

**NEWSLETTER**  
**GOCCE DI CONSAPEVOLEZZA**

Anno II - n. 8 - Gennaio 2009

**Goccia del mese**



**LE BATTAGLIE AL TERMINE**

Fate ogni cosa con una mente che sappia lasciare andare.  
Non aspettatevi nessuna ricompensa o premio.  
Se lasciate andare un poco, avrete un poco di pace.  
Se lasciate andare completamente,  
conoscerete la pace e la libertà complete.  
Le vostre battaglie con il mondo  
giungeranno al termine.

*(Achaan Chah)*

**BUON 2009 A TUTTI !**

In riferimento alla Legge 675/1996 e successivo D.L. 196/2003, riguardanti la tutela dei dati personali, questo indirizzo e-mail è usato per inviarle informazioni. Gli indirizzi e-mail sono stato reperiti attraverso fonti di pubblico dominio o attraverso e-mail da noi ricevuta. Tutti i destinatari della mail sono in copia nascosta (Privacy L.75/96) a garanzia della privacy. Può succedere che il messaggio pervenga anche a persone non interessate in tal caso vi preghiamo di segnalarcelo rispondendo Cancellami o Remove a questa mail, precisando l'indirizzo che vorrete immediatamente rimosso dalla mailing list. In qualsiasi momento potrà chiederci di aggiungere, modificare, aggiornare o cancellare il suo indirizzo di posta elettronica dal nostro archivio. Se lo desidera, diffonda questa e-mail tra gli amici che potrebbero essere interessati a queste informazioni. Grazie di cuore!

**[www.francescobuonanno.com](http://www.francescobuonanno.com)**

## Un corso in miracoli

Questo libro bellissimo fa una distinzione fondamentale tra ciò che è reale e ciò che non lo è: tra la conoscenza e la percezione. La conoscenza è la verità, sotto una unica legge: la legge dell'amore o di Dio. La verità è inalterabile, eterna e per niente ambigua. Può non essere riconosciuta, ma non può essere modificata. Si applica ad ogni cosa creata da Dio, e solo ciò che Lui ha creato è reale. Va al di là di ogni apprendimento perché è al di là del tempo e dell'andamento delle cose. Essa non ha opposti, non ha inizio né fine. Semplicemente è.

Il mondo della percezione: nasce dalla credenza negli opposti ed in volontà separate, perennemente in conflitto gli uni con gli altri e con Dio. Ciò che la percezione vede e sente sembra essere reale perché permette di portare alla consapevolezza solo ciò che è conforme ai desideri di chi percepisce. Ciò porta ad un mondo di illusioni, un mondo che ha bisogno di costanti difese proprio perché non è reale.

Quando sei stato catturato nel mondo della percezione, sei intrappolato in un sogno. Non puoi sfuggirvi senza aiuto, poiché ogni cosa che i tuoi sensi ti mostrano, testimonia semplicemente la realtà del sogno.

La percezione è una funzione del corpo e pertanto rappresenta un limite alla consapevolezza.

Il mondo che noi vediamo riflette la nostra propria struttura di riferimento interna. Lo rendiamo vero attraverso la nostra interpretazione di ciò che stiamo vedendo.

Se stiamo usando la nostra percezione per giustificare i nostri errori - la nostra rabbia, i nostri impulsi di attacco, la nostra mancanza di amore, qualunque sia la forma che assume - vedremo un mondo malvagio, di distruzione, cattiveria, invidia e disperazione. Dobbiamo imparare a perdonare tutto ciò, non perché siamo "bravi" o "caritatevoli", ma perché ciò che vediamo non è vero. Abbiamo distorto il mondo con le nostre difese distorte e pertanto vediamo ciò che non c'è. Quando impariamo a riconoscere i nostri errori di percezione, impariamo anche a guardare al di là di essi o a "perdonare".

