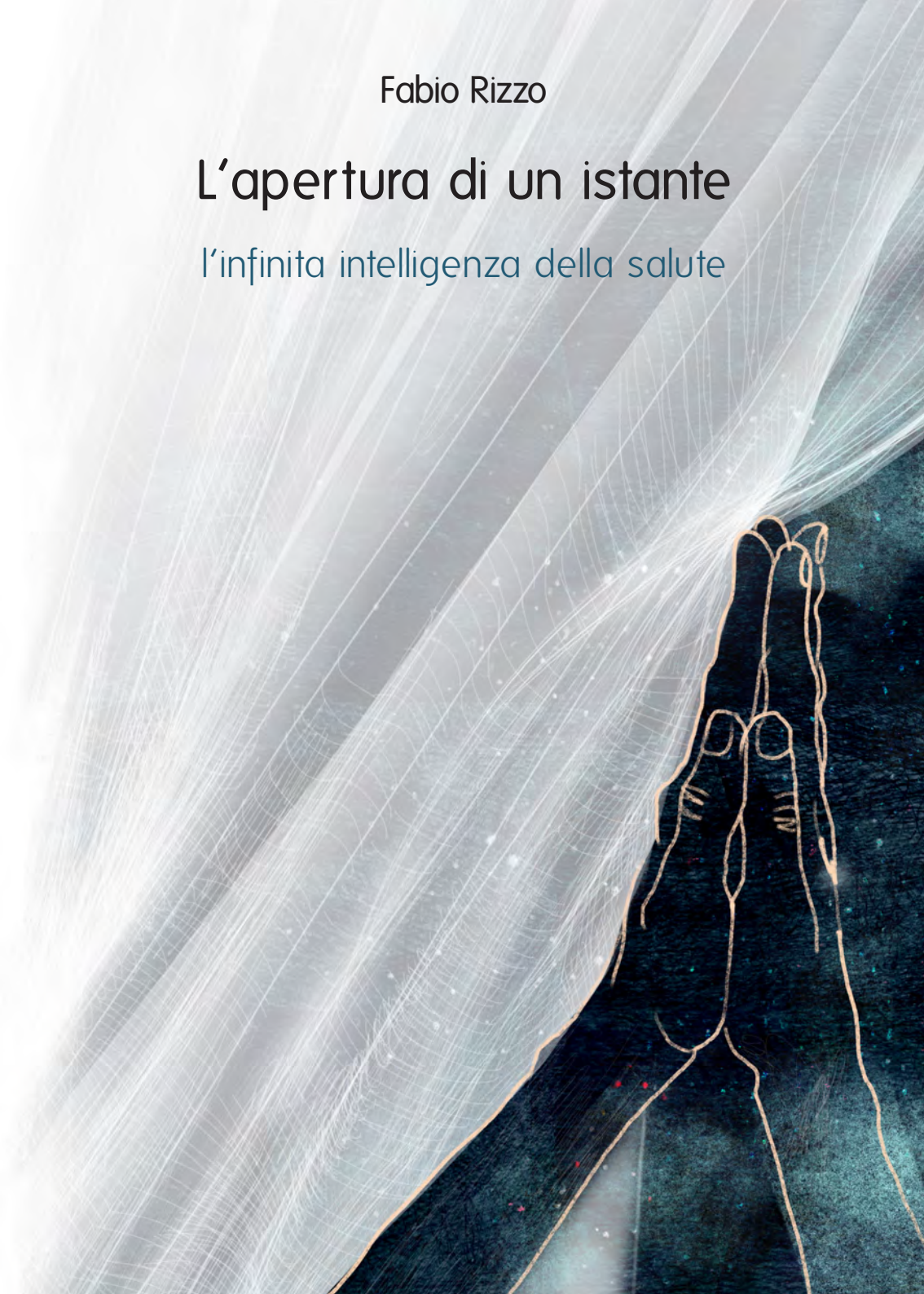


Fabio Rizzo

# L'apertura di un istante

l'infinita intelligenza della salute



Fabio Rizzo

# L'apertura di un istante

l'infinita intelligenza della salute



# Indice

<b>Prefazione</b> , del <i>dottor Gabriele Restori</i>	pag.	9
<b>Ringraziamenti</b>	»	17
<b>1. Panta Rei</b>	»	19
1.1. L'Intelligenza Infinita	»	23
1.2. Intenzioni	»	28
1.3. Il Cammino e il Pellegrino	»	46
1.4. L'Energia creatrice del Tutto	»	58
1.5. Le forme pensiero	»	68
1.6. La natura dei miracoli	»	75
<b>2. Il dono dell'Imprevisto</b>	»	81
2.1. La visione "altra" e le antiche memorie	»	86
2.2. Registri Akashici: leggere la mente di Dio	»	91
2.3. Il cammino della Coscienza	»	106
<b>3. Tutto vibra</b>	»	121
3.1. Vibrazioni e Salute	»	124
3.2. Il Corpo e l'Intelligenza della Vita	»	125

