



DAMANHUR ALCHEMY SCHOOL

# **“Inizio del Cammino” Introduzione all’ Alchimia Damanhuriana**



Dispensa

Le frasi tra le “virgolette” sono di Falco Tarassaco, fondatore di Damanhur e della Scuola di Alchimia.

*“Tutto ciò che è relativo all’esperienza umana rientra nel concetto di Alchimia, e diventa qualcosa di alchemico quando l’interazione, l’incontro, la divisione, la separazione, l’unione, quando tutte queste fasi producono degli elementi che possono in qualche maniera essere utili.*

*Noi possiamo produrre una grandissima quantità di sostanze. Il fatto è che le produciamo senza collocarle, le produciamo come produciamo anidride carbonica respirando ossigeno. Riusciamo a far questo ma per utilizzarle occorre l'alchimia*

*Nell'alchimia di stadio elevato le trasformazioni avvengono sempre anche quando si elaborano delle sostanze. Quindi, sono sempre contemporanee. Ciò significa che, se si trasformano delle **sostanze**, si trasformano anche gli alchimisti. C'è sempre un rapporto tra le sostanze, le cose che si vogliono produrre e chi le produce. Se c'è un cambiamento nelle sostanze non può che esserci un cambiamento anche in chi le fa.*

*Un essere diventa superiore, diventa capace di evoluzione e non soltanto di progresso, di adattamento e di cambiamento, nel momento in cui riesce anticipatamente a determinare dove vuole andare, quando si avvia a diventare nuovamente una creatura temporale.*

*L'alchimia presuppone la volontà da parte delle persone di raggiungere dei risultati che possono essere sia spirituali che materiali*

*Cosa potremmo ottenere, cosa potremmo fare? Potremmo formare il super uomo, un essere non determinato dalla casualità ma dove, al posto della casualità, entra tutta la sincronicità. Potremmo riordinare le parti che ci compongono e, in questo, raggiungere la completezza ed avvicinarci ad una fase successiva del possibile. Nell'alchimia del guidare le nostre parti che ci compongono esiste, come alcuni di voi hanno imparato a fare in altri corsi, il riordino di varie parti che ci compongono. Ho pensato a questo corso di alchimia per riordinare tutte le cose fatte in questi vari anni e portarci in una fase molto più avanzata.*

*Dico ancora un concetto banale: nessun alchimista avrebbe mai potuto svolgere ricerche alchemiche se non avesse avuto degli obiettivi. L'obiettivo dell'alchimista è la pietra filosofale o qualunque simbolismo voglia essere rapportato a questo elemento: si tratta dell'elisir di lunga vita o di trasformare le sostanze in oro, cioè in purezza alchemica piena al 100%*

*Quando l'alchimista è arrivato a produrre l'oro dal piombo, ha superato il mondo dell'attaccamento, non è più attaccato alla materia, alla ricchezza; è questa la prova che è arrivato a trasformare se stesso.*

*L'alchimista puro non ricerca per sé ma per altri, non ricerca cioè la realizzazione, l'illuminazione per conseguire un potere personale.*

*L'alchimista deve essere capace di pazienza, di perseveranza, deve avere la voglia e la capacità di insistere e di perfezionare man mano ciò che ha fatto. Una condizione ottenuta non è mai sufficientemente perfetta: c'è sempre qualcosa in più*

*In Alchimia si vuole raggiungere la perfezione ideale dell'essere umano.“*

## Le tre leggi della magia

*“Il pensiero crea”*

*“Come in alto così in basso”*

*“Il simile risponde al simile”*

## IL CORPO COME CONTENITORE ALCHEMICO

“C’è un solo tipo di Alchimia con una vastità incommensurabile di elementi, che è praticabile, ed è quella che a che è relativa al corpo. Noi possiamo, come già vi ho detto in altri momenti, adoperare il nostro corpo, le nostre capacità, la qualità, i sensi, per distillare, formare, creare, sviluppare delle sostanze che sono utili. Ma utili a cosa? La finalità dell’Alchimia è rappresentata dalla conduzione di un individuo, dalla sua trasformazione in Super Uomo.”

“Per preparare il laboratorio alchemico bisogna fare in modo che il proprio corpo sia sufficientemente conosciuto, perché, se non viene conosciuto a sufficienza, è come se non conoscessimo il laboratorio attraverso al quale si possono sviluppare tutte le sostanze che possono essere utili.”

