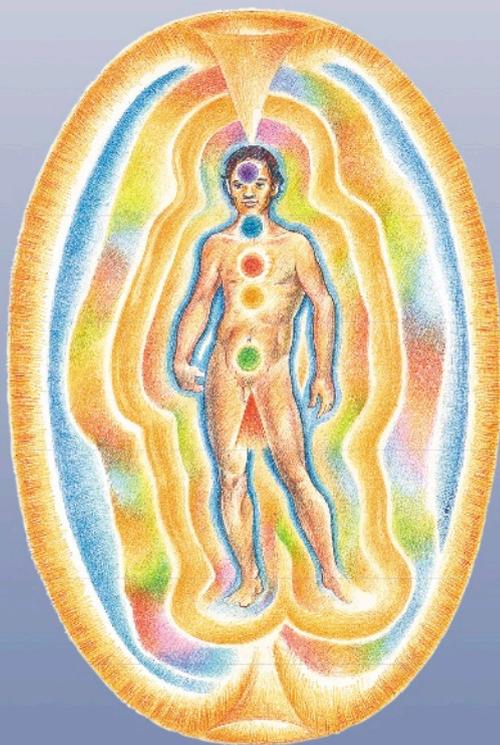


*TRANS personale*

JOHN PIERRAKOS

# CORENERGETICA

*Imparare ad amare ed a guarire*



Edizioni

Crisalide

JOHN PIERRAKOS

INDICE

# CORENERGETICA

*Imparare ad amare ed a guarire*



Edizioni Crisalide

Prefazione	11
PARTE I – L'UNITÀ ESSENZIALE	
1 Le basi della Corenergetica	14
2 La realtà più profonda: il Core	25
PARTE II – LE BASI ENERGETICHE	
3 Le teorie orientali	34
4 Le teorie occidentali	43
5 Le teorie moderne sul campo energetico	54
6 Osservazioni sul campo energetico	64
7 Il fenomeno dell'aura	80
PARTE III – LE DINAMICHE DELLA DISFUNZIONE	
8 Le origini della disfunzione	98
9 Modelli di negazione	109
10 Le origini della disfunzione	120
PARTE IV – I RISULTATI DELLA DISFUNZIONE	
11 Gli aspetti creativi dell'ego	132
12 Le dinamiche del dolore I	147
13 Le dinamiche del dolore II	160
14 Anatomia del male	172
PARTE V – LA DISFUNZIONE NELLA VITA QUOTIDIANA	
15 L'aggressività nell'uomo e nella donna	186
16 L'aggressività nella parte superiore del corpo	206
17 Il caso del crepacuore	222

## INDICE

PARTE VI – L’OPERA D’INTEGRAZIONE		
18	Dalla distorsione alla verità su se stessi	236
19	Le quattro fasi della terapia	248
20	Da core a core: la terapia di gruppo	269
21	Le forze dell’amore, dell’eros e della sessualità	296
PARTE VII – SINTESI E UNITÀ		
22	La nascita di una nuova era	314
23	Verso una sintesi olistica	327
	Glossario	339
	Appendice A	342
	Appendice B	343
	Appendice C	346
	Bibliografia	351

## PREFAZIONE

Questo è il lavoro di molti anni, nel corso dei quali la mia vita è passata attraverso notevoli trasformazioni. Questo lavoro fu inizialmente ispirato dall’opera di Wilhelm Reich, il quale introdusse il concetto d’identità psicosomatica nel processo psicanalitico e nel susseguente sviluppo della dimensione energetica. Successivamente si sviluppò grazie al mio rapporto con il Dott. Alexander Lowen, con il quale ho elaborato l’approccio Bioenergetico.

In seguito ho fondato l’istituto New Age, incorporando nel mio lavoro la dimensione spirituale, grazie soprattutto alle lezioni della Guida ricevute tramite Eva Pierrakos. Con l’aiuto di molti colleghi, Eva Pierrakos ed io abbiamo quindi stabilito una comunità chiamata Pathwork.