3.3. La saggezza del Corpo Fisico	»	132
3.4. Il Corpo Eterico	»	137
3.5. Il linguaggio degli Organi	»	146
3.6. Gli Organi ci parlano	»	158
<b>4. Integrare l'Energia</b>	»	187
4.1. Gesù e l'Energia	»	191
4.2. Tutto è giusto	»	200
4.3. Malattia: il grido dell'Anima offesa	»	202
4.4. La mappa del Corpo	»	206
<b>5. Le lezioni dell'Anima incarnata</b>	»	215
5.1. Le fasi della Vita	»	217
5.2. La Commedia	»	234
5.3. Le ferite invisibili	»	239
5.4. Postura ed Emozioni	»	244
5.5. Evoluzione dell'Essere	»	245
<b>6. Lo sviluppo del Potenziale Umano</b>	»	251
6.1. Piani differenti, leggi differenti	»	253
6.2. La separazione dal "Tutto"	»	272
6.3. Sorprendersi, vedersi, guarirsi	»	274
6.4. Il Tempo come Arte evolutiva	»	280
<b>Conclusioni</b>	»	285
<i>È il Cammino che fa il Pellegrino</i>	»	287
<b>Appendice AIUTI PREZIOSI</b>	»	291
<b>Lecture consigliate</b>	»	299

## Capitolo I

### *Panta Rei*

*«Et eunt homines mirari alta montium et ingentes fluctus maris et latissimos lapsus fluminum et Oceani ambitum et gyros siderum et relinquunt se ipsos nec mirantur.»*

*«Eppure gli uomini vanno ad ammirare le vette dei monti, le onde enormi del mare, le correnti amplissime dei fiumi, la circonferenza dell'Oceano, le orbite degli astri, mentre trascurano se stessi.»*

*Agostino d'Ippona - Sant'Agostino*

## Capitolo I

# Panta Rei

### **Benvenuto!**

Ti stavo aspettando e sono lieto che tu sia giunto a questo incontro con l'Infinita Intelligenza, di cui ognuno di noi è permeato.

Perché questo libro?

Per parlare di Dio, del Potere Superiore e Interiore.

Ti invito a sentirti libero di chiamarlo come meglio risuona alla tua Coscienza.

Il senso profondo insito in ogni essere umano è di tipo celeste, informativo, spirituale. Quando ci permettiamo di esplorarlo in una pratica quotidiana di osservazione, contemplazione, sperimentazione e verifica, ci doniamo la possibilità di riconoscere l'Energia dell'Entità Spirituale

che ci orienta nella ricerca del significato di questo senso profondo nella nostra vita.

La legge cosmica che governa l'Energia ci parla della distribuzione di questa Energia, nelle sue due principali manifestazioni: celeste e terrestre.

L'Energia celeste feconda la Terra e quella terrestre, che proviene dalla terra fecondata, restituisce al Cielo la molteplicità delle forme, che tendono verso l'alto, quindi verso la spiritualizzazione della materia.

Nell'antica filosofia orientale, da cui derivano gli insegnamenti della medicina tradizionale cinese, vengono definite

- Energia Yang Celeste.
- Energia Yin Terrestre.

L'Energia Yang concretizza le idee e l'Energia Yin spiritualizza la materia.

Fermati.

Osserva la spiritualità di ogni tuo respiro, di ogni pensiero, di ogni oggetto o essere vivente che tocchi.

Il Tutto è Energia densificata che possiamo definire materiale, ma, se guardata in profondità, non ha nulla a che vedere con la materia, che in sé non è ancora stata "fermata": l'atomo continua a muoversi e tutte le particelle sono in movimento, quindi la materia in quanto tale non esiste.

A esistere è la "non materia".

## 1.1. L'Intelligenza Infinita

La maggior parte delle persone non crede a una forma di Intelligenza Cosmica, infinita, che si potrebbe chiamare Dio o, come direbbe Einstein, "Senso Religioso Cosmico". Non ci crede adducendo a motivazione una serie di domande:

*«se Dio esistesse perché mai permetterebbe le guerre, perché permette gli stermini, perché permette che i bambini muoiano di tumore, perché fa sì che le persone soffrano, perché, perché, perché?».*

La risposta può essere trovata solo accedendo a un piano verticale: il piano delle cause collegato alle molteplici incarnazioni dell'Essere Umano.

Il piano delle cause fa di noi dei protagonisti responsabili, che tuttavia devono faticare parecchio per ricomporre il quadro karmico. La limitata coscienza dell'incarnazione nello Spazio-Tempo che definiamo esistenza, impedisce di cogliere il senso originario della responsabilità personale e ci porta ad attribuire a cause esterne la radice dei problemi, ovvero le conseguenze generatrici dei nostri pensieri, azioni, parole, omissioni, connesse al nostro stato di salute o malattia. Possiamo comprendere questo concetto integrando il tema, non molto cattolico, della reincarnazione.

I fenomeni che, contemporaneamente alla nostra esistenza, attraversano il nostro Spazio-Tempo in similitudine, analogia o in parallelo sono manifestazioni di forze provenienti da piani differenti, da esigenze animiche, debiti da incarnazioni precedenti, che, per la legge del Karma, hanno



prodotto un effetto, desiderabile o meno, opportuno o inopportuno, ma sempre perfetto. Se desideriamo comprendere, dobbiamo inerpicarci “oltre al mentale”, logico-cognitivo, separativo e integrare corporalmente in tutte le cellule il concetto che di tutto quello che ci accade nulla è sbagliato o frutto del caso, ma tutto è giusto e tutto è perfetto.