### COSA INTENDIAMO PER “CORPO” IN ALCHEMIA?

**il nostro corpo è composto da:**

CORPO FISICO

CORPI SOTTILI

ADONAJ BA

SCORRIMENTI ENERGETICI

## QUALI FATTORI LO INFLUENZANO?

Ecco alcuni elementi:

LA

RESPIRAZIONE IL

MOVIMENTO

LE EMOZIONI

I PENSIERI

GLI STATI DI COSCIENZA

L'AMBIENTE

I SUONI IL CIBO

LA RELAZIONE CON GLI ALTRI ESSERI

L'alchimista **sceglie** come indirizzare il proprio pensiero, le emozioni, le relazioni, il proprio stile di vita e gli ambienti che frequenta in base al risultato che vuole ottenere

*“Un essere diventa superiore, diventa capace di evoluzione e non soltanto di progresso, di adattamento e di cambiamento, nel momento in cui riesce **anticipatamente a determinare dove vuole andare**”.*

## ESERCIZI BASE DI CONSAPEVOLEZZA E GESTIONE DEL CORPO

Questi esercizi possono aiutarti ad essere più consapevole del tuo corpo fisico e delle tue parti sottili, creando una base pulita ed armonica sulla quale potrai appoggiare il resto del percorso che farai come alchimista.

La prima cosa che serve in questo percorso è infatti pulire, riordinare, e rendere neutro il nostro contenitore alchemico (il corpo) per poter produrre sostanze e stati di coscienza scelti

**Ti suggeriamo quindi di utilizzare questi strumenti di raffinamento e riordino con costanza**

## LA RESPIRAZIONE PRANICA

La respirazione pranica permette di scaricare rilassare e rigenerare il corpo e la mente, fornisce ai nostri tessuti una salutare quantità di ossigeno e alla nostra struttura sottile energia vitale, il Prana.

### COME SI FA:

- Stenditi (o siediti comodamente) in un luogo tranquillo
- Puoi usare una musica delicata e piacevole
- Lascia le braccia con le palme rivolte in giù, al lato del corpo un poco distaccate da esso, anche le gambe sono un poco distaccate tra loro

- Svuota completamente i polmoni dall'aria espirando dalla bocca, contando fino a 6
- Trattieni il respiro, contando fino a 3
- Riempi completamente i polmoni partendo dal gonfiare l'addome inspirando dal naso, contando fino a 6
- Trattieni l'aria dentro di te contando fino a 3

**Da fare 10 minuti ogni giorno**

### **IL RILASSAMENTO CON L'ONDA AZZURRA**

Il rilassamento permette all'energia vitale, al sangue a tutti i liquidi del corpo di circolare liberandolo dalle ostruzioni che vengono normalmente provocate dalle tensioni fisiche.

Una persona rilassata produce sostanze benefiche per la sua salute fisica (gli ormoni della felicità) e attiva uno stato mentale (onde alfa) di maggiore lucidità e creatività dal quale si può ricevere più facilmente ispirazione. Possiamo dire che: Una persona rilassata vive più felice e più a lungo!

#### **COME SI FA:**

- Stenditi (o siediti comodamente) in un luogo tranquillo
- Puoi usare una musica delicata e piacevole
- Lascia le braccia con le palme rivolte in giù, al lato del corpo un poco distaccate
- Le gambe anche un poco staccate tra loro
- Fai qualche respiro profondo
- Immagina un'onda azzurra che porta in ogni tua cellula rilassamento e piacevole leggerezza
- Entra dentro di te partendo da uno dei tuoi piedi e sale all'interno della gamba, poi nell'altra, nel bacino, nella schiena, nella pancia, nel petto e poi in un braccio e poi nell'altro, partendo dalle dita della mano. Immaginala poi salire nelle spalle, nel collo fino alla sommità della testa
- Immaginati alla fine interamente colorato/a di azzurro e resta un po' all'interno di questo stato di piacevole rilassamento che ti rigenera

## GLI ADONAJ - BA

Nella Scuola Damanhuriana consideriamo 8 Adonaj Ba, di cui uno mobile.

Gli adonaj-ba sono le grandi raffinerie interne che elaborano e trasformano, modulandola in base alle funzioni necessarie, la nostra energia vitale e pongono in relazione tra loro i diversi stati fisici, psichici, sottili e divini che costituiscono il nostro essere, alimentando altresì l'elaborazione del pensiero e l'esercizio dei sensi interni.

L'applicazione di una serie di tecniche adatte (armonizzazione interiore, schemi psichici, circuiti, metratura) per aprire quei passaggi, porta ad una forte crescita dell'essere umano. Il risveglio degli "adonaj-ba" rappresenta un mezzo per avvicinarsi all'illuminazione.

