

**Enrico D'Errico**



**IO SONO UN'ANIMA**

Ritrovare se stessi  
ed entrare nel Regno di Dio



**FONTANA**  
EDITORE



Enrico D'Errico

# IO SONO UN'ANIMA

*Ritrovare se stessi  
ed entrare nel Regno di Dio*



FONTANA  
EDITORE

Titolo: IO SONO UN'ANIMA

Ritrovare se stessi ed entrare nel Regno di Dio

Autore: Enrico D'Errico

Formato: 17 x 24 cm

Pagine: 288

ISBN: 9788898750764

Pubblicato nel: 2019

Editore: Fontana Editore

Corso Ausugum, 98

Borgo Valsugana (Tn)

38051 Italy

[info@fontanaeditore.com](mailto:info@fontanaeditore.com)

[www.fontanaeditore.com](http://www.fontanaeditore.com)

Questo libro è disponibile anche in versione digitale.

Tutti i diritti sono riservati. Nessuna parte del libro può essere riprodotta o diffusa con un mezzo qualsiasi, fotocopie, microfilm o altro senza il permesso scritto dell'Editore.



## Sommario

RINGRAZIAMENTI	7
INTRODUZIONE	9
Post scriptum	13
PARTE PRIMA: GLI OSTACOLI ALLA CONOSCENZA DELLA VERITÀ	15
1. TROVARE LE RISPOSTE	17
Responsabilizzarsi	19
Prendersi cura del bimbo ferito	19
2. L'EDUCAZIONE FAMILIARE, RELIGIOSA E SOCIALE	25
Una società che corre	30
Ma la vita è adesso!	31
3. IL PROBLEMA DELL'IDENTIFICAZIONE	33
Come potete possedere la terra?	36
Abbasso la guerra!	39
Vuoto e possessione	39
La storia biblica di Giobbe a proposito della nostra vita	41
4. L'INDUSTRIA ALIMENTARE, FARMACEUTICA, LE DROGHE: COME TENERE ADDORMENTATA LA MASSA	43
Il Caffè	47
Lo Zucchero	48
5. LA LOTTA PER L'ACQUISIZIONE DELL'ENERGIA	51
Venga il tuo Regno, sia fatta la tua volontà come in cielo così in terra	55
Il signore delle mosche	56
Le pratiche energetiche	57
6. GUARDATEVI DAI FALSI MAESTRI	59
Le aspettative degli altri	63
Proclama nei confronti della Chiesa Cattolica Romana e altre religioni organizzate	65
7. VIVERE O SOPRAVVIVERE?	67
Parassitismo	70

PARTE SECONDA: COME SUPERARE GLI OSTACOLI TRASFORMANDO LA NOSTRA VITA PER PREPARARE L'AVVENTO DEL REGNO DI DIO	73
1. LIBERARE SE STESSI APPRENDENDO LA VERITÀ	75
Il senso di colpa	77
Che cosa è quindi realmente il senso di colpa e perché esiste?	78
Perdona!	79
Chi può renderci liberi?	80
2. DALLA POSSESSIVITÀ ALLA CONDIVISIONE, DAL GIUDIZIO ALLA COMPASSIONE	83
La relazione di coppia: depredare o donarsi?	85
Matrimonio e sacerdozio	89
Alchemizzare le passioni	92
De vita monastica	95
3. IL PENSIERO VERTICALE	99
Siete nel mondo ma non siate di questo mondo	101
Psicofarmaci e possessione	106
Siate operai nella messe del Signore	107
4. LE LEGGI DI COMPENSAZIONE, DELL'ANALOGIA E DELLO SPECCHIO	109
La legge di compensazione	111
La legge dell'analogia	112
La strage degli innocenti	114
I rumori: che fastidio!	115
La legge dello specchio	116
Il raffinamento della coscienza	118
5. SUL DIRITTO D'AUTORE	121
Canalizzare	125
Canalizzare con umiltà e senza attaccamento	126
6. PRENDERCI CURA DI NOI STESSI	129
Il canto: il nutrimento di Dio	131
Il silenzio t'insegnerà tutto quanto	133
La malattia: una nuova comprensione si fa strada	134
Il check up giornaliero: la verifica di ciò che restituisco alla terra	140

I parassiti	142
Il muco	145
L'urina e il sudore	146
Dormire	146
Lavarsi	147
Il pediluvio	149
Sul diabete e lo stress da infanzia	149
7. VITA E ALIMENTAZIONE: LA NUTRIZIONE SPIRITUALE IN BASE AI DETTAMI DELL'ANIMA	153
Cosa, quanto, quando e come mangiare	155
Spiritualizzare la materia	162
La classificazione degli alimenti secondo lo yin e lo yang	164
La cottura: come bilanciare le energie yin e yang per rendere il cibo più adatto al consumo umano.	166
Gli stili di cottura	167
Scottare	168
Bollire	168
A vapore	168
Stufare	169
Saltare con acqua	169
A pressione	169
Tostare	170
Saltare con olio	170
Soffriggere	170
Friggere in immersione	170
Al forno	171
Alla piastra	171
Barbecue	171
La scelta dell'olio	171
Le pentole	172
I cinque gusti nel piatto	173
Spazio e tempo	174
Il metodo Very Fast Natural Cooking	175
L'uso del frigorifero	176
Quanto mangiare	179
Che fare a colazione	186
Il digiuno	187
La cucina terapeutica	189

La crema	190
La zuppa	190
Le intolleranze alimentari	192
L'acqua: come depurarla, come energizzarla	193
Avere compassione verso di sé: uno sguardo diverso sui disturbi alimentari.	195
Ricette	196
8. CAMBIARE LO SGUARDO	203
Tutta la fame del mondo	205
Elemosina per alleggerire la coscienza	206
Avere o Essere	208
Dio o uomo? Essere o non essere?	209
9. PURIFICARE SE STESSI E IL PIANETA	211
L'arte della preghiera	213
Pregare e ripulire	220
Hoo-oponopono	222
10. LASCIA TUTTO E SEGUITI!	225
Lascia tutto e seguiti!	229
11. SIATE VIGILANTI E PRONTI!	233
La sollecitudine di Lot	236
12. ASSUMERSI LA PROPRIA RESPONSABILITÀ	243
Tutti a scuola	245
Responsabilizzarsi	247
13. SIATE OPERAI NELLA MESSE DEL SIGNORE	253
Continuate ad acquistare potenza nel Signore	255
Separare	255
Separare, ovvero distinguere, discernere	256
14. VIVERE CONSAPEVOLMENTE L'AVVENTO DEL REGNO DI DIO	261
Tornare a casa	264
Ama il tuo nemico!	269
Io sono di Dio	269
Costruite il vostro tempio!	274
CONCLUSIONE	277
BIBLIOGRAFIA	281



# RINGRAZIAMENTI

Molte persone meritano di essere ringraziate per il loro contributo alla realizzazione di questo libro:

Salvatore Brizzi che ha impresso nella mia mente, e in seguito nel mio cuore, la necessità di credere in me stesso.