Al momento attuale sono codirettore, assieme a mia moglie Dora Gomez Pierrakos, dell’Istituto di Coreenergetica, che ha come scopo lo sviluppo della capacità umana di amare e guarire. Questo lavoro è radicato nella ricca eredità che ci è stata trasmessa nel corso dei secoli da filosofi, scienziati, e medici che ci hanno parlato dell’esistenza, in ciascuno di noi, di una “essenza creativa” quale fonte di guarigione.

La coreenergetica costituisce un approccio nuovo e integrato che promuove la crescita e l’evoluzione dell’intera persona. Il denominatore comune è il modo in cui l’energia e la coscienza si manifestano nell’essere umano e nell’universo. Un’indagine più specifica si collega alla corrente di energia vitale che emana dal core<sup>(1)</sup> e che, nello stato di salute, fluisce liberamente, ma

(1) Si è preferito non tradurre il termine “core”, con il quale l’autore si riferisce al nucleo, alla parte più profonda dell’individuo. (N. d. t.)

viene bloccata nello stato di dis-agio creando in tal modo la malattia o la disfunzione. In questo processo la disarmonia si contrappone alle vere necessità dell'organismo.

Nell'antica medicina ippocratica, il paziente veniva chiamato "asthenis", termine che indica una persona carente di forza o energia vitale; il medico era lo "iatros", vale a dire il guaritore che ristabilisce lo "sthenos", o energia vitale, nella persona. Il campo della medicina si è allontanato da questo modello, ignorando l'importanza della sorgente della salute che è costituita dall'energia vitale del core che si manifesta come piacere, gioia e amore.

Questo libro è imperniato sull'importanza del core, ed è, di conseguenza, di natura intuitiva, pur essendo basato su fatti riconosciuti tramite indagine scientifica e psicologica. Non si tratta di un manuale. Né il materiale si basa su statistiche. Si basa piuttosto sulla mia percezione personale di come la vita si manifesti quando fluisce liberamente, e di come venga bloccata in quella che conosciamo tutti come la lotta per l'esistenza. Occorreranno molte ricerche di laboratorio per dimostrare

## PARTE I

### L'UNITÀ ESSENZIALE

### LE BASI DELLA CORENERGETICA

## 1

## LE BASI DELLA CORENERGETICA

Tre sono le tesi principali che si intrecciano nell'approccio terapeutico che sto sviluppando, e che chiamerò corenergetica. La prima è che l'essere umano è un'unità psicosomatica. La seconda è che il principio della guarigione è da ricercarsi del tutto in noi stessi, e non in qualche agente esterno, sia questi un medico, Dio stesso, o i poteri del cosmo. La terza è che l'intera esistenza costituisce un'unità che si muove verso l'evoluzione creativa, sia del tutto sia delle singole innumerevoli componenti. In un certo senso, sto dicendo la stessa cosa in tre modi differenti, ma voglio parlarne separatamente per arrivare in modo sistematico al punto centrale della corenergetica. Come spiegato nei capitoli 23 e 24, io credo che l'umanità si trovi ora sulla soglia di una nuova era, un'era che ci permetterà di spingerci al di là dei tragici danni derivanti dai conflitti distruttivi, e anche al di là degli sforzi costruttivi di porre rimedio a tali danni, un'era che ci permetterà di focalizzare la nostra vita sulla creatività.

Siamo giunti a questa soglia solo dopo milioni di anni di studio su chi e che cosa siamo, sul significato della nostra esistenza e su come possiamo adempiere al nostro destino, il quale corrisponde alla comprensione della direzione del nostro potenziale. In vari momenti, nel corso di questa lunga storia, l'osservazione e la sperimentazione ci hanno portato a credere di poter gestire alcune porzioni della nostra esistenza frammentata. Nacquero le terapie e furono rese sistematiche. La cura del corpo, l'aspetto fisicamente visibile della persona, si sviluppò nella disciplina della medicina. Tutto ciò che la medicina non era in grado di spiegare — le cause della malattia e della morte — fu annesso ad altri fenomeni misteriosi sotto il dominio della religione, la terapia dello spirito dell'uomo. Ciascun campo di attività rico-

nobbe i disturbi mentali come una categoria di malessere ben distinta, e ognuno si adoprò per cercare di sanare tali disturbi, ma da questi studi non emersero altro che idee vaghe su possibili metodi di cura. Fu soltanto con la monumentale scoperta di Sigmund Freud, l'inconscio, che le arti terapeutiche si estesero alla scoperta delle sfere mentale ed emotiva della personalità umana.