### **Tutto è al suo posto**

Quando affermo andare “oltre al mentale” intendo “oltre alla trave che grava sul nostro sistema nervoso”, proporzionalmente tarato sulle necessità karmiche della nostra esistenza. Se non integriamo la fondamentale necessità della presenza della trave, significa che stiamo ancora subendo gli effetti del nostro Karma.

Credo sia utile e auspicabile introdurre questa dimensione olistica, nel significato più ampio del termine, fuori spazio e fuori tempo, ove tutto è sincronico e unito, in modo da riappropriarci di quelle parti di noi che necessitano di ritrovare l'unità, per ricondurci all'essenziale.

La difficoltà di accedere a questo livello di informazione consiste, da un lato, nel pensiero lineare, nella primazia che viene riservata al pensiero logico; dall'altro nel credo cattolico che da secoli nega e mortifica il corpo, rendendolo peccaminoso e assumendo su di sé l'intermediazione dell'assunzione in cielo delle anime, a seconda che siano ritenute meritevoli o meno.

Da un certo punto di vista la soluzione di un'esistenza che termina con il conferimento delle “chiavi del Paradiso”, a seconda del comportamento tenuto nell'esistenza, è sorprendentemente comoda, ciò permette alla Chiesa cattolica

di assicurarsi ottime rendite di posizione.

Se passasse il concetto di “reincarnazione”, nei termini volgarmente intesi, ovvero di recupero delle informazioni dell’esistenza pregressa, il defunto anteporrebbe alla ricerca del Paradiso, quella di ottimi nascondigli dei propri averi, di cui usufruire una volta reincarnato. Ben saprebbe che questo Paradiso non può essere raggiunto in una sola esistenza e di conseguenza non avrebbe motivo per cercare intercessioni, più o meno caritatevoli, per fargli da apripista e farlo arrivare a questo o quell’altro stato celestiale.

### **«Come in cielo, così in terra»**

Ciò che deriva dalla parziale visione di un’esistenza alla volta, quindi non di un *continuum* di esistenze, è il concetto di assenza di responsabilità. Fino a quando siamo portatori di una sola esistenza rimaniamo “creature”, abdichiamo al nostro *status* di “co-creatori” e consegniamo al prete il potere di mondarci, pulirci, redimerci dai nostri errori e dalle nostre mancanze di comprensione, rinunciando a diventare adulti responsabili.

O integriamo che, essendo a immagine e somiglianza di Dio, siamo “co-creatori” della nostra realtà e che ciò influisce a tutti i livelli del nostro essere “come in alto così in basso” e ci permette di ritrovare la creatività nella nostra esistenza, oppure resteremo sempre e solamente delle vittime, delle “creature”.

Ciò si può includere nel principio di unità e globalità. La pratica quotidiana che permette un’interpretazione nel senso più facilmente comprensibile, si appoggia fondamentalmente su un concetto unitario del vivente, nel quale l’Essere Umano è protagonista, come fosse un “piccolo-tutto”

inserito nel “grande tutto”. Ippocrate diceva modestamente: «io l’ho curato, la Natura l’ha guarito». Si potrebbe precisare: “la sua natura l’ha guarito!”, vale a dire, quello che egli è, quello che egli pensa di essere, quello a cui crede, la sua unità, in contrasto con le tendenze disunificanti delle malattie e della paura lo ha guarito.

Quando ci mettiamo in una logica di tipo *continuum* e assumiamo su di noi la responsabilità dei nostri errori, ci emancipiamo dal concetto di pulizia dei nostri peccati.

### **Il rebus del Karma**

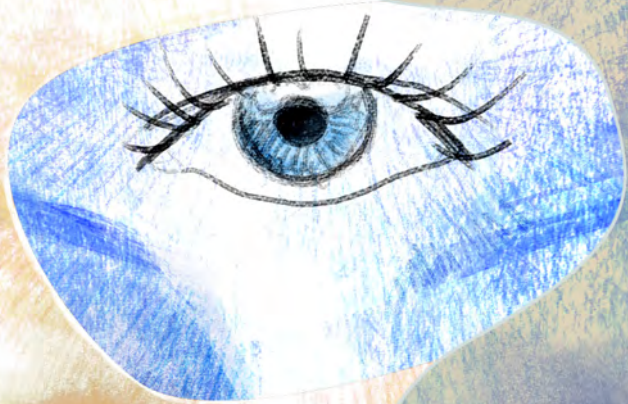
Il Karma è un rebus.

Ci troviamo a dover risolvere un problema, senza sapere che lo abbiamo e senza avere le istruzioni.

Risolvere questo rebus non si può, se non attraverso dei “maestri”: i “maestri” siamo sempre noi, noi che ci diamo dei calci nel sedere, noi che ci diamo delle spinte propulsive, che si manifestano negli incontri o negli scontri che creiamo, negli incidenti che provochiamo, nei traumi che viviamo, nelle esperienze che scegliamo o evitiamo.

Noi come “Maestri” facciamo sì che le potenzialità di questi eventi ritrovino un loro senso e ci riconducano alla motivazione essenziale, quella che l'anima ha deciso di integrare nella sua esperienza terrestre.

... I MAESTRI SIAMO SEMPRE NOI, ...



## 1.2. Intenzioni

La principale intenzione è quella di ricondurre sulle tracce di un dimenticato antico cammino, lastricato di essenziali insegnamenti, le persone che sono in ricerca - e che lo desiderano.