Il peccato viene definito come "mancanza di amore", poiché l'amore è tutto ciò che c'è, nella visione dello Spirito Santo il peccato è un errore da correggere, piuttosto che una cattiveria da punire. Cerchiamo negli altri ciò che sentiamo mancante in noi stessi. Noi "amiamo" un altro in modo da ottenere qualcosa noi stessi. Questo, di fatto, è ciò che passa per amore nel mondo del sogno. Non ci può essere errore più grande di questo, poiché l'amore è incapace di chiedere qualsiasi cosa.

Il Sé che Dio ha creato non ha bisogno di niente! È per sempre completo, al sicuro, amato ed amorevole. Cerca di condividere piuttosto che ottenere, di estendere piuttosto che proiettare. Non ha bisogno e desidera unirsi agli altri solo per la loro reciproca consapevolezza di abbondanza.

Nel mondo della conoscenza : non esiste alcun pensiero separato da Dio, poiché Dio e la Sua Creazione condividono una sola Volontà.

L'obiettivo dello Spirito Santo è quello di aiutarci ad uscire dal mondo dei sogni insegnandoci come capovolgere il nostro sistema di pensiero e disimparare i nostri errori.

Il perdono è la lezione più grande offertaci dallo Spirito Santo per compiere questo capovolgimento del nostro sistema di pensiero. Tuttavia il Corso ha la sua specifica definizione di cos'è in realtà il perdono, proprio come ha una propria definizione del mondo.

Le relazioni nel mondo sono distruttive, egoistiche e puerilmente egocentriche. Il mondo usa le sue relazioni come arma definitiva per escludere e come dimostrazione della separazione. Lo Spirito Santo le trasforma in lezioni perfette di perdono e risveglio dal sogno. Ciascuna di esse è un'opportunità per guarire le percezioni e correggere gli errori. Ciascuna di esse è un'altra opportunità di perdonare se stessi perdonando l'altro.

Il perdono è sconosciuto in Cielo, dove l'averne bisogno sarebbe inconcepibile. Comunque in questo mondo il perdono è una correzione necessaria per tutti gli errori che abbiamo fatto. Offrire il nostro perdono è il solo modo che abbiamo per ottenerlo, poiché riflette la legge del Cielo secondo la quale dare e ricevere sono la stessa cosa. Il Cielo è lo stato naturale di tutti i figli di Dio come Lui li ha creati. Tale è la loro realtà per sempre. Il perdono è il mezzo tramite il quale ricorderemo. Attraverso il perdono il modo di pensare del mondo sarà capovolto, potremo finalmente perdonarci e saremo liberi. Riconoscendo Cristo in tutti i nostri fratelli riconosceremo la Sua Presenza in noi stessi. Dimenticando tutti i nostri errori di percezione, e con niente del nostro passato che ci trattienga ed ostacoli, potremo ricordare Dio. L'insegnamento non può andare oltre questo. Quando saremo pronti, Dio Stesso farà il passo finale per il nostro ritorno a Lui.

I libri suggeriti sono reperibili anche alle librerie Feltrinelli.



Il libro di esercizi contiene 365 lezioni, una per ogni giorno dell'anno.

Tuttavia non è necessario fare le lezioni esattamente con questa scansione, e si potrebbe voler rimanere su una lezione particolarmente attraente per più di un giorno. Le istruzioni sottolineano solo di non tentare di fare più di una lezione al giorno. La natura pratica del libro di esercizi è sottolineata dall'introduzione alle sue lezioni, che pone la sua enfasi sull'esperienza tramite l'applicazione piuttosto che sull'impegnarsi preventivamente in un obiettivo spirituale.



**Gary R. Renard**

### **La Scomparsa dell'Universo così come ci appare**

Conversazioni sincere su... illusioni, vite passate, religione, sesso, politica, e i miracoli del perdono

Suggerisce una disciplina orientata agli insegnamenti contenuti nel libro "Un corso ai miracoli" che porta ad un veloce progresso spirituale.