Massimo Bianchi, il mio più fedele collaboratore al lavoro di risveglio interiore. L'editore Rocco Fontana, per aver creduto in me e aver compreso l'importanza del mio lavoro.

Leonardo Michelet per la sua generosità.

Desidero ringraziare mia figlia Clara, uno dei doni più belli che abbia mai ricevuto: ella ebbe appena il tempo di guardarmi intensamente negli occhi alcune volte, prima di tornare nel luogo da dove era arrivata appena pochi mesi prima. Solo un paio dei suoi sguardi intensi bastarono a farmi capire che non avrei più potuto sprecare la vita in attività non remunerative per me e i miei simili.

A lei soprattutto dedico questo mio lavoro.

Ringrazio anche Valerie e Andrea per avermi accompagnato con pazienza in una parte importante della mia vita.

Grazie a Wanda, Giuliana, Francesco e Ornella.

Ringrazio Monsignor Martin, vescovo della chiesa greco-ortodossa francese, esempio vivente di grande devozione. Grazie anche a tutti quelli che vivono e lavorano al Monastero di San Michel du Var.

Ringrazio particolarmente Padre Francisco, sacerdote in Brasile, mio grande amico.

Estendo la mia gratitudine a Rik Vermuyten per avermi stimolato, molti anni fa, a scrivere un libro; a Giancarlo Tarozzi e MariaRosa Greco per avermi permesso di incontrare per la prima volta il mio bambino interiore; sono grato anche a tutti gli altri meravigliosi insegnanti che ho avuto il privilegio di conoscere: Lino Stanchich, Michio Kushi, Carlo Guglielmo, Ferro Ledvinka, Paolo Antognetti, Renè Levi, Adelbert Nelissen, Chico Varatojo, Montse Bradford, Martin Halsey, Alejandro e Christobal Jodorowsky, Giuliano Guerra.

La mia stima e il mio affetto per sempre a Roberto Senesi, Paola Ferraro, Rosanna Carenza, Devorah Medwin, Marie-Ange Eymat, Valentina Biarese, Marie Matthieu, Elena Laici, Arianna Lobi.

Un posto speciale nel mio cuore è riservato infine ad Erica Bez: grazie.



# INTRODUZIONE

*“Ciò che tu vedi non è, e per ciò che è tu non trovi parole”*

Non amo molto le letture di puro intrattenimento, anche se a volte, leggendo con attenzione, è possibile comunque scorgere dei significati importanti, delle indicazioni inaspettate. Preferisco leggere, e quindi anche scrivere, approfondendo argomenti che possano influire sensibilmente sul mio stato di coscienza e su quello dei miei lettori. È inevitabile, quindi, affrontare temi che la maggior parte della gente trova poco interessanti o addirittura fastidiosi. Se gli scrittori e gli editori si limitassero a lavorare su soggetti che siano accettati a livello popolare ed essere quindi commercialmente produttivi, sparirebbero dal mercato gli unici libri in grado di orientare le persone nel percorso dell'evoluzione individuale. Non ho la presunzione di pensare che ciò che scrivo sia indispensabile per la crescita spirituale di te che mi stai leggendo, ma sappi che sono stato vagliato e raffinato dall'esistenza attraverso prove particolarmente dure. Sono passato, come direbbero alcuni padri della chiesa, attraverso il deserto; lì ho cominciato a conoscere l'umiltà, la pazienza, la perseveranza, tutte doti che non possedevo per niente. Sto parlandoti in questo modo perché mi sto chiedendo quale diritto abbia di scrivere un testo particolare come quello che ti accingi a leggere, quali siano i doveri che mi spingono a cimentarmi in un lavoro così impegnativo e che motivazioni alberghino realmente nel mio cuore. Devo vagliarmi per scoprire se ancora ci sono pulsioni dovute al mio ego insaziabile, vedere se ciò che mi muove è un motivo puro o se ancora affiorano vecchi rancori e i relativi movimenti di rivalsa, tentativi grotteschi di ricostruire la mia autostima.

Resta comunque il fatto naturale che un essere umano possa sentirsi spinto a divulgare informazioni potenzialmente utili al benessere collettivo. Naturalmente ciò si scontra inevitabilmente con le reazioni negative delle persone in cui esiste ancora solo il desiderio di poter continuare a dormire il sonno della coscienza. Da sempre coloro che tentano di risvegliare l'umanità sono violentemente osteggiati e visti come il fumo negli occhi; spesso sono presi per pazzi visionari o ca-

tastrofisti, e questo solo perché, avendo “occhi per vedere”, sono in grado di accedere a preziose informazioni molto prima delle altre persone. Ad esempio, chi conosce il modo di comportarsi dell’universo con le sue leggi, osservando lo sviluppo degli eventi sul pianeta, sa che stiamo vivendo un enorme cambiamento. Naturalmente nessuno ne parla se non in termini molto “all’acqua di rose” per minimizzare il problema ed evitare, dicono, la diffusione del panico. In realtà sono tutti schiavi del potere costituito e quindi solo preoccupati di mantenere l’attuale status-quo e continuare a spolpare sino all’osso sia le persone che il pianeta. Io amo questa terra e dato che soffro nel vederla maltrattata, molti anni fa ho cominciato a desiderare di conoscere la verità, perché solo attraverso di essa avrei potuto liberarmi dalla morsa dell’ipnosi e forse aiutare altre persone sul mio stesso cammino.

Credo che l’episodio che ha cominciato a cambiare la mia vita sia avvenuto quando avevo circa sedici anni: allora non potevo sapere che si trattava del mio primo piccolo segnale di risveglio. Mi trovavo nella mia camera quando cominciai a sfogliare una Bibbia con un interesse diverso dalla curiosità con la quale ero solito leggere altri libri. Con trepidazione mi accorsi che le parole che scorrevano sotto i miei occhi erano vive e stavano parlando proprio a me. Subito mi spaventai, ma poi, procedendo nella lettura, acquistai fiducia. C’era come una presenza che, infondendomi un senso di pace, stava tentando di iniziare a sottrarmi al buio dell’incoscienza.

Cominciò forse così il percorso spirituale che mi ha condotto fin qui, e cioè alla realizzazione di questo libro.

Il principale problema con cui ho a che fare attualmente è cercare di restare sveglio. È molto impegnativo: da un lato la mia natura pigra e indolente, dall’altro le persone intorno che cercano con inconsapevole determinazione di reprimere ogni mio minimo anelito alla Luce. E badate bene che questo non accade solo a me: la stessa cosa succede a ciascuno di voi che state leggendo queste parole. Tutti arriviamo sul pianeta con uno scopo preciso che poi, in genere, dimentichiamo. Potrebbe essere questa una delle problematiche che rendono la nostra vita così frustrante e priva di significato? Non sarà forse questa una delle spiegazioni all’angoscia esistenziale che attanaglia la maggio-

ranza delle persone che calcano il suolo della terra? A questa e altre importanti domande cercherò di dare risposte nelle pagine seguenti.