Possano i più esserne consapevoli o meno, in quanto Esseri Umani, indistintamente siamo tutti uniti simbolicamente e ontologicamente nello stesso cammino della nostra personissima Via Crucis esistenziale.

Le “tre cadute” di Gesù mentre con la croce avanza verso il calvario, e il suo “tre volte rialzarsi” ci indicano la via da seguire, ricollegandoci per mezzo del simbolo a una verità esistente ma nascosta, che si rivela in filigrana all’osservazione attenta di chi ha occhi per vedere e «*orecchie per intendere*».

Una verità non così materialmente fisica da poter essere toccata da chiunque *sic et simpliciter*.

### **Maestri della nostra Energia**

Accedere alle dinamiche energetiche che governano l’esistenza, che muovono la vita, che mantengono il nostro benessere e la nostra vitalità, che permettono all’Energia di circolare all’interno del nostro veicolo terrestre nella modalità più diffusa e libera possibile, significa divenire artefici, protagonisti, creatori di successi e saggi detentori della nostra salute.

Divenire maestri della nostra Energia esige rispettarci e amare noi stessi, alimentare la fiducia, selezionare i pensieri, ammorbidire il nostro Ego, rendersi conto delle cadute insite nel cammino e rialzarsi.

È nostra la responsabilità di permettere alla vita di trattenerci il più a lungo possibile, rinnovandosi permanentemente in noi.

Longevità e salute dipendono da come interpretiamo adesso, nel qui e ora, la nostra realtà unica e personalissima.

Già da piccolissimi, dall'arrivo su questo pianeta, in questa forma tridimensionale mammifera, che l'Intelligenza Infinita di cui siamo animati utilizza come supporto, abbiamo ereditato attitudini, tratti già presenti nei geni dei nostri genitori, che si conformeranno alle esigenze parentali. Dipendendo in toto dalla famiglia, che ci nutre e protegge, aderiamo senza indugio al modello parentale, qualunque esso sia.

Partendo dalla prima infanzia, attivando un esercizio di retrospettiva consapevole e benevola, se osservassimo le sopraccitate eredità potremmo già constatarne le inconscie tare di tipo socio-parentale, che limitano il nostro potenziale.

Lo scopo del libro è fornire un aiuto per espandere il più possibile la nostra attuale visione e familiarizzare con una dimensione "intrinseca" ed "essenziale", preesistente e centrale in noi, ma sommersa, in attesa di riemergere.

Essa è presente in noi da ben prima delle nostre esperienze di comprensione, dell'educazione ricevuta, opprimente o meno, delle storie pesanti o dei segreti familiari, esperienze vissute dalla nostra esistenza storica, che al contatto con la nostra parte "intrinseca e atemporale" si rivelano così minimali e così sorprendentemente poco rilevanti, da farci provare un senso di stupidità e anche di vergogna nell'accorgerci, giunti al suo cospetto, di aver dissipato così tanto del poco tempo che possediamo, identificandoci in esse.

La nostra primaria soggettiva percezione del momento è



certamente valida, necessaria e funzionale ed è unicamente grazie a lei se arriviamo oggi all'incontro con la nuova percezione.

La nuova percezione contiene in sé elementi di espansione tali che, nonostante emerga a noi per un tempo brevissimo, è in grado di esprimere una nota armonica vera, riconosciuta non solamente dalla mente, ma da tutte le cellule del corpo.

Successivamente la via necessaria per potersi mantenere e trattenere in questa che potremmo definire "frequenza armonica" è, a mio avviso, quella di neutralizzare le relazioni familiari difficili sospese o congelate, pacificandole.

Sarà a tal fine necessario implicarsi in un processo di rivisitazione, comprensione panoramica delle cause, allargamento della nostra visione, osservazione dei limiti dell'altro, della sua storia personale, delle eventuali privazioni affettive familiari vissute nell'infanzia, dei suoi bagagli di partenza, delle impossibilità, incapacità, inadeguatezze, povertà, in rapporto all'epoca della sua venuta su questa terra e non ultimo del suo Karma che ha causato tutto ciò.

Questa è la via che ci porterà alla "neutralizzazione" e alla conseguente "accettazione" di ciò che è stato, e che ora, trasformato grazie al nostro "sguardo" più consapevole e più ampio, ci permetterà di "perdonare".

Solo allora ci potremo render conto che nasciamo a noi stessi nel momento in cui riconosciamo autenticamente "necessaria" qualsiasi situazione vissuta nel passato, che ci abbia lasciato feriti, umiliati, rifiutati, abbandonati. Era fondamentale che essa si manifestasse e non poteva che essere così, poiché effetto del nostro Karma.

In relazione alla necessaria rivisitazione dei traumi con-

nessi alla storia familiare porto come esempio la storia di Manuel, un mio studente che, nel suo percorso evolutivo di guarigione, senti il bisogno di chiarire con la propria madre i segreti, i “non detti” e le tematiche da sempre evitate in famiglia.