Ogni vocale potenzia e riequilibra un differente Adonaj – ba

### ESERCIZIO DELLE VOCALI

- Usiamo le vocali partendo da quella collegata al primo adonaj ba, ripetendole tre volte

#### I collegamenti sono:

- **A** (pollice indice) adonaj ba di base
  - **E** (pollice medio) terzo adonaj ba, plesso solare
  - **O** (anulare pollice quarto adonaj ba, cuore)
  - **U** (pollice mignolo, quinto adonaj ba gola)
  - **I** (pugno chiuso pollice esterno) sesto e settimo adonaj ba
  - **I ACUTO** (pugno chiuso pollice esterno) adonaj ba mobile
- 
- Tra una vocale e l'altra respiriamo profondamente e cambiamo il collegamento delle dita



## LE EMOZIONI

L'emozione può essere paragonata a quel fuoco che accende le nostre azioni. E' ciò che impreziosisce l'elaborazione del pensiero, producendo valore aggiunto e dando anche direzione all'azione e ai sensi, sia interni che esterni.

A differenza dell'emozione che permette di ottenere maggior valore aggiunto, l'emotività, invece, spinge a produrre delle reazioni inconsulte.

L'emozione si caratterizza, volendo usare una similitudine, per colori delicati, a pastello, sfumati gli uni negli altri, mentre l'emotività si caratterizza per colori violenti e di contrasto.

*“Le emozioni sono ovviamente gli elementi attraverso i quali si producono le sostanze. La nostra capacità basilare di gestire le emozioni è determinata dal poter saperne definire le quantità. Noi ci emozioniamo ma la nostra emozione ha un inizio ed una fine ma spesso è la nostra stessa emozione a deciderlo: inizia, cresce, si spegne, si modifica. In alchimia l'uso dell'emozione invece viene guidato. Vedete che sono due aspetti apparentemente dicotomici. Come fai a guidarla se è un'emozione? E invece è possibile fare in modo che uno stato d'animo come l'amore, la rabbia siano aspetti che possono essere guidati e possano produrre degli effetti importantissimi, mutando letteralmente le sostanze “spugna”, le sostanze assorbitive verso le quali si indirizzano queste emozioni. Abbiamo quindi sostanze che possono essere prodotte dentro di noi attraverso il nostro corpo.”*

## **PUOI USARE IL PENSIERO PER SCEGLIERE LE EMOZIONI SU CUI VUOI SPOSTARTI**

### **ESERCIZIO DI CONSAPEVOLEZZA DELLE EMOZIONI**

**Durante la tua giornata puoi domandarti:**

Quali sono i tuoi stati emotivi?

Come reagisci alle diverse situazioni in cui ti trovi?

### **ESERCIZIO PER RICHIAMARE UN'EMOZIONE SCELTA**

- Scegli lo stato d'animo che desideri attivare in te
- Richiamalo (attraverso immagini ricordi parola colori, musiche etc etc )
- Ancoralo ad una specifica immagine (colore, parola, musica, movimento) che ripeterai ogni volta che vuoi ri-caricare la tua pozione
- Stai almeno dai 4 agli 8 minuti in questo stato da te scelto.
- Dopo 4 minuti inizierai a produrre dentro di te un quantitativo notevole di sostanze collegate allo stato d'animo che stai vivendo

Potrai richiamare questo stato con la tua ancora ogni volta che lo desideri ripensando a quella immagine (colore, parola, musica, movimento).

## **ALCHIMIA E SOGNO**

*“I sogni possono essere guidati, i sogni possono essere indotti, i sogni possono, a loro volta, fare una quantità di cose, possono essere utili per produrre conoscenze, per stimolare scoperte, possono permettere un'infinità di cose. In passato il sogno è stata una delle armi più importanti dell'uomo, il quale se ne è servito per le ispirazioni, per le comunicazioni, per le precognizioni (per vedere il passato e prevedere il futuro). A proposito dell'ispirazione, in molti casi è stato proprio il sogno che ha permesso all'umanità di avere lo sviluppo tecnologico - e non solo tecnologico - che ha in questo momento. Molte invenzioni sono arrivate attraverso i sogni, anche perché il sogno permette di rielaborare i dati ricevuti durante il giorno, di mescolarli insieme in rapporti forse non consueti e di trovare delle soluzioni nuove.”*

*“Il primo passo quindi per un alchimista è iniziare a prendere confidenza con questo mondo iniziando a ricordarli e annotarli.”*