Il compito che mi propongo è alquanto arduo; è una vera e propria sfida riuscire a parlare dell'essenziale che è invisibile e indescrivibile. Si tratta forse di una battaglia persa in partenza? Parlare di ciò che è indicibile a persone che dormono il sonno della coscienza e sembrano non poter percepire il potere vivificante del linguaggio umano... sì, pare proprio impossibile!

Ma io sono un artista e so che quando recito una poesia, che in apparenza è fatta solo di parole, posso impregnarla di un profumo speciale, di un sapore, di un suono che non è mio ma arriva dall'alto: arriva da Colui che è in grado di aprire ogni cuore, Colui che vuole ridestarci a nuova vita. So che quando canto, ciò che esce dalle mie labbra non è soltanto un suono prodotto dall'aria che attraversa le corde vocali e vibra nella mia cassa toracica. Se io mi faccio da parte, se la mente tace, se l'ego sparisce, il canto non è più mio, ma si trasforma in un salmo, un cantico, una vera e propria preghiera che discende dal cielo e al cielo ritorna esprimendo gratitudine. Quando fotografo sento la preziosa opportunità e responsabilità di farmi portavoce di bellezza; devo cogliere in un istante magico ciò che vedo e mostrarlo ad altri impregnato dell'emozione provata al momento dello scatto. Forse questa potrebbe essere la chiave per raggiungere i vostri cuori, per fertilizzare quel piccolo seme di Luce che risiede in voi.

Se tu fossi già sveglio ogni cosa che ti circonda sarebbe impregnata di una musica soave per le tue orecchie; ogni cosa avrebbe un profumo delizioso e il vento che accarezza la tua pelle ti procurerebbe un'estasi continua. Provi questo ogni volta che ti alzi al mattino e fino alla sera quando ti corichi? Ogni giorno è per te una nuova avventura? Stai vivendo **qui e ora**, slegato dal passato e senza minimamente preoccuparti del futuro? Se la tua risposta è sì, forse questo libro non ti serve, ma in tutti gli altri casi, se vuoi, puoi leggerlo. Probabilmente sarai in grado di cogliere la compassione, la trepidazione e il senso d'urgenza con il quale è stata scritta ogni singola parola.

Ciò che sto per dirvi potrà sembrarvi banale ma... la vita è veramente

un dono meraviglioso. Però se dormite, mentre potreste vivere consapevolmente, la vostra vita sarà certamente un inferno. Se pensate di poter sfuggire da questo inferno dormendo di più, vi sbagliate di grosso; l'esistenza cercherà di svegliarvi con la forza, vi darà la caccia "impietosamente" per stanarvi da qualunque pseudo-rifugio abbiate scelto. Lo farà perché deve: infatti, proprio voi stessi avete deciso di venire su questo pianeta non per dormire ma per essere attivi operatori di pace e lenire le sofferenze dei più deboli. Se cercherete di sfuggire a questa responsabilità, l'esistenza non vi darà tregua. Se vi rifugiate nel vittimismo, nella lamentela (*povero me, mi capita veramente di tutto!*) la vita verrà a cercarvi con incidenti, disgrazie e malattie; e così vi sembrerà di avere proprio ragione di lamentarvi. Allora s'inescherà un circolo vizioso senza via d'uscita, una spirale discendente senza fine, dove neanche la morte potrà rappresentare un sollievo.

Io ho trascorso la prima parte della vita proprio come fate tutti voi: a lamentarmi, credendomi vittima di un destino crudele. Ora basta: non voglio dedicare più un solo minuto a credermi sfortunato. Tutto il tempo che mi resta prima di lasciare questo vestito logoro, lo dedicherò a spiegarvi come credo che stiano le cose, a supplicarvi di uscire dal vostro sonno ipnotico, dai conflitti, dal logorio costante, dal labirinto infernale in cui voi stessi vi siete cacciati. La via d'uscita esiste, è ovvio, ma voi non ci credete perché non la vedete, e non la vedete perché non ci credete. Il libro contiene numerose indicazioni su come trovarla. Ma dovrete essere saldi e forti perché il cammino è zeppo di ostacoli<sup>[1]</sup>, tranelli insidiosi, specchietti per le allodole, falsi amici, falsi confortatori e falsi profeti: trappole di ogni tipo insomma; a ogni ostacolo non superato c'è il rischio di arenarsi per lungo tempo, e ogni volta c'è la forte tentazione di lasciarsi andare, perché camminare, procedere con audacia e spirito d'avventura è spesso impegnativo e faticoso.

Se non ve la sentite di affrontare difficoltà tanto vale che restiate dove siete, a dormire nella vostra bella cuccia calda. In fondo, anche se già state soffrendo, potete sempre ricorrere all'anestetico che avete più a portata di mano, forse vostra moglie o vostro marito, oppure consolarvi manipolando i vostri figli. Se questo non basta potete iniziare a rimpinzarvi di cibo, comprarvi un sacco di cose inutili o avere molti partners per occasionali e frettolosi incontri erotici. Infine pote-

te anche assumere psicofarmaci o altre droghe voluttuarie; fate voi.

Certo è che invece siamo su questo bel pianeta per un'unica ragione: amare. "Amare" e non "essere amati". E per imparare a farlo dobbiamo perfezionare i nostri meravigliosi talenti, le qualità che il Padre stesso, frammentandosi in noi, ci affida per ampliare la sua consapevolezza e il suo amore.

Buona lettura.

## POST SCRIPTUM

1. Il libro contiene alcune citazioni bibliche. Quando le scritture non sono riportate nel testo, vi consiglio caldamente di cercarle sulla vostra copia della Bibbia mentre procedete nella lettura. Esiste in esse una forza in grado di portare il vostro ascolto dal livello della mente a quello del cuore; questo forse vi consentirà di cogliere l'essenziale che sfugge alla comprensione intellettuale.
2. Scrivendo questo libro ho osservato me stesso con attenzione per verificare ogni volta le mie intenzioni e quale spirito fosse presente. Prima di scrivere ho sempre chiesto al divino di guidare le mie dita e tenere fuori il più possibile il mio ego, la mia personalità. Sono piuttosto soddisfatto del lavoro eseguito ma vorrei aggiungere delle precisazioni. Alcune parti del libro sono più didattiche e discorsive; altre sono veri e propri stralci di poesia; ma altre ancora contengono uno spirito che potrebbe essere facilmente interpretato come rabbia o giudizio: io vi assicuro che non c'è quello che potreste essere portati a vedere. Sapete qual è la differenza tra rabbia e indignazione? La prima è un sentimento che nasce nella pancia, una vibrazione molto densa in grado di muovere tutto il corpo e spingerlo ad azioni sconsiderate e irrefrenabili. La seconda è invece una qualità che nasce nell'anima; un'emozione superiore che spinge il cuore a parole e azioni tali da scuotere le menti più intorpidite per far notare agli esseri umani la meccanicità della loro esistenza.