Leggendo **La Scomparsa dell'Universo** scoprirete che il reale creatore di questo universo è la mente, che noi siamo mente e che stiamo proiettando un film di cui noi, come mente, siamo i principali protagonisti, ma quando la mente perde la dualità, il corpo scompare dal film e con esso tutto l'universo. Questa vita rappresenta una possibilità per tornare a casa, vivere su questa terra è un'occasione che ci permette di imparare a perdonare e se lo facciamo ventiquattro ore su ventiquattro per sette giorni la settimana, tutta l'umanità ha possibilità di salvarsi.

E' un manuale che funziona, vi aiuterà a portare cambiamenti positivi nella vostra vita, dandovi gli strumenti che vi permetteranno di lasciare andare il risentimento, la rabbia, la paura, un lavoro di presa di coscienza per evitare la sofferenza, ottenere pace e la saggezza attiva. Sarà palese la causa di ogni incidente, dipendenza, disastro naturale.

# COME GUARIRE ED ESSERE FELICI

Tratto dal sito [www.ilfilodimaggy.wordpress.com](http://www.ilfilodimaggy.wordpress.com)

Certe persone, anche in giovane età, si trovano a lottare contro una cattiva salute. Non hanno nessuna malattia seria, solo tanti piccoli fastidiosi disturbi che influenzano la loro vita e le loro relazioni con gli altri. Queste persone sembrano perseguitate dalla sfortuna: ne hanno sempre una! Disturbi come stanchezza cronica, vertigini, tachicardia, gastriti, coliti, cefalee, vaginiti, cistiti, dolori muscolari, cervicale, sindrome premenstruale, ciclo irregolare, bruxismo e continui raffreddori ed influenze (e l'elenco potrebbe continuare a lungo!) sono tristemente familiari per queste persone così cagionevoli. Purtroppo, chi soffre di questi acciacchi non si sente compreso né dal medico curante che spesso liquida i loro mali come "stress" né dai loro familiari che li trattano da ipocondriaci.

## **Gli stretti legame fra corpo e mente.**

Giustamente, chi soffre di un continuo malessere, si arrabbia quando i suoi disturbi vengono attribuiti allo stress. Chi soffre di una serie di disturbi psicosomatici non è un malato immaginario, è una persona che sta male davvero, anche se i suoi disturbi sono causati "solo" dallo stress. Le ultime scoperte scientifiche hanno evidenziato come corpo e mente siano strettamente collegati. Quando siamo ansiosi e spaventati, nel nostro corpo avvengono una serie di reazioni biochimiche e ormonali: il nostro metabolismo accelera, il nostro battito cardiaco aumenta, la pressione sale, salgono i livelli di trigliceridi e di colesterolo nel sangue mentre diminuiscono gli ormoni sessuali. Le emozioni negative influiscono anche sul sistema immunitario che diventa meno resistente alle malattie e alle infezioni. Purtroppo se lo stato di stress si prolunga nel tempo, ci si può ammalare seriamente. Certo, non si può assolutamente affermare che tutte le malattie abbiano un'origine psicosomatica: tuttavia le persone infelici o ansiose tendono ad ammalarsi di più e a riprendersi più lentamente dalle malattie rispetto alle persone serene.

## **Malattia e desideri regressivi.**

Di fronte alle difficoltà della vita, tutti noi almeno una volta abbiamo desiderato scappare su un'isola tropicale oppure ritornare in un periodo della nostra vita più spensierato e con meno responsabilità. A volte, quando siamo particolarmente scontenti, visto che non possiamo scappare o ritornare bambini, ci ammaliamo. Naturalmente non tutte le malattie sono frutto di desideri regressivi! Ma, a volte, la malattia psicosomatica può essere l'espressione di un inconscio desiderio di fuggire da una vita stressante e insoddisfacente. Quando ci ammaliamo, possiamo permetterci di essere deboli e di far sì che altre persone ci accudiscano e si occupino di noi. Spesso, chi è ammalato, riceve per via delle sue sofferenze una attenzione e una comprensione da parte delle persone che lo circondano, che da sano non riceverebbe. Inoltre, la malattia può consentirci di prendere una pausa da una quotidianità vissuta come troppo logorante e frustrante e/o può evitarci di assumere delle responsabilità, salvaguardando allo stesso tempo la nostra autostima. Ma evitando le responsabilità, si evita anche di confrontarsi con i propri limiti e si evita anche il rischio di fallire.