### **ESERCIZIO PER RICORDARE I SOGNI**

- “Basta prepararsi alla sera, quando si va a dormire, facendo qualche minuto di respirazione profonda ed esprimendo il desiderio intimo di ricordare il sogno l'indomani mattina. Prima di addormentarvi, ripetete per dieci o quindici volte: "Domani mattina appena mi sveglierò, ricorderò quello che ho sognato".”
- Predisponi un foglio e una penna sul comodino
- Appena sveglio, prima di fare qualsiasi altra cosa, scrivi immagini, sensazioni



emozionali, qualunque cosa trovi che senti collegato al tuo vissuto nel sogno

*“Con questo sistema, nove volte su dieci riuscite a ricordare i vostri sogni. Non importa se la prima volta l'esperimento non riesce; continuate ancora, vedrete che riuscirà.” “In un sogno sono molto importanti i particolari, non tanto la trama generale.”*

## **ORIENTAMENTO DEL LETTO**

E' ideale dormire nell'asse Nord Sud, se non è possibile si può usare lo schema fornitovi  
E' utile dormire il più lontano possibile da campi elettro-magnetici tenendo ad esempio computer e cellulare ad almeno 2 metri da noi, possibilmente spenti.

*“Noi abbiamo bisogno di schermarci il più possibile dagli eccessi che abbiamo attorno, dalle radiazioni di tutti i tipi, generi e gradi. Possiamo schermarci utilizzando il sonno come una fase utile a recuperare la scorza, una protezione maggiore che sia di aiuto in modo da essere più lucidi, non solo nell'alchimia ma nelle cose di tutti i giorni. Come si fa? Innanzitutto, idealmente, bisognerebbe orientare il letto sull'asse nord-sud, dormendo in questo flusso invece che in flusso in contrasto ad esso, e non importa dove stanno i piedi. L'orientamento può essere modificato: dipende da quanti oggetti metallici avete in camera. Potete prendere una bussola e vedere dove si posiziona il nord, determinando qual è l'orientamento del vostro letto. Si può deviare l'orientamento con le self oppure spostando le piante in camera, se sono almeno alte adeguatamente”*

## **LO SCHEMA DI ORIENTAMENTO DEL LETTO**

*“I campi magnetici vengono modulati quando passano attraverso il nostro corpo che ha una conduttività fisica. Questa conduttività può essere modificata: può avere un orientamento fino a 45 gradi che è moltissimo rispetto alla posizione che altrimenti vi servirebbe. Vi daremo uno schema di orientamento che dovrete percorrere alcune volte per imparare ad orientare parte della vostra struttura fisica in modo che si ottengono questi orientamenti, almeno per una gradazione che è già molto ampia. Si percorrerà lo schema con le due mani, una dopo l'altra con un discorso di lateralità - siamo fatti di due parti, siamo una simmetria -. In alchimia si userà molto la simmetria: azioni che si fanno con la mano destra e azioni che si fanno con la mano sinistra, azioni che sono proprio diverse e producono effetti differenti. Poi, ci sono degli orientamenti, degli eccessi che imparerete a guidare e che vi permetteranno di modificare i campi che passano dentro di voi: senza cambiare la stanza, cambierà qualcosa nella vostra conduttività. Potrete così durante la fase notturna riposare meglio, indipendentemente dal fatto di ricordare i sogni; potrete equilibrare meglio le vostre forze, anziché magari consumarle e svegliarvi stanchi. Un po' alla volta riuscirete a potenziare maggiormente queste condizioni e arrivare su tempi decisamente più lunghi e più intensi.”*

## IL CIBO

*“ Come si mangia? Con attenzione..... La nostra consapevolezza del mondo, nel pensiero alchemico, ci coniuga con tutto ciò che esiste. Siamo connessi con tutto quello che esiste. Siamo connessi anche con la gallina anche se “le tirerete il collo”: perchè quell'animale è parte di un tutt' uno ”*

*“C'è un'alchimia dell'alimentazione in cui si stabilisce un contatto tra ciò che ci nutre e l'elemento originario di ciò che ci nutre. Il frutto della pianta, mangiato nella maniera adatta, con quanto è necessario attorno, con il rituale adatto, ci collega alla pianta dalla quale deriva il frutto. Quindi, semplificando, allarghiamo le radici. Non annoiate la stessa pianta: cercate di variare”*

