicoli somiglianti di due o più coscienze. Tali ripercussioni possono essere intrafisiche ed extrafisiche.

Robesis (*rob + esis*) - Robotizzazione esistenziale; condizione della coscin troposferica, eccessivamente schiava dell'intrafisicalità.

Scioltezza dell'olochakra - Condizione di libertà d'azione relativa del paracorpo energetico della coscin, in relazione al psicosoma e al soma.

Seduazione olochakrale - Azione energetica con intenzione dominatrice, più o meno cosciente, di una coscienza su di un'altra.

Segnaletica parapsichica - Esistenza, identificazione e impiego autocosciente dei segnali energetici, animici, parapsichici e personalissimi, che tutte le coscin possiedono.

Sene (*sen + e*) - Sentimento ed energia coscienziale.

Serenissimo - Nome popolare dell'*Homo sapiens serenissimus*.

Serialità - Qualità della coscienza sottoposta alla seriesis.

Seriesis (*seri + esis*) - 1. Serie, sequenza, di esistenze evolutive della coscienza; esistenze successive; rinascita intrafisica in serie. 2. Vita umana o intrafisica. La prima definizione ha come sinonimo, esaurito e svilito dal troppo uso: *reincarnazione*; questa parola arcaica non può più essere utile per coloro che si dedicano seriamente alla ricerca d'avanguardia della coscienza.

Sessochakra (*Sesso + chakra*) - Il chakra radicale o sessuale basico della coscienza umana. Espressione antica relativa all'EC di questo chakra: *kundalini* (o *fuoco serpentino*).

Sessopensene (*Sesso + pen + sen + e*) - La fantasia sessuale; *l'unità di misura* dell'adulterio mentale secondo la Coscienziometria.

Sessosoma (*Sesso + soma*) - Il soma considerato specificatamente in relazione al suo genere sessuale.

Sessosomatica - Studio specifico del soma in relazione al suo genere sessuale, o sessosoma, e le sue relazioni con la coscin, sia donna che uomo. È una specialità della Coscienziologia.

Sociex (*soci + ex*) - *Società Extrafisica* o delle cosciex.

Socin (*soci + in*) - *Società Intrafisica* o delle coscin; Società Umana.

Sogno - Stato coscienziale naturale intermediario tra lo stato di veglia fisica ordinaria e il sonno naturale, caratterizzato da un insieme di idee e immagini che si presentano alla coscienza. Il sogno afflittivo che presenta come effetti l'agitazione, l'angustia e l'oppressione durante il suo sviluppo, riceve il nome di: *incubo*; *terrore notturno*; *allucinazione da incubo*.

Soma - Corpo umano; il corpo dell'individuo del regno *Animale*, tipo *Cordati*, classe dei *Mammiferi*, ordine dei *Primates*, famiglia degli *Ominidi*, genere *Homo*, specie *Homo sapiens*, il più elevato livello di animali su questo Pianeta; nonostante ciò, è il veicolo più grossolano dell'olosoma della coscienza umana.

Sommerso coscienziale - Fase di manifestazione infantile e adolescenziale della coscin, che si prolunga fino al periodo dell'età adulta, caratterizzata dal predominio dei tradeb (tratti

deboli) più primitivi della coscienza multiveicolare, multiesistenziale e multimillenaria.

Sonno - Stato naturale di riposo nell'uomo e negli animali superiori, caratterizzato dalla soppressione normale e periodica delle attività percettive, della motricità volontaria e della vita di relazione, dal rilassamento dei sensi e dei muscoli, dalla diminuzione delle frequenze circolatorie e respiratorie, e anche dall'attività onirica, durante la quale l'organismo recupera dalla fatica.

Stato alterato della coscienza - V. *Xenofrenia*.

Stato d'animazione sospesa - Quello nel quale la coscienza sospende temporaneamente le funzioni vitali essenziali del suo corpo biologico, ritornando successivamente alla condizione fisiologica normale. In alcuni casi ciò avviene senza produrre alcun problema o danno alla salute, poiché le cellule sopravvivono in un metabolismo d'ibernazione umana.