Tuttavia, anche i colleghi di Freud riconobbero che l'inconscio, nonostante la sua grande ricchezza di informazioni sulla vita e sullo stato della personalità, non costituiva la sola chiave alla malattia mentale. L'enfasi di Freud fu sul contenuto ideazionale dei substrati mentali dell'individuo. Carl Jung introdusse il concetto di anima nel trattamento psichiatrico. Egli riconobbe che "l'immagine di Dio nella psiche umana" costituisce una potente — e di per sé salutare — componente dell'inconscio collettivo. Wilhelm Reich fuse la fisiologia con la psicologia nella percezione dell'unità psicosomatica della persona, e promosse una solida sintesi scientifica basata sulle proprie teorie dell'orgonomia. L'analisi bioenergetica, fondata da Alexander Lowen e il sottoscritto, enunciò l'elemento di volizione nei disordini psichiatrici, e quindi la necessità di impegnare la volontà della persona sofferente nel trattamento, unitamente al corpo, alle emozioni e alla facoltà analitica.

Ciascuna di queste espansioni della teoria della guarigione si avvicinava progressivamente alla visione globale della persona, piuttosto che a una o più aree, come giusto campo per l'attuazione della terapia. Contemporaneamente, tutte le scuole terapeutiche continuavano ad occuparsi dei sintomi del paziente, escludendo a priori il nucleo essenziale del malato, e cioè la forza vitale afflitta da tali sintomi. Ragioni più o meno valide sostengono la convinzione comune che una determinata arte della guarigione si debba limitare ad agire nell'ambito del suo proprio campo di competenza. Le ragioni valide riguardano la coscienziosa consapevolezza da parte del medico che ogni data professione abbracci soltanto una parte dello scibile umano. Le ragioni meno valide, in modo analogo a certi squilibri sociali di cui parlerò in seguito, esprimono un atteggiamento di superiorità rispetto alla particolare conoscenza e alle doti del professionista in questione.

Durante i miei primi venti anni di lavoro psichiatrico, sviluppatosi a partire dall'approccio bioenergetico, mi sono ritrovato sempre più spesso a interrogarmi sulla natura e sull'innato funzionamento della forza vitale stessa. Mi domandavo: Cos'è questa energia? È sia sostanza che attributo, come sostenuto dagli yogi e dagli antichi greci? È spirito universale, venutosi in qualche modo a individualizzare nella materia, come dicevano il medico del sedicesimo secolo Paracelso e il poeta del diciannovesimo secolo Walt Whitman? È essenzialmente materiale, un sistema elettrodinamico autonomo, come il biologo di Yale Harold Burr e i suoi colleghi conclusero negli anni '30, oppure si tratta di una variante di ciò che Reich chiamò principio funzionale comune? È essenzialmente spirituale, come i pensatori religiosi e i guaritori, da Buddha a Gesù a Pierre Teilhard de Chardin concepirono?

La questione mi preoccupava dal punto di vista professionale a motivo della sua attinenza con la pratica psichiatrica. Due aspetti in particolare della forza vitale nell'uomo mi sembravano importanti, i quali esprimono entrambi la sua creatività.

Prima di tutto, il lavoro con i pazienti dimostrava che ogni singola parte dell'individuo, dalla struttura del corpo alla chiarezza della percezione, è modellata da un'energia interna. L'eredità genetica, il background familiare, le condizioni sociali, e molti altri fattori esercitano la loro influenza su di noi, siamo noi stessi a creare la nostra vita tramite l'uso che decidiamo di fare della nostra energia: siamo noi a decidere dove direzionarla, e come. Una persona è vulnerabile alle circostanze solo nella misura in cui la propria sopravvivenza dipende da queste, come per esempio durante l'infanzia. Nel processo di maturazione sta a noi la scelta di fondere la nostra energia internamente o di bloccarla, di dirigerla verso il mondo esterno o di ritrarla da esso.