1. (2° Corinti 11:13-14)

Quando il Signore fu sulla terra mediante il suo corpo fisico, non fu mai un solo istante in una vibrazione grossolana come la rabbia; quando nel tempio rovesciò i tavoli dei venditori e dei cambiavalute, fu solo mosso dallo zelo che lo impregnava: la sacra responsabilità di difendere la Verità e il Padre suo. Naturalmente non posso e non voglio paragonarmi a Gesù, ma sento anch'io l'ardente desiderio di difendere ciò che è sacro. Prova a fidarti di ciò che dico: potresti anche scoprire che non ti sto mentendo ma che ho solo il desiderio di aiutarti.



**PARTE PRIMA**

**GLI OSTACOLI ALLA  
CONOSCENZA  
DELLA VERITÀ**

*“...tutto il mondo giace nel potere del malvagio.” (1° Giovanni 5:19)*



**1**

**TROVARE LE RISPOSTE**

A series of 30 horizontal dotted lines for writing.

## RESPONS-ABILIZZARSI


Ciascun essere vivente è chiamato a trovare risposte alle domande fondamentali che da sempre sono rivolte all'uomo: *"Chi sei? Da dove vieni? Perché sei qui?"* Ma l'uomo deve anche trovare risposte a domande che gli vengono rivolte individualmente. Ciascuno ha un proprio percorso e dei particolari talenti da sviluppare, che naturalmente non possono essere gli stessi di un altro; forse simili ma mai uguali. Quando ero bambino cominciai a soffrire di alcuni disturbi che solo ora stanno trovando vera soluzione. Perché solo ora? Perché adesso trovo spesso risposte alle mie domande, mi sto *"respons-abilizzando"*, sto diventando cioè abile, capace di trovare le risposte alle domande che mi sono poste. Il mio corpo presentava dei sintomi e io, non sapendo interpretarli, mi sono sempre rivolto ad altri per trovare la soluzione. Ma è evidente che mai nessuno avrebbe potuto rispondere a domande che erano rivolte a me. Se deleghiamo, se attribuiamo agli altri il potere di risolvere i nostri quesiti, loro se lo assumono; ah! quanto si gonfia l'ego quando qualcuno ti chiede un consiglio, vero? La stessa cosa, ma più in grande, succede alla maggioranza di coloro che definiamo medici: diamo loro molta importanza e li paghiamo pure profumatamente per qualcosa che non sono in grado di fare.

Ritorna a te stesso, ricomincia a occuparti di te; per la cura del tuo bimbo interiore tu sei la persona più adatta: lui si fida solo di te. Tendi gli la mano e invitalo a uscire da quell'angolo in cui è rintanato. Sii cauto, è molto spaventato... l'hai abbandonato per tanto tempo: come vuoi che ora si fidi immediatamente di te? Vi racconterò una mia esperienza veramente illuminante.

## PRENDERSI CURA DEL BIMBO FERITO

Anni fa ho partecipato a un incontro esperienziale che mi ha consentito di rilassarmi e avere accesso a uno stato di coscienza nel quale sono stato messo in contatto con il vero me stesso e il mio bambino ferito. In genere sono piuttosto diffidente riguardo a certe pratiche che si sono diffuse negli ultimi decenni, ma il mio istinto mi disse che avrei potuto fidarmi. Fu un'esperienza indimenticabile e molto proficua. Uno dei segreti di questa disciplina sta nel fatto che i nostri antenati sapevano

molto bene come la mente, con i suoi pensieri, costituisca una vera trappola che ci impedisce di accedere al nostro sé profondo: all'anima. Quindi trovarono un espediente per tenerla occupata: il suono dei tamburi. La mente si concentra sul ritmo che viene scandito alla stessa velocità del battito del cuore umano, così tu, puoi tranquillamente andare dove vuoi. Essa è distratta dal tamburo e grazie al cielo non riesce, per sua natura, ad occuparsi di due cose contemporaneamente. Molto bene quindi; in questa condizione si è liberi di farsi gli affari propri: i corpi non ci padroneggiano e come anima si può andare dove e quando si desidera. Non si è più sottoposti alle gravose leggi esistenti sul pianeta, spazio e tempo assumono connotati enormemente diversi. Ciò che vidi non era una semplice visione immaginaria: era la realtà. Finto e immaginario è il film che è proiettato nel nostro cervello 24 ore al giorno e che ri-proiettiamo all'esterno di noi. La realtà è assolutamente invisibile agli occhi della mente. Col tempo non sarà più necessario fare pratiche particolari per vedere la realtà delle cose, per essere nel *Regno*, pur vivendo pienamente incarnati nel mondo<sup>[1]</sup>. Gli occhi fisici diventano, sotto la nostra gestione di anime, in grado di interpretare la realtà. Per descrivere meglio ciò che intendo dire, mi servirò di due semplici disegni. Quando vi siete incarnati sulla terra avete scelto e costruito dei corpi che vi consentissero di svolgere delle attività sul piano fisico, corpi con i quali ora vi potete identificare e che gli altri vedano, così da poter interagire con voi. Tali corpi sono molto utili quindi, ma il problema è che sotto l'influenza planetaria, densa e grossolana, diventano quasi autosufficienti, cioè non siete più voi come anima a servirvene ma conducono una vita propria utilizzando la vostra energia "a sbafò".

Voi siete il punto di luce al centro del disegno (fig. 1) e gli anelli intorno, procedendo dall'interno verso l'esterno, sono il corpo fisico, che è il più piccolo, poi viene il corpo emotivo o astrale, più grande del precedente, e quindi il mentale, di densità ancora più sottile e più diffuso verso l'esterno. (In realtà i tuoi corpi sono più numerosi, ma per ora hai coscienza solo dei primi tre). Sino a che la nostra coscienza è dormiente, l'anima è come intrappolata nei corpi (fig.1),  ma col trascorrere del tempo, allargando il suo territorio, gestisce e illumina tutto il corpo (fig.2).

1. *Regno e mondo* rappresentano due stati di coscienza. Approfondiremo l'argomento nel corso del libro.

Fig.1

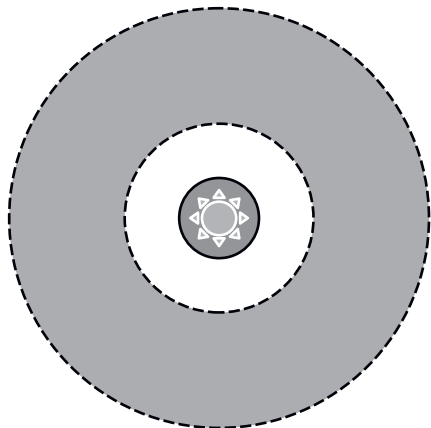
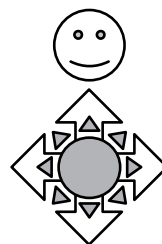


Fig. 2

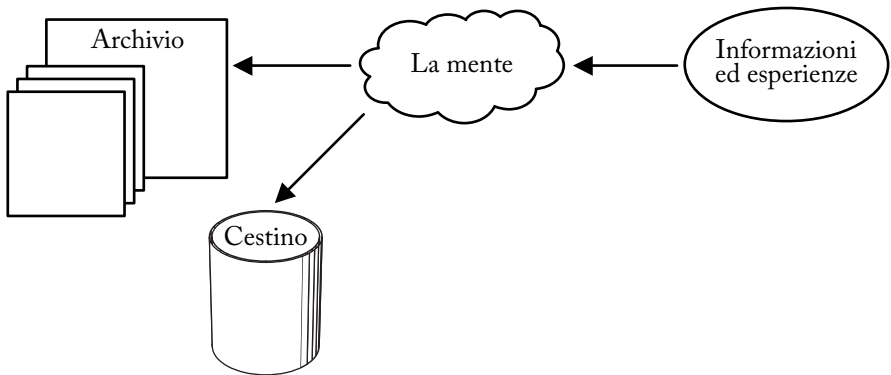


Servendomi dell'illustrazione successiva (fig. 3), desidero invitarvi a modificare un comportamento che mettete in atto da sempre.