Stato vibrazionale (SV) - Condizione tecnica di dinamizzazione massima delle energie dell'olochakra, attraverso l'impulso della volontà.

Stimmi assediatrix - Un insuccesso, sempre drammatico, in genere patologico, o una sconfitta evolutiva, basata solitamente su di un'auto-ossessione coscienziale generatrice di melin o di melex. Spesso è causa d'incidenti parapsichici.

Subcervello addominale - L'ombelicochakra (centro di energia coscienziale collocato sopra l'ombelico), quando la coscienza che presenta ancora un'evoluzione mediocre, lo seleziona inconsciamente come sede delle sue manifestazioni. Il cervello addominale, *pseudocervello* addominale, o *subcervello*, è l'*eminenza grigia* del cervello naturale, encefalico (coronochakra e frontochakra), un impedimento ineludibile per l'auto-evoluzione cosciente.

Subpensene (*sub + pen + sen + e*) - Il pensene caratterizzato da energie coscienziali ascritte al subcervello addominale, specialmente dell'ombelicochakra; secondo la Coscienziometria è l'*unità di misura* del subcervello addominale.

Tachipensene (*tachi + pen + sen + e*) - Il pensene di flusso rapido, caratteristico della coscienza tachipsichica.

Teatica (*te + atica*) - Esperienza congiunta della teoria e della pratica da parte della coscin o della cosciex.

Telepensene (*tele + pen + sen + e*) - Sinonimo di homopensene.

Tradeb (*tra + deb*) - Tratto debole della personalità della coscin; componente negativa della struttura del microuniverso coscienziale di cui la coscienza non è ancora riuscita, fino a quel momento, a liberarsi.

Trafor (*tra + for*) - Tratto forte della personalità della coscin; componente positiva della struttura del microuniverso coscienziale che dà impulso all'evoluzione della coscienza.

Tridotazione coscienziale - Qualità dei tre talenti coniugati più utili per il coscienziologo: l'intellettualità, il parapsichismo e la comunicabilità; tridotazione coscienziale.

Tritanatosi - Disattivazione o scarto del psicosoma con la conseguente entrata della coscienza dell'*Homo sapiens serenissimus* nella condizione di Coscienza Libera (CL); *terza dissoma*.

Universalismo - Insieme di idee derivate dall'universalità delle leggi fondamentali della natura e dell'universo le quali, in seguito all'evoluzione naturale della coscienza, diventano inevitabilmente parte della sua filosofia dominante; cosmismo.

Vaneggiamento - Trama fantasiosa, creata dall'immaginazione, durante lo stato di veglia fisica ordinaria della coscienza umana.

Veicolo della coscienza - Strumento o corpo attraverso il quale la coscienza si manifesta nell'intrafisicità (coscin) e nelle dimensioni extrafisiche (coscin proietatta e cosciex).

Verbazione (*verb + azione*) - Interazione pratica del verbo e dell'azione nel comportamento coerente della coscienza; risultato della parola ratificata dall'esempio attraverso le testimonianze vissute dalla coscin.

Vincolo coscienziale - Legame cosmoetico, autolucido, volontario e polikarmico, tra un collaboratore e un'istituzione. Il vincolo coscienziale si situa al di là del vincolo di natura professionale.

Virus della Socin - Qualsiasi tradeb sociale nella vita

intrafisica della coscienza umana.

Xenofrenia (Grego: *xenos*, strano; *phren*, mente) - Stato della coscienza umana, al di fuori del normale modello di veglia fisica ordinaria, indotto da agenti fisici, fisiologici, psicologici, farmacologici o parapsichici.

Xenopensene (*xeno* + *pen* + *sen* + *e*) - Il pensene intrusivo dell'assediato negli episodi di intrusione pensenica o assedialità; *tarlo mentale*; secondo la Coscienziologia è l'*unità di misura* dell'assedio intercoscienziale.

Zoopensene (*zoo* + *pen* + *sen* + *e*) - Il pensene dell'animale subumano, senza autocoscenza; secondo la Coscienziometria è l'*unità di misura* del principio coscienziale dell'animale subumano.