*“Quali sono i primi desideri verso i quali dovete - non “potete” - andare per diventare alchimisti? Migliorare lo stato di salute, sia fisico che psichico. Se riusciamo ad orientare una parte della nostra attenzione all'alimentazione, se riusciamo a dormire all'interno di un flusso energetico, cominciamo pian piano a risanare il nostro laboratorio primario. Terza fase: la connessione con gli altri. Così come cerchiamo la connessione con ciò di cui ci nutriamo, animale o vegetale, noi non ci possiamo nutrire a sufficienza se non siamo capaci di una relazione minima con le altre persone, perché una buona parte di nutrimento non ci arriva”*

### ESERCIZIO DI CONTATTO COL CIBO

Porta l'attenzione con tutti i sensi al cibo Vista Tatto olfatto etc

Mangialo lentamente e con consapevolezza e percepisci il suo sapore, la sua frequenza, il suo carattere, le suo origini, il suo luogo di appartenza, la sua storia e il tipo di emozione che ti suscita, gli elementi ad esso collegati

Accoglilo come parte di te che continuerà ad evolversi insieme a te, arricchendo

## GLI ELEMENTI

*“I 5 elementi base: aria, acqua, fuoco, terra ed etere sono, in alchimia, la manifestazione prima delle leggi derivate nella forma (le leggi derivate sono le leggi che creano la forma n.d.r.), in quanto ogni oggetto e' composto da parti diverse di questi elementi (che equivale in sostanza a dire che e' composto da una caratteristica miscela di leggi derivate), quindi operando sugli elementi si interagisce per rispondenza nei confronti delle leggi stesse. Una premessa importante riguarda l'atteggiamento che noi dovremmo avere rispetto agli elementi, quello di avere sempre un grande rispetto. Gli elementi sono vivi, e come tali vanno rispettati.”*

## L'ACQUA

*“L'acqua rappresenta il ciclo vivente. E' capace di ospitare e trasmettere la vita. L'acqua è*

*notoriamente conosciuto come elemento che conserva. In magia è un elemento che viene usato comunemente proprio in base alla caratteristica di conservare effettivamente dentro di sé delle memorie. Nell'acqua la trasmissione, ad esempio, di memorie è più semplice perché è trasmissibile per contatto, simile ad un principio omeopatico. Infatti, una goccia d'acqua può portare il contenuto nell'altra acqua."*

*L'acqua è purificata quando viene "pulita", purificata.*

*E' pregnata quando invece dentro ad essa viene accentrata un'idea, una forma-pensiero di qualche genere, attraverso un rito di pregnazione.*

*Esiste, poi, un acqua di luna che serve proprio per accumulare delle energie esterne. Si raccolgono in questo modo tutte quelle frequenze di richiamo dei colori della luna e delle luci che attraversano la luna, i riflessi della luna in vari momenti.*

*L'acqua è pregnata soprattutto quando ci sono forme-pensiero di tipo determinato, esempio puoi pregnare l'acqua come se tu pregnassi un oggetto con forme-pensiero.*

*L'acqua è uno degli elementi che portano in maniera più intensa l'energia.*

*Ha una conduttibilità, dal punto di vista dell'energia, intensissima, conduttibilità che può essere usata anche sul piano magico."*

## **IL FUOCO**

*"Il fuoco, magicamente parlando, ritualmente parlando è un elemento vivo, un elemento vivente (...), un'entità sempre presente da decine di migliaia di anni in questo mondo. Il fuoco è considerato un elemento vivo perché è capace di ospitare, in qualche forma, una coscienza, un "qualcosa" che noi potremmo paragonare all'idea di vivo ma molto esteso, con capacità di reazione all'ambiente, di comprensione di quanto succede, quindi, con la capacità di capire e reagire a ciò che avviene.*

## **ALCUNI UTILIZZI DEL FUOCO:**

**CONTATTO DIVINITA':** Non è possibile iniziare un rituale legato a una divinità senza la presenza del fuoco

**PREGHIERA:** Nel caso di una preghiera inoltrata attraverso una candela o un fuoco acceso alla divinità, parte una richiesta in un momento preciso del tempo. Funziona tramite l'apertura di un canale preferenziale che permette anche di far arrivare cose dall'altro lato. Vi ricordo che noi sosteniamo la preghiera pura, quella che non chiede. Si tratta di un atto, quindi, di consapevolezza (oserei dire) tra pari

**FUNZIONE ORACOLARE:** con l'Oracolo, tramite il fuoco è possibile ricondurre la ricerca sulle strade nel tempo relative alla domanda. Durante una previsione sul futuro si utilizzano strumenti mediante i quali poter guardare il fuoco.