Con ogni probabilità, tu, anima che stai leggendo questo libro, sei prigioniera del corpo che hai. Gli occhi che possiedi non sono ancora in grado di andare oltre ciò che sembra essere l'unica realtà. La tua mente non fa quasi mai la tua volontà, ma usa la tua energia per portare a spasso il corpo fisico. Quindi, e questo è il punto cui voglio arrivare, non appena ai tuoi sensi arrivano informazioni, essa provvede con solerzia a filtrarli attraverso le esperienze passate, e catalogarli archiviandoli frettolosamente. La tua mente in realtà fa proprio un buon lavoro; essa è stata concepita per salvaguardarti, per difenderti dai pericoli, per garantire la tua sopravvivenza. Ma, poiché non siamo su questa terra solo per sopravvivere, come anima t'invito a tentare di riprendere il controllo del tuo corpo, per poterlo utilizzare al meglio. Questo non sarà facile perché la tua mente agisce in maniera meccanica, e quindi, non appena hai letto le prime frasi del libro, si è messa subito all'opera per catalogare ciò che le arriva. Disporrà il materiale letto come meglio crede *“Questo lo so già... questo non m'interessa... questo lo mettiamo lì... che mi può essere utile, e questo... vediamo... oh no, questo è proprio pericoloso... via, nel cestino delle cose da scartare!”*, e tu, dolce anima, sarai impotente di esprimere la tua volontà e non ti potrà arrivare energia

per iniziare a riprendere possesso di ciò che in realtà è tuo. Ma, se sarò abile, forse riuscirò a farti arrivare qualcosa comunque. Un pochino di energia che, in mezzo alle parole, tu possa cogliere e “mangiare”. Credo, infatti, che tu soffra un po’ di denutrizione, a causa della tirannia cui ti sottopongono i corpi. Se riesco a far passare del buon cibo tra le sbarre della tua gabbia, forse riuscirai a trovare la forza di liberarti.

Fig.3



Tornando alla mia esperienza di qualche anno fa, durante un rito sciamanico, ecco cosa vidi: mi trovavo alla base di una piccola collina e, rivolgendo lo sguardo verso la sommità, scorsi un grosso albero che, colpito da un fulmine, era stato devastato e annerito dalle fiamme. Guardando meglio mi accorsi che alla base c’era una grossa cavità al cui interno si trovava un essere accucciato che aveva in mano una lancia. Mi sembrava di conoscerlo, e avvicinandomi meglio non ebbi alcun dubbio: ero io stesso. Lui, vedendomi arrivare fu per un attimo colto dalla sorpresa, come se non si aspettasse di vedermi. Poi, si sollevò dalla sua tana cominciando a venirmi incontro. Ciò che vidi mi commuove ancora adesso. Lui era molto magro e sul viso e il corpo si notavano i segni di lotte che, evidentemente, aveva dovuto sostenere. Era, come l’albero, tutto annerito dal fumo, ma mentre si avvicinava mi accorsi, che insieme a uno sguardo meno spaventato e più fiducioso, comparivano dipinti sul suo viso i colori di un guerriero; un ragazzo denutrito e umiliato, ma pur sempre un guerriero. Quando fui a pochi passi da lui vidi che era completamente ristabilito nella sua statura di uomo adulto come me, fiero e felice di starmi di fronte. Ora, aveva in



mano una seconda lancia che mi porse con dolcezza ma con vigore. *“Bene”, mi disse, “ora è tempo che tu ed io si combatta”*. Fui colto da timore al pensiero di doverlo affrontare, e dissi *“Ma no, qualcuno potrebbe farsi male!”*. *“No, non preoccuparti”*, mi rispose, *“nessuno si farà male, vieni, combattiamo!”* E iniziò un confronto che più che un duello aveva tutta l'aria di essere un addestramento, una lezione sull'arte di essere Guerriero. Era bellissimo essere lì con lui, le nostre lance roteavano e studiavamo ognuno le mosse dell'altro, grati e fieri di affrontarci così. Quest'evento si è profondamente impresso in me e ha veramente cambiato il corso della mia vita.

Anche in te esiste un guerriero reso impotente dalle circostanze della vita. Ritrovalo e salvalo. Lui ti addestrerà per tornare a essere l'Uomo che hai dimenticato d'essere.

Nei prossimi capitoli cercherò di descrivere alcuni dei principali ostacoli che hai incontrato e ancora dovrai affrontare nel corso della tua vita. Cominceremo esaminando insieme come l'istruzione sociale, familiare e religiosa ha tarpato le ali del tuo bambino interiore.



# 2

## L'EDU-CASTRAZIONE FAMILIARE RELIGIOSA E SOCIALE

Una canzone di Giorgio Gaber recita così:

*“Non insegnate ai bambini  
non insegnate la vostra morale  
è così stanca e malata  
potrebbe fare male.*

*Forse è una grave imprudenza  
lasciarli in balia di una falsa coscienza.*

*Non insegnate ai bambini  
non divulgate illusioni sociali  
non gli riempite il futuro di vecchi ideali  
l'unica cosa sicura è tenerli lontani dalla nostra cultura.”*

A series of 25 horizontal dotted lines spanning the width of the page, intended for writing or drawing.

Per secoli abbiamo generato figli e figlie presumendo di avere qualcosa da insegnare loro, ma abbiamo attinto soltanto a un fardello pesante di regole assurde capaci di castrare il potenziale dei nostri bambini. Invece di stare in attento ascolto di cosa loro avevano da riferirci riguardo al mondo spirituale, invece di rispettare la loro preziosa unicità, la loro individualità, abbiamo ritenuto opportuno doverli educare quasi esclusivamente alla realtà pratica della vita di tutti i giorni, a farne dei bravi e onesti lavoratori, padri e madri di famiglia.

È stato un disastro. Non avevamo nulla d'interessante da insegnare, ed è proprio quel nulla che abbiamo inculcato nelle loro menti. Gli aneliti del loro cuore vibrante sono stati giudicati inadatti alla concretezza della vita comune, inadatti per poter gareggiare in un mondo dove la competizione per la sopravvivenza regna sovrana. Ma i valori che abbiamo trasmesso loro sono illusori, grotteschi e dissacranti. Negli ultimi anni in Italia si è accesa una forte polemica sull'istruzione pubblica nelle scuole, ma raramente ho sentito studenti, insegnanti, opinionisti o uomini politici toccare il centro del problema. Nel secolo scorso, Rudolf Steiner, uomo particolarmente lungimirante, fece capire con estrema lucidità che l'istruzione scolastica deve essere rivoluzionata radicalmente e che i cambiamenti possono farsi solo se i riformatori e i docenti sono uomini dotati di una coscienza superiore. Nessun burocrate o legislatore, se non agisce in base a principi etici ed evolutivi di natura universale, potrà mai decidere qualcosa di buono per i nostri figli.