## **I perché nascosti della malattia psicosomatica**

Molti malati psicosomatici sono cresciuti in ambienti familiari freddi e distratti e non si sono mai sentiti veramente amati e considerati dai loro genitori. Soltanto quando erano malati, riuscivano ad ottenere da parte delle figure genitoriali affetto e attenzioni. Il messaggio inconscio che hanno ricavato dalle loro esperienze infantili è che il dolore è il prezzo dell'amore e che solo se soffrono possono essere amati. Non solo: alcuni malati psicosomatici sono molto arrabbiati e risentiti per le deprivazioni affettive subite, e si aspettano inconsciamente dalla vita e dagli altri una specie di "risarcimento" per la mancanza d'amore della loro infanzia. La scarsa autostima è un tratto caratteristico del malato psicosomatico regressivo: quest'ultimo ha spesso di sé un'immagine negativa: si percepisce come una persona debole, inferiore agli altri, incapace di cavarsela da solo nella vita.

## **Come guarire ed essere felici.**

Guarire da uno stato di malessere cronico è possibile ma richiede un notevole lavoro su se stessi. Per stare meglio è importante cambiare l'immagine di sé, concentrandosi sulle proprie risorse (invece che sulle pecche fisiche e caratteriali) e lavorare sulla capacità di autoaffermazione e sull'assertività. Lo sport è utile perché aiuta a sviluppare l'autodisciplina che aumenta la soglia di tolleranza allo stress. Sviluppa inoltre l'assertività nelle relazioni con gli altri. Chi soffre di frequenti disturbi psicosomatici spesso deve imparare a riconoscere e ad esprimere in modo assertivo le proprie esigenze. Cercare di ridurre le aspettative, provando di instaurare con il partner un rapporto il più possibile partitario e gioioso. Ricordare sempre di non appoggiarsi troppo agli altri. Per superare la dolorosa sensazione di essere perseguitati dalla sfortuna, è bene concentrarsi sulle opportunità che ci sono state offerte (e non solo su quello che ci è mancato), sui nostri punti di forza (e non solo sulle nostre debolezze), sulle soluzioni (e non solo sui problemi). Per prendere contatto con la propria parte aggressiva, può essere utile frequentare un corso di bioenergetica. La bioenergetica lavorando sul corpo, è adatta soprattutto alle persone molto cerebrali, in quanto permette un contatto più profondo e immediato con le proprie emozioni.

## **Bibliografia suggerita**



### **PSICOSOMATICA OLISTICA Nitamo Federico Montecucco**

I contenuti del libro sono in sintonia con lo spirito espresso in diversi documenti della sezione di Traditional Medicine dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) in cui le medicine tradizionali sono considerate un'importante serbatoio di conoscenze da rivalutare e applicare come preziosa risorsa nel mondo moderno."



### **DIARIO DI PSICOSOMATICA Di Susanna Garavaglia**

Tutte le nostre cellule ascoltano il nostro pensiero e il disagio fisico è la punta di un iceberg in un sistema unitario che sta tendendo ad una superiore armonia. Non ha senso addormentare un sintomo, se il suo messaggio è importante per noi troverà un'altra strada: un altro sintomo più forte, o un disagio in un altro organo.

In questo momento di trasformazione individuale e planetaria, l'energia esterna sembra muoversi più velocemente, il tempo ha un ritmo diverso e facciamo più fatica del solito, soffriamo di disturbi funzionali a importanti passaggi di crescita. Le nostre vibrazioni interiori hanno bisogno di elevarsi per armonizzarsi con quelle della Terra che sta cambiando.

Con **Diario di Psicosomatica** prende avvio la Olosomatica, un aiuto a districarci attraverso questa foresta di simboli, una guida che traccia le mappe dei nostri organi e di alcune tra le più frequenti malattie per cogliere il messaggio nascosto in ogni sintomo, cambiare il nostro Sogno ed entrare in contatto con il nostro Progetto di Vita.