## **RACCONTO DI MANUEL**

### **Un silenzio assordante**

Fu a Dublino, appena entrati al Saint Stephen’s Park seduti sulla prima panchina libera un pomeriggio di luglio, che riuscii a “mettere mia madre all’angolo” con un incalzare di domande sempre più precise sul periodo forse più sconcertante della sua vita: quello che riguardava la gravidanza che avrebbe dato alla luce mio fratello Fabrizio. Le feci finalmente “sputare il rospo” e che rospo... io desideravo sapere! Desideravo conoscere la sua storia, e la storia della nascita di mio fratello. Una storia taciuta, un segreto familiare, un argomento “intoccabile”. Intoccabile perché il dolore dei ricordi, quando sono troppo forti, è meglio cancellarlo o almeno tentare di farlo, congelandolo nella memoria, nella speranza che non riemerge. Le pochissime occasioni in cui mia madre ed io ci siamo imbattuti nell’argomento “figli”, tema che con due figli maschi adolescenti prima o poi, in una famiglia è inevitabile compaia, è sempre stato un momento piuttosto traumatico, solo poche battute pronunciate con tono scortese e scorbutico rivolto a me



o a chi si trovasse per caso nello sfortunato frangente: «*non fateli*», «*state attenti*», «*non farti incastrare*», «*non fare l'idiota*».

Una durezza inspiegabile, mai motivata, una di quelle verità personali indiscutibili, inoppugnabili, emesse con un tono di voce con la vibrazione della verità vissuta, una verità così assoluta da intimorire a tal punto da non poter ammettere repliche e nemmeno domande. Domande che se in alcune rare occasioni venivano poste al riguardo, si scontravano con silenzi e mutismo, come se proseguire nella conversazione fosse equivalso a cadere in un abisso. La maternità, la gravidanza, l'aver un figlio, essendo mio fratello ed io due “*enfants terribles*”, ma tutto sommato rispettosi e consci del fatto di avere un papà e una mamma fin dall'inizio dei nostri ricordi, di essere cresciuti, aver litigato, giocato, riso e pianto, mangiato, e obbedito (almeno fino a 14 anni) agli ordini dei genitori, ecco, da figlio, non avrei detto potesse essere un argomento così difficile da trattare. In fondo, dal mio punto di vista di bambino, non “costavamo tanto” e, a parte la confusione che facevamo, portavamo allegria.

La giustifico in quanto dovendosi confrontare con due figli maschi ed essendo lei sempre presente nella nostra realtà quotidiana, mai disattenta o distratta, sempre - come si usa dire - “sul pezzo”, una persona curiosa, ingegnosa, con infinite frecce al suo arco, sempre presente mentre nostro papà era fuori casa a lavorare e a dipingere: il polso era lei che doveva tenerlo fermo. Il pittore professionista ha bisogno di uno studio, dove poter creare in serenità ovvero disegnare e dipingere i suoi quadri, e il posto tranquillo di cui mio

padre necessitava non poteva essere in casa. Tuttavia, i due caratteri, quello di mia madre e mio padre potrebbero definirsi a “polarità energetica inversa”. Un padre con caratteristiche prevalentemente femminili, dolce e affettuoso, esteta, amante della poesia scritta e di quella nei paesaggi vissuta nella natura, amante dell’arte, pittore con predilezione per soggetti floreali, opera classica e musica, radio accesa 24 ore su 24 ore. Mia madre una polarità prevalentemente maschile, pantaloni militari, mentalità cartesiana (*cogito ergo sum*) mente scientifica, matematica e chimica, appassionata di circuiti elettrici, di idraulica e falegnameria, era lei che guidava la macchina, che si intendeva di motori, lei che era capace di disegnare e costruire l’arredamento del negozio di antiquariato, attività commerciale avviata insieme a mio padre dopo la scomparsa, in un solo anno, di entrambi i loro genitori. Per mia mamma prevale l’emisfero sinistro, calcolo, memoria, razionalità, logica, causa ed effetto, tecnologia, medicina allopatica, (*«l’omeopatia è una truffa»*), chimica e farmacologica, (*«il biologico è una puttana-ta»*). Quasi nessuna concessione allo spirituale, al sacro, anche se, in fondo non ha mai fatto a pugni con Dio, ma lo avrebbe fatto volentieri con i rappresentanti del suo Verbo in Terra.

Anche lei è però appassionata d’arte, discreta pittrice e scultrice, compositrice di malinconiche esistenziali poesie, in cui la *“destrudo interiore”* accompagnata a un Chianti o, in assenza del vino, anche a una birra, diventa il riferimento nella notte oscura. Poesie opportunamente occultate nei segreti cassetti della sua privacy.

Del resto è la sua generazione quella che «*guidava a farsi spenti nella notte per vedere se poi è tanto difficile morire*». La stessa di un Gino Paoli che si spara in pieno petto in un pomeriggio d'estate, «*perché annoiato, non avendo altro da fare*». Altro che pene d'amore!, la noia come ricerca del senso della vita dentro un '68, vissuto da alcuni in modalità protesta sociale e da altri in intimità, interrogandosi sull'agonia esistenziale.

La mia impressione è sempre stata che esistesse una sorta di "primo tempo" a cui non mi era dato l'accesso, e un "secondo tempo" in cui, in campo siamo arrivati noi due, Fabrizio ed io.

Eccoci qui, presenti.

Sì presenti, certo, vivendo, ma con una Coscienza di tipo mammifero, basica, essenziale per la crescita, dentro un ambiente protetto e sicuro, con due angeli custodi, mamma e papà: almeno questa era la mia percezione.

Del primo tempo nulla emerge, non se ne parla mai! Un silenzio assordante, direbbe Shakespeare.