V'imploro quindi di cominciare a prendere in considerazione l'idea di non mandare più i vostri figli a scuola. Smettete di considerarli come oggetti da parcheggiare in un luogo qualsiasi, "basta che non disturbino". I figli sono una vostra esclusiva responsabilità, un privilegio meraviglioso che il Padre vi concede: essi non sono vostri ma suoi, e quindi ne dovete avere cura come se fossero angeli, perché in realtà lo sono. Se non vi sembrano tali è meglio che lasciate ad altri il privilegio di averne.

Perché volete tanto avere bambini? Chiedetevelo seriamente e siate onesti nella vostra riflessione. Vedrete che salteranno fuori risposte piuttosto vergognose del tipo "*Beh, li fanno tutti...*" o "*Un matrimonio senza figli non è un matrimonio...*". Effettivamente la maggioranza delle

persone mette al mondo dei figli senza neanche sapere se li vuole o no, e senza preoccuparsi di trovare un modo per non concepirli. Molti non si rendono conto che si serviranno dei nuovi nati solo per colmare le proprie lacune; il peso che questi genitori immaturi pongono sulle spalle dei loro figli è enorme; e questo fardello farà crescere bambini malati che un giorno saranno adulti egoisti e incapaci di non subire sorpresi ed essere a loro volta rapaci nel rapporto con le cose e le persone. Nulla vi deve obbligare a riprodurvi se non il pensiero di poter ospitare per circa vent'anni una creatura venuta direttamente dal cielo per incarnarsi mediante voi e, grazie al vostro devoto sostegno, crescere in salute, prosperità e consapevolezza.

I tempi sono maturi per un veloce salto quantico della coscienza umana: possibile non avvertiate niente di particolare nell'aria? È già in atto un enorme cambiamento che sta coinvolgendo tutta la terra e le attività che si svolgono in essa. Ciò che abbiamo costruito negli ultimi millenni ha ormai svolto la sua funzione: ora è necessario che l'essere umano si adegui alla nuova struttura che sarà data alla società nel suo insieme. I rapporti tra le persone, col tempo, non saranno più improntati sulla competizione ma sulla collaborazione. Come già si può prevedere dall'andamento della borsa, dal crack di numerose banche e dalla crisi dell'industria, il sistema economico mondiale, fino ad ora basato sullo sfruttamento e il sopruso, ben presto crollerà.

L'istruzione scolastica, che da qualche tempo dimostra segni di stanchezza, è una barca che fa acqua da tutte le parti. È tempo di capire che siamo ormai pronti per rivoluzionare completamente il modo di far crescere i bambini. Basta figli allevati in batteria allo scopo di creare automi da inserire in catene di produzione! Possibile che non riusciate ad avere più rispetto per le creature che arrivano a farvi visita? Come potete anche solo pensare che gli insegnanti delle scuole attuali siano in grado di fornire un supporto veramente utile alla crescita dei giovani? Abbiate il coraggio di rivoluzionare il vostro sistema di pensiero e opporvi con decisione all'istruzione imposta dallo stato. I figli sono vostri: nessuno, ripeto nessuno ha il diritto di obbligarvi a fare ciò che state facendo. Cessate di conformarvi alla mentalità comune, allo spirito massificato del mondo. Siete anime, non automi: riportate a casa i vostri bambini, chiedete loro scusa e cominciate tutto daccapo.

Osservateli come forse non avete mai fatto prima; aprite il vostro cuore, supplicate il Padre che vi dia gli strumenti per educarli. Col tempo vedrete nei loro occhi qualcosa che forse né la scuola, né i media, né la chiesa e tutto il sistema di addormentamento, sono riusciti a togliere: il senso dell'infinito. Osservandoli in silenzio, da anime ad anime, riuscirete a capire cosa essi vogliono. Non chiedetelo a parole: essi in genere non sanno cosa vogliono realmente, non si conoscono, non conoscono il *Regno*, e sono totalmente allo sbando anche a causa della vostra incoscienza. Ora è tempo di rimediare: diventate i loro tutori e maestri nelle materie che preferite, e se in alcune cose non vi sentirete in grado, chiedete aiuto a qualche persona esperta e che abbia la consapevolezza di essere un'anima. Non esiste lavoro più bello dell'essere genitori; portate a termine il vostro incarico divino e riceverete immense soddisfazioni.

Abbiamo principi e principesse, re e regine, che vengono a farci visita per dispensarci doni d'amore e conoscenze preziose. Sono anime bellissime, esattamente come te che stai leggendo. Quasi tutti vivono senza neanche saperlo. E perché? Perché tante persone come noi non conoscono l'anima, non sanno di essere anime? La principale responsabilità è senz'altro da attribuire alla chiesa cattolica romana e le altre religioni di stato. Aiutarci a conoscere noi stessi e le basilari leggi dell'esistenza umana, insegnarci la Religione (dal latino *religio* - raccogliere, unire), era il loro compito, ma esso è stato del tutto disatteso. Come pastori del gregge avevano la responsabilità e il privilegio di farci conoscere chi siamo e permetterci di ritrovare la nostra natura divina. Perché non l'hanno fatto? Perché non ci hanno insegnato la verità? Credo per alcune ragioni fondamentali: una è che in realtà non conoscono la parola di Dio e non ne hanno quindi ereditato alcuna benedizione spirituale. L'altra è che essendo a conoscenza del potere vivificante dell'energia Cristica, hanno evitato accuratamente di insegnarcela per poterci manipolare a loro piacimento, giacché uomini e donne liberi non possono essere utilizzate come fonte di potere e guadagno economico.

Per secoli la classe sacerdotale ha perfettamente adempiuto la scrittura biblica di Luca al *capitolo 11, versetto 52* che dice: "*Guai a voi che siete versati nella Legge, perché avete tolto la chiave della conoscenza, voi stessi non siete entrati e a quelli che entravano lo avete impedito!*".

Straordinario vero? È meraviglioso vedere la forza che è contenuta in queste parole di Gesù ed è stupefacente notare come esse si applichino perfettamente anche a coloro che attualmente affermano di essere versati, cioè esperti, nella Legge di Dio. Quanta ipocrisia c'è nel pretendere di insegnare ciò che non si conosce per nulla, quanta arroganza nel pensare di essere ancora i depositari della vera conoscenza e avere l'autorità di diffonderla. I risultati sulla popolazione sono stati devastanti: generazioni e generazioni di persone, famiglie, città e nazioni intere che non sanno nulla di Dio, che non sanno chi sono, quali compiti hanno e che quindi trascorrono vite prive di significato, correndo.