**TEMPO:** il fuoco, dal punto di vista magico, è legato al tempo. Attraverso la lettura del fuoco si individuano in magia i **flussi e i movimenti del tempo**. E' un tramite e che si rifà al tempo; **quindi, tramite il fuoco, l'elemento che si cerca di controllare è il tempo.**

**SPIRITI DI NATURA:** in base ai diversi combustibili che possono essere piante, erbe, minerali o altre sostanze ancora, saranno presenti differenti spiriti di natura.

**SCOMPORRE E RINNOVARE:** Pensate poi anche all'idea del fuoco che consuma per rinnovare; pensate alla fenice che si getta nel fuoco e da questo rinasce; senza l'elemento fuoco non avrebbe possibilità di esistenza.

**COMUNICARE A DISTANZA,** perché tu e la persona con cui vuoi comunicare possono utilizzare fuochi che funzionano, così, da ponte/radio. Anche in telepatia il fuoco è stato considerato come un elemento portatore.

**OFFERTA:** quando un oggetto fisico viene offerto tramite il fuoco avvengono due fatti: attraverso l'offerta questo oggetto viene riportato, attraverso il fuoco, alla sua composizione di base, agli elementi che lo componevano; bruciandolo si offre, di questo oggetto, il passato, cioè, tutto il tempo che questo oggetto ha impiegato per svilupparsi e anche il suo utilizzo futuro. Quanto viene offerto in questa maniera può tornare moltiplicato e suddiviso su tutte le forme

**E' IMPORTANTE D'ORA IN AVANTI ANNOTARE LE VOSTRE ESPERIENZE SU QUESTI ESERCIZI SUL VOSTRO QUADERNO DI ALCHIMIA**

*“Cominciate a stabilire un rapporto personale con gli elementi.*

*Imparate a trattare l'acqua, imparare nel tempo a sviluppare questo rapporto. L'acqua man mano vi parlerà e, sviluppando questa sensibilità, potrete utilizzare l'acqua in molteplici funzioni e utilizzi.*

*Ciò che conta è che impariate a sviluppare la vostra sensibilità, facendo in modo che questa sia uno strumento che funziona. Il sistema delle piantine è un sistema facile per arrivare ad avere questi riscontri.”*

## ESERCIZIO DELLA PIANTINA

**“Come sistema di lettura useremo una pianticella o un seme”**

- “prendete una coppettina bianca che contenga un po' d'acqua e imparerete a caricare quell'acqua usandola per innaffiare il seme o la pianticella.”
- “Terrete in mano la ciotola per un paio di minuti e immetterete al suo interno la vostra frequenza
- poi userete quest'acqua per innaffiare sempre la stessa piantina, mentre le altre le innaffierete con acqua non caricata”

*“Dovrete avere due semi o pianticelle, e una di esse fungerà da campione. Si vedrà in questo modo se la pianta cresce, come cresce rispetto all'altra o se la “seccate” subito. Non preoccupatevi se “la seccate subito”: vorrà solo dire che bisogna orientare diversamente il tipo di energie e di forze che avete dentro di voi. Partendo dall'abc, le forze contenute in ognuno hanno delle direzioni di base, positive o negative, in senso magnetico come segno più o segno meno. Prendete quindi una coppettina, un bicchiere bianco o trasparente - se è trasparente mettete sotto e attorno un fazzoletto bianco - serve del bianco perchè altri colori creano diverse influenze. Metterete l'acqua contenuta in questa coppetta vicino al comodino e fate l'esercizio per alcuni minuti. Si vedranno le differenze in pochi giorni. Si misurano e si monitorano poi i dati: e questo darà l'idea del vostro tipo di orientamento dell'energia di base che, poi, dovremo imparare a guidare. Tenete le piante ad una certa distanza, le une dalle altre. Le diverse piantine devono poter ricevere la stessa quantità di luce e di calore dall'ambiente; non devono essere appiccicate perchè altrimenti c'è un'influenza reciproca e, in genere, l'influenza è proporzionale all'altezza per cui la distanza delle piantine deve essere proporzionata alla loro altezza.”*

Le piantine vanno annaffiate dopo un paio di minuti che si è caricata l'acqua, non subito

*“E' come se tu facessi bollire dell'acqua e utilizzassimo l'acqua bollente per innaffiare. C'è bisogno un pò di tempo perchè si raffreddi.”*

### Annotate l'esperienza

*“Se avete fatto questa esperienza per almeno 10/12 giorni, oltre all'acqua potete usare le mani.”*

## IMPOSIZIONE DELLE MANI

- “Come si usano le mani?”
- *Imponete le mani per un paio di minuti.*
- *Dovete cercare di creare e sentire dentro di voi una reazione, una corrispondenza, avere delle sensazioni di rispondenza. E' chiaro che si tratta di sensazioni soggettive*

che dovete imparare a sviluppare nei confronti della piantina che seguite.