Mi sono sempre domandato cosa potesse essere accaduto a mia madre per reagire così agguerritamente a semplici osservazioni sull'opportunità di fare dei figli. Tanta durezza, acredine, aggressività, ma perché? Di norma l'argomento, suscita nelle madri una moltitudine di ricordi, se non proprio piacevoli, comunque dei ricordi.

A Saint Stephen's Park quel pomeriggio ricevetti le mie risposte. Quasi piangendo la implorai di raccontarmi la storia della sua prima gravidanza, quella di mio fratello e, a quel punto, vedendomi così deciso a non mollare la presa e a sua volta commossa, tirando fuori dalla tasca dei fazzoletti di carta che di lì a poco sarebbero stati ba-

gnati di lacrime, la mamma aprì finalmente il libro dei suoi ricordi.

## **1967**

Quando mia madre, dopo un breve periodo di frequentazione con mio padre, si rese conto di essere incinta, non volle farglielo sapere; non volle che si sentisse “con le spalle al muro”, costretto dalla situazione a prendersi tale responsabilità.

Per questo motivo scelse di tenere segreta la gravidanza. L'aborto era ancora illegale e veniva praticato solo dalle cosiddette “mammane”; le possibili complicazioni di un'interruzione clandestina di gravidanza potevano essere mortali. Correva l'anno 1967, i movimenti studenteschi del '68 e di emancipazione femminile del '77 erano vicini, ma ancora troppo lontani. La possibilità di interrompere la gravidanza fu esclusa quasi subito dopo essere stata ipotizzata e il piano B fu la completa assunzione di responsabilità, rivolgendosi a una casa rifugio per ragazze madri, da sola. I suoi genitori, mio padre, l'intera famiglia, furono tenuti all'oscuro; a conoscenza dei fatti soltanto due amiche intime, fedeli e complici, custodi del suo segreto, anzi del loro, in quanto, anche se invisibile agli occhi, c'era anche mio fratello Fabrizio.

Una gravidanza clandestina a 26 anni. Sola.

Se di giorno una forza ancestrale temperamentale, caratteriale, fisica e psichica deve averla sostenuta per la maggior parte del periodo, come non immaginarla nelle lunghe notti di tremenda solitudine, sensi di colpa, fragilità, insicurezza, paura e chissà cos'altro?

Giorno per giorno - e nove mesi son lunghi - chis-

sà quante notti, lei e Fabrizio, passarono a farsi forza a vicenda, quali discorsi tra loro, quali patti inconsci di fedeltà e reciproca lealtà sono stati espressi.

Mio padre tenuto all'oscuro, lontano e assente.

Un'assenza che per Fabrizio è sempre stata colpevole, fin dall'inizio, pur non conoscendo le circostanze, come se suo padre ne fosse comunque responsabile. La balbuzie che da piccolo lo condizionava, le unghie divorate da onicofagia erano entrambi sintomi di aggressività trattenuta, per un senso di vendetta inaccettabile e inesprimibile, non contattata né rivisitata, nemmeno dall'adulto di oggi: *«tutte stronzate»*, direbbe.

Eppure per testimonianza diretta di una delle due intime e fedeli amiche, all'epoca complici di nostra madre, seppi che mio padre, non appena venuto a conoscenza della situazione, si assunse immediatamente e senza la minima titubanza, le proprie responsabilità, che per quei tempi non si limitavano, come oggi, al mantenimento del figlio, ma comprendevano il matrimonio.

Sposò così una donna "con dei numeri".

15 mesi dopo fui concepito io, all'interno del matrimonio, con un nido già preparato. Mio padre sul letto di morte mi disse *«sei stato fortemente voluto»*.

Regalo più bello non sarò in grado di restituirlo in questa esistenza, se non facendo della mia vita qualcosa di buono.

Essere "voluto", nel "sentito emozionale" di ciascuno, fa la differenza.

Nella mia crescita personale ho più e più volte, toccato con mano l'importanza, viva ed essenziale, di cono-

scere la storia della famiglia. Recuperare informazioni utili serve per cercare di capire i limiti delle persone, i loro vissuti, le loro storie individuali terrene, l'educazione ricevuta, il contesto storico, per comprendere meglio, per "rimettere a posto", per neutralizzare certe esperienze vissute, certi accadimenti dolorosi, poterli elaborare in una necessaria prospettiva più "integrata" e infine chiudere dei sospesi e, accettando ciò che è stato, esprimere, come un profumo spontaneo, il perdono.



Nel racconto di Manuel emergono aspetti cruciali dell'esperienza umana, vissuta dall'Anima incarnata.

Quello che, di certo, la madre di Fabrizio e Manuel non immaginava, non sapeva e a cui ancora oggi, probabilmente - stando al racconto di Manuel -, non crede, è che tutto ciò che ha vissuto, tutte le emozioni provate, l'umiliazione per la paura di essere scoperta, l'ingiustizia della situazione, la solitudine nel senso di colpa, il bisogno di sicurezza, il senso di abbandono e di impotenza per essersi sentita sconfitta da una realtà che non si aspettava e che, improvvisa, si imponeva in tutta la sua dura immediatezza, si sarebbero poi iscritte per via ormonale e per simbiosi nel feto e sarebbero state registrate dal cervello limbico emozionale di Fabrizio.