**Reperibili su Macrolibrarsi**

## CHI ERA NIKOLA TESLA ?

Nikola Tesla nacque nella notte fra il 9 e il 10 Luglio 1856 a Smilijan. Il padre, Milutin d'origine serba, era un ministro del culto ortodosso. Sua madre, Djocetia Mandic, abile ricamatrice, era una donna non istruita (non era andata a scuola per accudire ai propri fratelli e alle proprie sorelle dopo la malattia che aveva reso cieca la madre), ma era dotata di una memoria prodigiosa (citava interi brani della Bibbia e conosceva a memoria moltissime poesie) e di poliedriche capacità inventive (ricavava dalle fibre vegetali delle piante da lei coltivate il filo utilizzato nei lavori di ricamo e di cucito).

Ebbe un fratello più grande che morì giovane per una caduta da cavallo e tre sorelle. Dopo aver terminato gli studi di fisica e matematica al Politecnico di Graz in Austria (contemporaneamente aveva iniziato a frequentare filosofia all'Università di Praga), studiando diciannove ore il giorno e dormendo solo due, il nostro dimenticato (speriamo ancor per poco) scienziato provò sulla sua pelle sempre di più strani fenomeni, risalenti all'infanzia.

Nel buio poteva sentire l'esistenza d'oggetti "come un pipistrello. Vedeva lampi di luce che interferivano sulla sua visione degli oggetti reali, e all'età di venticinque anni, l'intensità di tali lampi di luce non solo era aumentata, ma addirittura questi lampi lo circondavano costantemente. La sua reazione a tali fenomeni consistette nel fatto che un semplice concetto, espresso verbalmente, si delineava nella sua mente come un'immagine che egli vedeva e sentiva come se fosse reale. Ma Tesla non era nuovo a queste esperienze, nella sua autobiografia, dichiara che nell'età adolescenziale, quando era solo di notte, viaggiava in mondi sconosciuti e lontani, dove intraprendeva nuovi studi e avviava delle conversazioni con individui che gli parevano reali come il mondo esterno.

Egli stesso esclude che tali fenomeni fossero stati delle semplici allucinazioni.

All'età di diciassette anni, in seguito a questi eventi, scoprì di poter creare delle invenzioni nell'intimità della propria sfera psicologica, della propria mente, avendo l'immagine concreta davanti a sé dell'invenzione compiuta, riuscendo a definire le eventuali modifiche che era necessario apportare senza ricorrere a disegni, progetti, modelli o esperimenti portati a termine nel mondo esterno. Con grande stupore di tutti coloro che hanno lavorato con lui; questo è sempre stato il metodo di lavoro di Tesla. Non sembra poi così audace ciò che fu sostenuto da molti e che cioè lo scienziato croato sia venuto a contatto con altri mondi e altre dimensioni. Molti anni dopo, nel 1899, nel suo laboratorio a Colorado Springs, il suo trasmettitore ricevette un segnale che si ripeté continuamente.

Egli affermò di aver ricevuto un messaggio dallo spazio.

Ovviamente fu ridicolizzato per questa sua scoperta. Egli comunque, fu il primo uomo a scoprire le onde radio provenienti dallo spazio. In altre fonti, anche ufficiali, si afferma che Nikola Tesla lavorò con la tecnologia relativa al viaggio nel tempo.

Si crede, nell'ambiente ufologico, che le sue conoscenze provengano da entità d'altri mondi.

In ogni caso, Tutti sanno che Thomas Edison inventò la luce elettrica e Guglielmo Marconi la radio e che George Westinghouse costruì la prima stazione al mondo di energia idroelettrica. In realtà tutti sono a conoscenza di notizie inesatte.

L'uomo che escogitò tutto questo e che ideò anche, l'illuminazione a fluorescenza (lampade a neon), la sismologia, il tachimetro, l'iniettore, gli altoparlanti, il tubo catodico e una rete di comunicazione dati su scala mondiale (il nostro internet) era lo scienziato Nikola Tesla. Anche il radar fu una sua scoperta.

