

« Alchimia Interna »

L'Alchimia è la suprema "Scienza della Trasformazione" il cui scopo più noto è quello di cercare di trasmutare il metallo vile (**piombo**) in metallo nobile (**oro**), tramite la scoperta della cosiddetta **Pietra Filosofale** ("Lapis Philosophorum"), una sostanza capace di **risanare la corruzione presente nella materia, di guarire ogni male e di donare onniscienza e immortalità**. Sebbene gli alchimisti medievali cercassero effettivamente di operare delle trasmutazioni sulla materia, il reale scopo che perseguivano era la trasformazione di sé, la trasmutazione della natura inferiore umana nel suo corrispettivo superiore divino!

L'**Alchimia Interna**, concetto particolarmente presente nel Taoismo, è un **processo di gestione e controllo della propria energia vitale al fine di mantenere una perfetta salute psico-fisica**, fino ad arrivare al ringiovanimento cellulare e (secondo i Taoisti) addirittura all'immortalità fisica!

Vi sono **tre qualità dell'energia** nella visione vedica: **tamas** (*pesante, inerte*), **rajas** (*attivo, passionale*) e **sattva** (*luminoso, leggero*), allo stesso tempo vi sono **tre nature umane** secondo l'antica visione gnostica: **ilica** (materiale, non destinata al Risveglio), **psichica** (interiore, abbagliata dalla realtà ma passibile di Risveglio con molto lavoro), **pneumatica** (spirituale, capace di ricevere la Gnosi, la Vera Conoscenza). Le due categorizzazioni sono rapportabili tra loro e ne consegue che **per stimolare la dimensione pneumatica in noi è necessario nutrirci (a livello sia di cibo che di pensieri) di elementi sattvici, puri**. La completa purificazione di ogni livello del nostro essere determina una **transustanziazione** (mutamento della sostanza) fino al livello cellulare ed il corpo fisico si tramuta in **Corpo di Luce**, detto anche **Corpo di Gloria o Veicolo di Immortalità**.



Il primo processo di purificazione fisica ed energetica e di innalzamento delle qualità vibrazionali riguarda l'alimentazione; un **regime purificato prevede il vegetarianesimo e l'astensione dall'assunzione di caffè, fumo ed alcool**. **Si predilige frutta e verdura fresca** e si cerca di ridurre o evitare gli alimenti che sappiamo appesantirci (ad es. per molti il grano, il latte, i formaggi). Esiste, inoltre, una precisa gestione pratica dell'energia nel quotidiano, ecco di seguito alcuni suggerimenti:

- **Ricentralizzatevi** almeno una volta al giorno in meditazione
- Abbiate **precisa coscienza dei vostri limiti** (materiali, fisici, energetici, emotivi, mentali) e non uscite mai in misura eccessiva (→ stress)
- **Portate spesso coscienza al vostro respiro** e mantenete ampio, lento e diaframmatico
- Abituatevi a visualizzare il vostro campo energetico luminoso, sano ed integro
- Mantenete una visualizzazione precisa del vostro **asse energetico interno** (dritto e continuo), connesso in basso con la Terra e in alto col Cielo
- Potete rafforzare il vostro sistema energetico **visualizzando degli assistenti** (ad es. animali medicina, figure angeliche)
- Sviluppate un **sano senso dell'umorismo** e dell'autoironia: aiuta ad alleggerire le energie psichiche
- Quando sentite che l'ambiente in cui siete invia energie in eccesso e troppo eterogenee allontanatevi, ripulite e ricompattate l'aura
- Utilizzate ogni momento libero che avete per una **riprogrammazione positiva dei pensieri tramite le affermazioni positive**

Al **risveglio** per prima cosa collegatevi con la vostra dimensione spirituale e ripetete delle affermazioni positive ancor prima di alzarvi

- Utilizzate coscientemente e creativamente **sistemi elettrici/elettromeccanici** (stereo, computer, aspirapolvere, frullatore, motorino, macchina,...) per digerire piani di energia condensata che il corpo non riesce a trattare
- **Imparate ad utilizzare in modo creativo il pensiero** (come farebbe un bimbo con il suo "pensiero magico"); ricordatevi che il pensiero muove l'energia e l'energia muove la materia!

Poiché l'Universo si fonda sulla naturale opposizione-integrazione dell'energia **yin** (*fredda, discendente, femminile*) e dell'energia **yang** (*calda, ascendente, maschile*), queste energie devono essere conosciute e padroneggiate, fino ad arrivare a bilanciarle interiormente creando quel **Matrimonio Sacro** (Hiero Gamos) tra la nostra componente divina femminile e maschile. La chiave alchemica per ottenere tale unione mistica, tenuta segreta per millenni ai profani, risiede nel contenimento dell'energia sessuale e nella sua elevazione lungo i centri energetici assiali del corpo. Nel Taoismo questo processo è descritto come la "**risalita del Nettare (essenza seminale) nel Fiore d'Oro (chakra coronale)**". La sublimazione delle energie sessuali, che "evaporano" nel corpo per portarsi fino al chakra della corona ed oltre è un **paziente e metodico lavoro di disciplina** accompagnato da precisi esercizi respiratori, rafforzamento dei muscoli pelvici, miglioramento della capacità di visualizzazione e di focalizzazione dell'attenzione spirituale.



I processi di gestione, controllo e mutazione dell'energia vitale costituiscono pratiche che necessitano di anni di apprendimento ed un'intera vita per arrivare a padroneggiarle perfettamente. All'interno del **Corso di Scienze Noetiche "Synthesis"** vedremo assieme i principi di base di questa gestione, per continuare poi ad affinare i metodi e ad acquisirne una conoscenza sempre più profonda nel lavoro di condivisione permesso dal **Laboratorio Permanente**. Nel corso saranno inoltre trattati i seguenti temi: anatomia della psiche e dei corpi sottili, la gestione tantrica maschile e femminile, i principi di Ascensione ed Immortalità e la neurofisiologia del Risveglio.