Gli stessi patti di lealtà e soccorso, trasmessi dalla madre al feto durante la gravidanza, possono manifestarsi nel figlio adulto, come un morboso legame di attaccamento reciproco e protezione a oltranza, che gli impedisce di

prendere liberamente in mano la propria esistenza, perché lo mantiene collegato a progetti manipolatori inconsci, che cementano la relazione madre/figlio in modalità tossica: il figlio diventa “il marito della madre” o desidera esserlo.

Questi aspetti, se non presi in coscienza, possono diventare elementi di disturbo e nevrosi.

*«Rendi conscio l'inconscio, altrimenti sarà l'inconscio a guidare la tua vita e tu lo chiamerai destino.»*

[Carl Gustav Jung]

Ognuno ha il suo Karma da guarire: ci troviamo dentro a un movimento perfetto, dove tutto quello che ci accade è anch'esso semplicemente “perfetto”. Sta a noi comprendere la trasmutazione necessaria da affrontare durante lo Spazio-Tempo della nostra esistenza. Possiamo opporci e considerarci semplici vittime, o peggio, comparse senza battute sul palcoscenico della nostra cosmica “*pièce de théâtre*”, oppure autentici protagonisti co-creatori della nostra realtà.





RENDI  
CONSCIO  
L'INCONSCIO



## **Il viaggio più affascinante**

Solo da questa importante consapevolezza può incominciare un viaggio interiore ed è questo, secondo me, il senso delle antiche frasi scolpite nel tempio di Delfi in Grecia: *gnōthi seautón* = «conosci te stesso», *medén ágan* = «nulla in eccesso», e *engýa pára d'até* = «impegnati e il male ti sarà vicino».

«Conosci te stesso» è, al contempo, la base del percorso di senso che permea tutta la ricerca e il mezzo per l'accesso alla comprensione della nostra dimensione autentica.

«Nulla in eccesso» spiega come funziona la chiave dell'esistenza, che si basa su funzioni energetiche. Quando sono consapevole di esistere, regolo la mia forma fisica; per farlo ho bisogno di prendere solo quello che mi è necessario e lasciare il resto agli altri. Regolazione interna significa fruire di quello che è giusto per me e serve solo a me e nulla più di quello che mi serve. La strutturazione della forma avviene attraverso materiale sia fisico, che emotivo. «Nulla in eccesso» ci insegna anche a non trattenere fardelli del passato: ingiustizie vissute, rancori, umiliazioni, abbandoni, rifiuti.

«Impegnati e il male ti sarà vicino» è l'insegnamento che ci indica quanto sia opportuno prendere le distanze da ciò che percepiamo come “male”; il fatto stesso di ingaggiare una lotta o impegnarsi in un'azione, presuppone che ci focalizziamo proprio su quello che desideriamo combattere o da cui ci vogliamo affrancare. Anziché restare invischiati in questa dinamica è saggio lasciar andare e liberare così la nostra Energia, permettendoci di svilupparne le potenzialità.

## **Unica via. “Evolvere”**

Ricollegarci nel quotidiano alla sorgente dell'Intelligen-

za Infinita è l'unica forma di evoluzione possibile. Ognuno lo farà a proprio modo, chi con la meditazione, chi con la preghiera, chi semplicemente con un dialogo interiore di gratitudine rivolto alla grandezza, alla perfezione o alla partecipazione nella creazione; così facendo, comunichiamo all'Essere Interiore l'odierno nostro posizionamento in rapporto alle vecchie informazioni disfunzionali, quali depressione, auto-svalutazione frustrazione, collera, paura, controllo, miseria, tristezza etc., introducendo nuova consapevolezza e armonia nel modo di considerare e vivere le relazioni e gli avvenimenti della vita.

Tutto ciò che si manifesta nel presente (manifestazione Yang) ha una o più cause nascoste (Yin): noi stiamo solo facendo esperienza.

È questa manifestazione, per quanto dolorosa o negativa, la maestra che ci insegna come fare a individuare il "nostro giusto modo" per ritrovare il cammino.

L'Universo si espande permanentemente in un dinamismo a spirale, la stessa spirale del nostro codice genetico, il DNA. Tutte le forme in natura nella loro essenza, noi compresi, sono una manifestazione della spirale cosmica.

Da questo presupposto armonico possiamo comprendere che un qualsiasi disequilibrio iniziale condurrà a nuovo equilibrio che, a sua volta, una volta raggiunto, non durerà molto e che nuovamente si disequilibrerà per poi nuovamente riequilibrarsi e disequilibrarsi, così per tutta la nostra esistenza. Fin quando l'Universo, informato permanentemente, tramite il nostro stato di coscienza, non vedrà che armonicamente siamo in perfetta risonanza, egli provvederà incessantemente a darci l'opportunità di armonizzarci, attraverso eventi carichi di significato.

### **Coerenza e perenne mutamento**

Al livello di coscienza in cui ti trovi oggi, tutto quello che tu credi di sapere è esattamente la prima cosa che può essere utile smettere di credere di sapere. Quello che oggi è sentito come “giusto” potrà domani essere percepito come “non giusto”, anzi, potrebbe forse essere il contrario.

Coerenza non è non cambiare mai idea, ma, al contrario, restare permeabile, nell’incessante mutamento permanente. Questo consente di rimanere aperti a un’evoluzione consapevole, se lo si ritiene utile, ovviamente.

Se non lo si desidera, si può scegliere di restare pietrificati e abbarbicati come cozze agli scogli delle proprie credenze e immutabili certezze, senza uscire mai dal guscio, ma ciò non impedirà all’evoluzione di proseguire il suo cammino.