Egli iniziò ad avere brillanti idee nel campo della fisica e cominciò a dedicarsi anima e corpo al principio della corrente alternata. Dette inizio all'elaborazione del concetto di rotazione del campo magnetico che rese la corrente alternata, che è tutt'oggi, uno strumento indispensabile per la fornitura della corrente elettrica. Senza ricorrere a progetti, modelli o a diversi esperimenti pratici per raggiungere l'ottimale funzionamento della sua invenzione, egli aveva ben chiaro nella sua mente il progetto del motore a corrente alternata!!

Laddove era necessario apportare delle modifiche a singole parti, queste operazioni erano attuate solo nell'ambito della viva immagine che lo scienziato aveva della sua scoperta. Lavorando però per aziende che producevano energia (industrie Edison) e che provvedevano al suo trasporto, è facile intuire che queste quando compresero ove parava la sua ricerca, tolsero allo scienziato il loro appoggio e il loro contributo finanziario. Egli comunque proseguì in proprio i suoi studi e riuscì ad entrare nell'intimità della materia: energia rallentata composta da vortici di luce. Oggi potremo parlare di quanti che roteando generano onde/materia. Non c'è dubbio che Tesla sia stato un uomo davvero straordinario e di grande esempio: egli ha sempre affermato che lo scopo della scienza era solo ed esclusivamente "Il miglioramento delle condizioni dell'umanità". Egli riteneva che lo sviluppo delle condizioni materiali (e psicologiche) dell'uomo, fosse l'obiettivo che l'uomo di scienza doveva a tutti i costi raggiungere, anche a costo di sacrificare il proprio vantaggio personale.

Dopo la sua morte, l'FBI cancellò deliberatamente ogni traccia e informazione sul suo conto. Avvalendosi dei suoi scritti, delle testimonianze dell'epoca, dei verbali del tribunale e dei documenti dell'FBI resi pubblici di recente. È stato uno scienziato brillante, un profeta che leggeva realmente nel futuro, ma che il suo tempo non fu in grado di comprendere. Il risultato finale è stato che uno dei maggiori benefattori dell'umanità è stato dimenticato. Tesla morì come aveva vissuto: solo e nell'anonimato, destinato all'oblio per l'ordine top secret che proibiva di parlare dei suoi lavori.

## Bibliografia consigliata



L'Uomo che ha inventato il XX secolo - Nikola Tesla, genio dimenticato della scienza.

**Di Robert Lomas**

Colui che ha inventato la corrente alternata, il generatore di energia idroelettrica, l'illuminazione a fluorescenza, il motore rotante, la turbina senza pale, ma per una serie di strane coincidenze la sua genialità non è mai stata presa in considerazione, e, dopo la sua morte, l'FBI cancellò deliberatamente ogni traccia e informazione sul suo conto.



## Anteprima video

la vita del grande scienziato "dimenticato". L'uomo che, vivendo a cavallo tra '800 e '900, ha illuminato il mondo con la corrente alternata e ha reso possibili invenzioni rivoluzionarie come la radio.

La vita di Nikola Tesla raccontata in questo splendido film ci illumina sulla realtà della scienza e della società nel suo complesso. Il suo arrivo negli Stati Uniti, il suo rapporto turbolento con Thomas Edison e quello con il grande capitalista J.Morgan, interpretato qui da uno straordinario Orson Welles.

L'ascesa verso la notorietà e l'inevitabile discesa verso l'oblio, Nikola Tesla e la sua vita sono specchio di quello che accade ancora oggi nel mondo. Il destino del pianeta nel secolo scorso si è trovato davanti ad un bivio: scegliere tra la produzione di energia "distruttiva" tramite la distruzione di materiali e quella creativa pulita e libera proposta da Tesla... La scelta è tristemente nota a tutti.

## Film interessanti

Philadelphia Experiment USA 1984  
Regia di Steward Raffil

The Philadelphia Experiment 2 USA 1993  
Regia di Stephen Cornwell