- *Avvicinerete le mani per 2/3 minuti. Potrete sentire una reazione di rispondenza come qualcosa che si riflette sulle vostre mani, come una luce anche forte, come un calore sulla mano, che potete avvertire anche sul braccio o in altre parti del vostro corpo. Potete stabilire anche voi stessi quali sono le parti più sensibili che in seguito eserciterete e svilupperete, poi, come elementi, come sensazioni per gli esperimenti e per le esperienze di Alchimia che, poi, farete. **Avete adesso bisogno di sviluppare il vostro strumento preferito**, che sarà il naso, il lobo dell'orecchio, una mano, un gomito. Vedete voi quali sono le parti più reattive. “*

Annotate l'esperienza

### ESERCIZIO PER CONTATTARE IL FUOCO

*“Le domande sono le seguenti: che rapporto ho con il fuoco? Mi scotto sempre, mi fa paura, mi piace? Pensate a tutto ciò che può venir fuori a questo proposito, legato alla sensazione che l'idea del fuoco vi dà. Cercate di scavare nella vostra memoria e di estrarre dalla vostra memoria le vostre esperienze con il fuoco, positive o negative, di qualunque tipo, perché rappresentano una base. Non si può stabilire un rapporto emozionale dal punto di vista dell'alchimia con una forza vivente come quella dell'acqua o quella del fuoco, senza avere dei punti di contatto. In questo caso i punti di contatto sono memonici: se vi siete scottati vicino alla stufa da bambini la memoria parte da questo episodio; in altri momenti avrete ricordi diversi, come il fuoco nel caminetto e così via.*

*Quando avrete fatto, per almeno 2/3 giorni, questa sperimentazione attraverso cui riconoscerete il vostro rapporto con il fuoco potrete cominciare ad avere un rapporto con la fiamma.*

*Prendete una candela, prendete un accendino - per chi sa farlo sarà possibile purificare questi oggetti – accenderete, poi, questa candela e la osserverete, cercando di percepire con le vostre mani cosa vi suscita questo fuoco. In pratica, si tratta della medesima esperienza che state facendo con l'acqua. Avete bisogno di capire qual è il vostro rapporto, quali sono i punti di rispondenza che si creano verso voi stessi da parte di questo elemento. L'acqua, ad esempio, è un mezzo, è un medium, è un tramite tra voi e l'idea di acqua, l'entità acqua. Faremo la stessa operazione rispetto al fuoco. Dopo alcuni minuti, all'inizio circa 3 minuti, spegnerete la vostra candela. Prima di spegnerla accenderete il vostro accendino, avvicinerete l'accendino alla fiamma, ritirerete l'accendino, lo spegnerete e spegnerete pure la vostra candela. Potete spegnerla soffiando, potete spegnerla come vi pare. Dovrete stabilire, un po' alla volta, quale parte del vostro corpo è reattiva rispetto all'idea di fuoco. Se, per quanto concerne l'acqua, avrete identificato una qualunque parte del vostro corpo, come elemento reattivo che vi risponde, farete la stessa cosa rispetto al fuoco. Dovrete avere la capacità di distinguere comunque l'acqua dal fuoco. Farete questo esercizio un po' di volte. Stabilite voi ogni quanto tempo far questo, potete farlo una volta al giorno. Sarebbe meglio fare questi esperimenti quasi nella stessa ora, non fatelo più di una volta al giorno. Fate attenzione dove mettete la candela, non mettetela davanti ai tendaggi. Vi accorderete prestissimo come il vostro corpo reagisce ai diversi elementi.”*

Annotate l'esperienza

## IL CONCETTO DI FREQUENZA:

Quello che in questo corso chiameremo frequenza è un campo vibrazionale che rappresenta ogni forma e che per ogni forma è diverso. Esiste una frequenza personale base: che possiamo chiamare ritmo numero, proporzione di leggi derivate in noi contenute, quella che in magia si può usare per contattarvi.

Oltre alla nostra frequenza personale base, anche i nostri pensieri, il nostro stato fisico, lo stato di coscienza, che attraversiamo e le emozioni che proviamo si diffondono nel nostro campo vibrazionale diventando una FREQUENZA che emettiamo e con la quale gli elementi intorno a noi entrano in risonanza costantemente, così come noi entriamo in risonanza con l'ambiente.