## UNA SOCIETÀ CHE CORRE

Credo che una trappola in cui tutti, soprattutto nel mondo civilizzato, siamo caduti, sia il sentirsi costantemente indaffarati, trascorrendo tutta la giornata a rincorrere obiettivi che spesso sembrano allontanarsi anziché avvicinarsi. Già molto tempo fa, lo scrittore del libro biblico di *Ecclesiaste*, aveva potuto notare quest'atteggiamento endemico nei suoi contemporanei. È straordinario perché si tratta di affermazioni estremamente attuali; leggiamo al capitolo 1: *“Ogni cosa è vanità. Che profitto ha l'uomo in tutto il suo duro lavoro a cui lavora duramente sotto il sole? ...Ho visto tutte le opere che si facevano sotto il sole, ed ecco, ogni cosa era vanità e un correr dietro al vento.”* Se corriamo dietro al vento, inevitabilmente, tutto ciò che abbiamo raccolto si disperderà. Gesù ci ricorda che chi non raccoglie con lui, disperde (*Matteo 12:30*). Siamo così identificati in questa corsa incessante che quando raramente riusciamo a riscattare del tempo per fare una passeggiata, o per leggere un libro, avvertiamo un senso di disagio come se fossimo stati troppo indulgenti verso di noi. Il concetto di produttività a tutti i costi, ha veramente contagiato come un virus tutto il genere umano. *“I am very busy!”* È la frase che si sente pronunciare più spesso dagli abitanti delle grandi metropoli americane, come se l'essere tanto affaccendati fosse un segno con il quale vogliono distinguersi come elementi utili e produttivi in un sistema che sono onorati di sostenere e dove invece, secondo loro, esistono anche persone improduttive, inutili, le quali dovrebbero realmente vergognarsi! Sì, sembra proprio di essere in un romanzo di George Orwell, dove tutti gli uomini vivono in una società massificata, controllata dai media, dove la coscienza è totalmente inesistente. Nel



libro *“Trovare rifugio”*, alle pagine 17, 18 e 19, Christopher Jamison, un abate benedettino, affronta l’argomento in modo molto interessante parlando di come si sentono coloro che arrivano all’abbazia di cui lui è abate, chiedendo di poter fare un ritiro. *“Questo essere indaffarati è così endemico”*, afferma Padre Jamison, *“che anche il partecipare a un ritiro per sole 48 ore, suscita nelle persone forti sensi di colpa”*. *“L’essere al monastero è considerato un’auto-concessione”*. Nella società moderna coloro che lavorano si sentono fieri di farlo, coloro che non lavorano si sentono frustrati; il lavoro così non è più solo un mezzo per procurarsi di che vivere, ma diventa uno *status symbol*, una tessera del partito planetario, una sorta di microchip con il quale veniamo seguiti e monitorati in ogni nostra attività, proprio come polli d’allevamento, animali che compiono il loro ciclo vitale quasi senza neanche accorgersene.

## MA LA VITA È ADESSO!

Ti faccio un semplice esempio: prova a fermarti un momento e chiediti se sei concentrato solo sulle mie parole. Che risposta hai dato? Forse “no”; o forse hai risposto “sì”; già, ma cosa intendi per concentrato? Il significato che comunemente è dato a questa parola si svolge su un piano puramente intellettuale mentre, forse, potremmo tentare insieme di ampliarne il concetto. Per me, la concentrazione è essere un’anima consapevole che si muove con libertà mediante il suo veicolo terreno, il suo corpo, e con la possibilità (paradossale per la mente concreta), di sentirsi completamente immerso nella dimensione spazio-temporale del pianeta ma, contemporaneamente, sentendo di essere come un residente forestiero che sta vivendo altrove. Prima di accingermi a scrivere questo capitolo stavo lavando le mie stoviglie e ad un certo punto ho provato molta gioia perché, per alcuni istanti, ho percepito che ero lì, presente in quel momento; capisci? Quel momento era la mia vita, tutta la mia vita. Non c’era il passato con i suoi pesanti fardelli, non c’era il futuro con le sue incertezze e preoccupazioni. Quegli istanti erano per me la mia straordinaria e irripetibile vita, che non ha inizio e non ha fine. È in questo equilibrio perfetto, quando l’anima è sospesa tra cielo e terra, che risiede il segreto della felicità e della perfetta libertà: quando senti che sei un individuo ma al tempo stesso non lo sei, e fai parte di un fiume amorevole d’infinita coscienza, in viaggio verso l’ignoto. Questa sì è bellezza, questa sì che è avventura! Affidarsi alle braccia

della Vita e sapere che ti porterà sempre dove è meglio per te, sapere che il posto che occupi è quello giusto, qui e ora. Ma, come vedremo meglio nel prossimo capitolo, l'uomo comune crede di essere solo il corpo che ha; e naturalmente questo per lui significa inevitabilmente trascorrere tutta la vita in uno stato permanente di precarietà, d'insicurezza, perché è focalizzato solo sulla sopravvivenza, in un pianeta dove esistono malattie, povertà, prevaricazione, cataclismi e infine, ineluttabile, la morte. Beh, lo credo bene che sia impossibile per un uomo che ha fiducia solo in questo, non sentirsi oberato dal dolore, dai rimorsi e dal rancore del passato, e appesantito dalla preoccupazione per un incerto futuro! Così si trascorre tutta l'esistenza senza mai permettersi di poter assaporare il gusto dolcissimo del momento presente. Impegnandosi nel faticoso esercizio dell'auto-osservazione, dopo qualche anno si cominciano a vedere, proprio con chiarezza, le cose che sto dicendo. Si riuscirà a notare che si è costantemente in preda a una sorta di "sindrome di anticipazione", in cui non si è mai presenti all'azione che si sta svolgendo ma si pensa già alla cosa da fare successivamente, la quale ci sembra così urgente che ci sbrighiamo il più in fretta possibile a finire l'occupazione del momento, così finalmente potremo fare l'altra cosa! Già, peccato che poi, quando saremo arrivati all'altra, mentre facciamo quel dato lavoro, con la mente e la pancia siamo già alla cosa da fare dopo ...e così via, in una corsa incessante e senza fine. Bene! E allora, che facciamo? Lasciamo tutto così com'è? Certo, forse sembra più facile tirare avanti mantenendo le vecchie abitudini; ma vi sembra vita quella che stiamo conducendo? Guardatevi dentro e siate onesti. Tu che stai leggendo, chiediti: *"Chi sono io? Perché sono qui? Da dove vengo e dove dovrei andare? Quali compiti dovrei svolgere?"* Quanto spazio finora avete dato al sacro nella vostra vita? Quanto siete religiosi, nel senso più elevato del termine? Quanto avete onorato l'esistenza che vi ha permesso di essere qui? Definireste la vostra vita un canto di lode a Dio? Assumetevi la vostra "responsabilità". Lo so, forse alcune delle risposte che vi siete date non saranno molto incoraggianti, ma potrebbero anche essere l'inizio di qualcosa, il sorgere di un piccolo ma intenso desiderio che possa distogliervi dal sonno in cui vi rigirate da millenni.