Tuttavia, se non operiamo consapevolmente i cambiamenti che ci sono richiesti, o vi opponiamo resistenza, essi giungeranno inattesi e imperativi.

### **Un obiettivo ambizioso**

Quello che a noi può sembrare un obiettivo ambizioso, cioè di poter raggiungere un’anzianità di 100 o 120 anni è anch’esso frutto di una programmazione sociale ed economica.

Se noi abbiamo la possibilità di vivere i primi 60 anni senza malattie croniche significa che stiamo già facendo circolare l’Energia a un buon livello, i secondi 40 anni sono per il miglioramento della mobilità del corpo e per il mantenimento di questa migliore disponibilità acquisita nei primi 60 anni.

E dopo si può andare oltre, andare avanti.

Poniamoci una domanda: cosa sono le malattie croniche e da dove provengono?

Sono frutto della propria rinuncia al rinnovamento, conseguenza della paura di ri-attualizzare informazioni di base stagnanti e tossiche, vecchie modalità di pensiero e comportamenti, abitudini più o meno confortevoli e rassicuranti, ma al contempo limitanti, conseguenza della rinuncia a rileggere ciò che è successo di doloroso nel passato in un nuovo modo, preferendo tener spenta la luce, creare un'ibernazione che favorisca l'oblio, rinunce che ostacolano e impediscono all'Energia del tempo presente di raggiungerci e nutrirci, limitazioni a cui conferiamo cittadinanza e nelle quali ci radichiamo.

Sarebbe bello che già dalla nascita ci fossero fornite informazioni riguardanti il “perché” siamo arrivati su questa terra, l'utilità di ritrovare il senso della nostra incarnazione, per capire che cosa siamo venuti a realizzare qui e il libretto di istruzioni per farlo, ma salvo rarissimi casi (tra cui il Dalai Lama), tali informazioni non si acquisiscono con istruzioni dirette, non si trovano all'interno dei programmi didattici delle scuole o nei documentari televisivi.

Esse vengono inizialmente acclamate tramite ricerche personali, esperienze introspettive, incontri con persone straordinarie, letture sapienziali e motivate dal desiderio di trovare risposte nuove, rispetto alle precedenti in proprio possesso, ritenute “insoddisfacenti” nel proprio “sentire”.

Vengono poi successivamente confermate nella loro autenticità per il senso di pace che generano in noi.

Trascorso un certo periodo, il riferimento da esterno diverrà interno, sempre più organico in noi e in grado di fornirci autonomamente le “giuste risposte”.

“Sentire” ci consente un'apertura alla verità sensibile e

alla nostra unicità, ci apre alla fiducia in noi stessi, alla nostra coscienza multidimensionale psico-fisica, emozionale, spirituale, ci rende sempre più chiara la nostra identità, ci permette di decodificare la realtà nei suoi molteplici aspetti simbolici e di entrare in relazione con la sincronicità della realtà sottile, di coglierne la verità intrinseca e fare esperienza “cosciente” della parte atemporale, che è inscritta nel corpo e nell’esistenza temporale.

e' il cammino che fa il pellegrino  
o il pellegrino che fa il cammino







«Ognuno ha il terapeuta che si merita»

Fabio Rizzo

Osteopata, kinesiologo,  
massofisioterapista, riflessologo.  
In accordo con le leggi universali, ricerca la  
via dell'Autoguarigione dell'Essere Umano.

Autore di:

*Osteofluidica®. Il Cammino della Salute.*

*Cause energetiche dei disturbi e cura  
dell'Essere Umano* - ebook e libro,  
versione italiana.

*Osteofluidics the path to health* - ebook e  
libro, english version.

*Myofascial Expert Touch, corso di  
liberazione dei meridiani tendino muscolari*  
- DVD.

*Movimento Olistico* - 8 DVD di medicina  
complementare divulgativi di protocolli  
integrati a una visione olistica della salute,  
prevenzione e soluzione di frequenti  
disturbi e patologie - versione italiana.

*Holistic Motion* - english version.

Tutte le pubblicazioni sono disponibili sulle  
principali piattaforme online (Mondadori  
store, Feltrinelli store, Amazon, GooglePlay,  
Vimeo, Dvd On Demand) e in libreria.

<https://osteopatiafluidica.com/fabio-rizzo>

<https://vimeo.com/fabiorizzo>

Cosa sono la cura, la guarigione, le  
malattie?

Esiste un ordine superiore, una Legge  
Cosmica universale, a cui obbediscono  
non solo gli esseri viventi, ma ogni  
elemento del creato?

Il libro non dà risposte. Ha l'intento di  
prendere per mano il lettore e guidarlo  
ad addentrarsi in territori oltre frontiera,  
trasformando ardite e innovative teorie  
in una pratica terapeutica squisitamente  
umana.

L'intento di aprire un luminoso istante  
di totale e assoluta consapevolezza,  
si propone di vivere coscientemente  
*«L'Amor che move il Sol e le altre stelle»*,  
accompagnandoci, fosse solo per un  
attimo di eterno, all'incontro con l'infinita  
intelligenza della salute.

La salute è qui e ora.

*«È vera senza menzogna, certa e  
verissima.»*

Ci aspetta al centro di noi stessi.

€ 35,00

In copertina | © Illustrazione Alessia Mannini