Attraverso questo principio di **risonanza**, possiamo trasmettere la nostra frequenza, in questo caso una frequenza scelta e non casuale ad una sostanza spugna e capace di contenere le memorie come l'acqua, influenzandola, caricandola di quel tipo di vibrazione. Creeremo così una specie di prima "POZIONE" che utilizzeremo poi per richiamare lo stato positivo scelto

**Il Colore** è una vibrazione, anche elettromagneticamente riscontrabile, percepita attraverso i sensi. Ogni colore ha la sua lunghezza d'onda che permette una differente influenza ed ha una diversa profondità di azione

**Il nero** è un colore che isola.

Useremo quindi un **panno nero** per chiudere sia l'acqua "pura" che abbiamo raccolto, che ancora dobbiamo caricare, per mantenerla tale, sia la sostanza che prepareremo e che vorremo mantenere il più possibile stabile.

## ESERCIZIO: CREAZIONE DI UNA POZIONE PERSONALE

← in silenzio

← mantenendo uno stato di attenzione ai gesti che fate

Come si fa:

Servirà dell'acqua, appena presa da una fonte e conservata in un panno nero oppure dell'acqua purificata, cioè *“un liquido, che ha avuto sottratte tutte le memorie possibili, sia dal punto di vista di aspetti temporali che di geometrie, che è stato privato di tutti questi aspetti o, se preferite, una cellula alla quale è stato tolto il DNA e quindi è pronta a ricevere una condizione completamente nuova.”*

Prima sentiremo la nostra aura, e la “sterilizzeremo” il più possibile dalle frequenze che non ci servono

Creeremo un campo libero per accogliere lo stato d'animo di cui ci vogliamo caricare.

### **FASE 1: STERILIZZAZIONE DELL'AURA**

- Sentite e definite nella vostra immaginazione la vostra aura
- Respirate profondamente per alcuni minuti
- Col respiro pulite e riordinate la vostra energia lasciando allontanare tutto il resto portando il vostro punto di presenza nel presente, nel respiro
- Quindi ora cercate uno stato d'animo che avete piacere di potenziare: la serenità, la gioia, la voglia di fare, l'amorevolezza, la sicurezza in voi stessi, l'amore...

### **FASE 2: RICHIAMO EMOZIONE SCELTA**

- Richiama un'immagine, un colore, un ricordo, una parola, una musica, un profumo, una sensazione del corpo che ricordate che vi porta in uno stato d'animo scelto, per almeno 4 minuti
- L'aura si colora di questa frequenza
- Poi prendi in mano la coppetta bianca con l'acqua dentro e portala nel tuo guscio/aura tenendola tra le palme delle due mani

### **FASE 3: IRRADIAZIONE**

- Irradiate l'acqua pensando di trasferirci dentro lo stato d'animo scelto
- “L'acqua può essere irradiata con pensieri di guarigione e frequenze adatte. Si può immaginare che le forme pensiero escano dalle mani. Le mani sono antenne si possono usare per inviare ma anche per assorbire suoni colori e frequenze”
- si può anche trasmettere l'emozione scelta nell'acqua l'acqua soffiandoci sopra

### **FASE 4: “IMBOTTIGLIAMENTO” DELLA POZIONE**

- Dopo qualche minuto trasferite questo liquido in un boccettino nuovo e lo chiuderete conservandolo in un panno nero.

← Annotate l'esperienza



## COME PROSEGUIRE

- Ogni volta che vorrete potrete rifare questo esercizio caricando questa acqua di più, sempre con la stessa emozione.
- Potrete assumerla, bevendola, o attraverso le mani, usate come antenne che assorbono
- Serve prima di assumere l'acqua o di ripetere il "caricamento" fare l'esercizio di sterilizzazione dell'aura in modo che questa frequenza sia più facilmente avvertibile da voi

La sostanza non durerà molto tempo

**Annotate i cambiamenti che la sostanza subisce nel tempo e poi confrontarle con gli altri**

# **RIEPILOGO ESERCIZI:**

**RESPIRAZIONE PRANICA**

**RILASSAMENTO ONDA AZZURRA  
VOCALI**

**SCHEMA PER LA NOTTE  
INDIRIZZO DEL SOGNO**

**SCRITTURA DEL SOGNO LA MATTINA  
CONSAPEVOLIZZARE LE EMOZIONI**

**SPOSTAMENTO SU UN'EMOZIONE SCELTA  
ESERCIZIO DELLA PIANTINA**

**CONTATTO COL FUOCO**

**CREAZIONE DI UNA POZIONE PERSONALE**

**E RICORDA.... IL CONTATTO CONSAPEVOLE COL  
CIBO!**