Vediamo se il prossimo capitolo potrà aiutarvi in tal senso.

# **BIBLIOGRAFIA**

Dotted lines for handwriting practice.

- Leloup Jean-Yves, *L'Escicamo*, Gribaudi.
- Krishnamurti, *Ai piedi del maestro (vol. I)*, Blu International.
- Khalil Gibran, *Il Profeta*, Edizioni varie.
- Masaru Emoto, *La risposta dell'acqua*, Mediterranee.
- Henry David Thoreau, *Walden, o vita nei boschi*, Edizioni varie.
- Christofher Jamison, *Trovare rifugio*, Oscar Mondadori.
- Alphonse e Rachel Goettmann, *Preghiera di Gesù preghiera del cuore*, Gribaudi.
- John Yudkin, *Puro bianco ma nocivo*, Edizioni Vitalità.
- Peter Tompkins e Christofher Bird, *La vita segreta delle piante*, Sugarco edizioni.
- Peter Tompkins, *La vita segreta della natura*, Ed. Mediterranee.
- Luigi Pirandello, *Uno, nessuno, centomila*, Edizioni varie.
- Tomàs Spidlik, *Sentire Dio nella brezza del mattino*, Gribaudi.
- Thomas Merton, *Le acque di Siloe*, Garzanti.
- Eugen Kerrigel, *Lo zen e l'arte del tiro con l'arco*, Adelphi.
- Helene Grimaud, *Variazioni selvagge*, Bollati Boringhieri.
- Anonimo del XIV secolo, *La nube della non-conoscenza*, Editrice Ancora Milano.
- Sun Tsu, *L'arte della guerra*, Edizioni varie.
- Hélène Magarinos, *Cucina per una vita nuova*, Macro edizioni.
- Braden Gregg, *L'effetto Isaia*, Macro Edizioni.
- Braden Gregg, *Il codice della vita*, Macro Edizioni.
- Braden Gregg, *La matrix divina*, Macro Edizioni.
- Arntz, Chasse, Vicente, *Bleep! Ma che..bip.. s(app)iamo veramente?*, Macro Edizioni.
- Brizzi Salvatore, *Alchimia spirituale*, Antipodi Edizioni.
- Brizzi Salvatore, *La porta del Mago*, Antipodi Edizioni.
- Ivanhov Omraam Mikhael, *Lo yoga della nutrizione*, Prosveta.
- Ivanhov Omraam Mikhael, *Vita e lavoro alla scuola divina*, Prosveta.
- Ivanhov Omraam Mikhael, *Hrani yoga*, Prosveta.
- Jasmuheen, *Ambasciatori di luce*, Mediterranee.
- Jasmuheen, *Nutrirsi di luce*, Mediterranee.
- Dogen – Uchiyama Roshi, *Istruzioni a un cuoco zen*, Astrolabio Ubaldini.
- Kushi Michio, *Il nuovo libro della macrobiotica*, Mediterranee.
- Kushi Michio, *Il libro dei rimedi macrobiotici*, Mediterranee.
- Muramoto Naboru, *Il medico di se stesso*, Feltrinelli.
- Stanchich Lino, *Power eating program*, Healthy product, Inc. Miami, Florida.



## Titoli di Fontana Editore\*

- Frater Efes, *Il viaggio esoterico dell'uomo nella lame dei tarocchi* (2019).
- Frater Efes, *Matematica Esoterica. numerologia Pitagorica e Ghematrie kabbalistiche* (2019).
- Frater Efes, *Cabalà per massoni* - Volume 1. L'albero e le Sefirot (2019).
- Frater Efes, *Cabalà per massoni* - Volume 2. Le Lettere e le Vie (2019).
- Enrico D'Errico, *Io sono anima*, saggistica (2019).
- Antonella Burato *Disegnare i sentimenti*. Manuale di disegno (2019).
- Leonardo Anfolsi, *The secret fire of Meditation*, saggistica (eng) (2019).
- Valentino Bellucci, a cura di. *Gli aforismi di Nārada (Nāradabhaktisūtra). Il segreto più intimo dell'estasi*, saggistica (2019).
- Valentino Bellucci, *Universi Paralleli. L'esoterismo nel pensiero di Leibniz per muoversi nell'infinito*, saggistica (2019).
- Valentino Bellucci, *Gli specchi segreti di Salvador Dalí, I segreti iniziatici presenti nell'opera del pittore*, saggistica, (2019).
- Valentino Bellucci, *Goethe esoterico, I 7 segreti iniziatici di Goethe*, saggistica, (2019).
- Giovanna Mulas, *Oratio de hominis dignitate*, saggistica, (2019).
- Francesco Boer, *L'immaginazione non è uno stato mentale: è l'esistenza umana stessa*, saggistica, (2019).
- Leonardo Anfolsi, *El fuego secreto de la meditación*, saggistica (esp) (2019).
- Paola Marchi, *Novve Novelle Sufi*, libro illustrato (2018).
- Paola Gabrielli, *L'Ombra di Omero - Manuale per conquistare la felicità e tenersela stretta*, manuale (2018).
- Khenebish, *Pacchetti d'Amore - Essere nella leggerezza dell'essere*, saggistica (2018).
- Elisabetta Marinelli, *Mind Me - Il libro dell'autoconsapevolezza, che scriverai tu*, manuale (2018).
- Leonardo Anfolsi, *Il Fuoco segreto della Meditazione*, saggistica (2018).
- Leonardo Anfolsi, *Zen Naikan - The ancient energy alchemy of the Rinzaï Zen monks*, saggistica, (eng)(2018).
- Leonardo Anfolsi, *Zen Naikan - L'antica alchimia dell'energia dei monaci zen rinzaï*, saggistica, (ita e ing)(2018).
- Gennaro Ponzo, *Manuale di sviluppo personale - Come prendersi cura di Se ed aprirsi alla Consapevolezza*, saggistica, (2017).
- Eva Maria Franchi, *I tipi psicologici - Istruzioni per l'uso*, saggistica, (2017).
- AAVV, *Nitrogeno - International review of operative Alchemy*, rivista periodica, (dal 2017).

- Leonardo Anfoli, *A commentary on The Diamond Sutra*, saggistica (ing) (2017).
- Corto Monzese, *L'Ovale alchemico*, esoterismo (2017).
- Andrea Casna, *La Massoneria in Trentino - Il Settecento*, saggistica, (2016).
- Vincenzo Pane Bansō, *La via delle nuvole*, romanzo (2015).
- Leonardo Anfoli, *Bananananda*, romanzo (2014).
- Corto Monzese, *Enneagramma e Body Types*, esoterismo (2014).
- Dario Atena, *Insegnamento iniziatico*, esoterismo (2014).
- Luca Pigaiani, *Bagno armonico - Massaggio sonoro con campane tibetane*, manuale, (2014).
- Dario Atena, *L'antica scienza della resurrezione*, esoterismo (2013).
- Dario Atena, *Figli del Tuono*, esoterismo (2013).

\* Aggiornato a dicembre 2019