In secondo luogo, ho notato che quasi tutti i pazienti provavano un crescente senso di mancanza di appagamento profondo, man mano che progredivano lungo il percorso del proprio sblocco funzionale e del miglioramento generale della propria vita. Essi mostravano invariabilmente una sorta di desiderio di maggiore unificazione con la realtà esterna. Il filosofo francese

Henri Bergson descrisse tale desiderio come lo slancio vitale, l'impulso, l'élan vital proveniente dall'energia creativa, l'énergie créatrice (il titolo di un libro del 1906). Le persone esprimono tale impulso in molti modi: si dedicano ad attività filantropiche, a professioni di carattere terapeutico, alla pratica di un'etica religiosa, oppure alla riforma sociale, politica, o economica. La fonte di tale "movimento" viene chiamata in molti modi: l'anima o spirito, l'io creativo, la coscienza sociale, il sé superiore.

Mi trovo decisamente d'accordo con tali prospettive unificanti ed esaustive, le quali germinavano spontaneamente non solo nelle persone a me care, ma anche in contesti sociali più vasti. Altri terapeuti, come pure le persone in cerca di aiuto, acquisivano la consapevolezza del fatto che il solo risanare le piaghe non è sufficiente a generare un vero appagamento. In un più ampio ambito, oltre il campo della terapia vera e propria, molte persone sane si interrogavano sulla frammentazione della propria persona nelle differenti sfere operative. Esse percepivano il senso di isolamento dell'uomo rispetto al suo habitat ecologico. Lottavano con il senso di separazione tra la vita a casa e al lavoro; riconoscevano l'impatto negativo delle guerre fredde o calde, la "guerra tra i sessi", le superspecializzazioni nel campo del lavoro, i diritti ineguali di certi gruppi, i divari generazionali, e una sovrabbondanza di altre divisioni che impoverivano la qualità della vita. Parallelamente, tali persone esploravano possibili alternative positive e di carattere espansivo rispetto ai modelli che imprigionavano le proprie capacità creative.

Negli anni '50 e '60, la ricerca di un più profondo significato della vita raggiunse il suo apice, sfociando in quell'ondata popolare che negli ultimi quindici anni venne denominata "il movimento del potenziale umano". Molte correnti contribuiscono a questa sorta di mareggiata il cui flusso ci sta trasportando verso quella nuova era in cui spero davvero di poter vedere entrare l'umanità. Fondamentalmente, esse racchiudono una singola affermazione: che la persona è un'unità cosciente in continua interazione col suo ambiente. Direi che l'unità e l'interazione connettono tutto ciò che appartiene alla totalità dell'esistenza. Infatti, anche se

l'individualità di ogni essere è certamente qualcosa di reale, lo scambio reciproco di energie tra tutti gli esseri è continuo e riguarda l'intero universo. Ma voglio spiegare meglio questa affermazione, in quanto essa costituisce un compendio della mia comprensione della natura dell'essere umano, e di conseguenza lo scopo della corenergetica.

## ENERGIA E COSCIENZA

Il movimento centrifugo (verso l'esterno) e il movimento centripeto (verso l'interno) sono osservabili in tutto l'universo fisico. In astronomia, la spiegazione più popolare della creazione dell'universo, la teoria del Big Bang, ipotizza una vasta esplosione che da un nucleo centrale scagliò nello spazio frammenti di sostanza materiale. Alcune di queste masse roteanti si sarebbero agglomerate per formare i corpi celesti di cui sono composte le galassie, e tali corpi celesti manterrebbero la coesione a causa dell'attrazione gravitazionale, pur continuando ad allontanarsi dal centro dell'esplosione a velocità inimmaginabile. Questo duplice movimento, centripeto e centrifugo, si riscontra in ogni fenomeno che sia mai stato osservato. Nell'anatomia umana, per esempio, le cellule si espandono e si contraggono. Lo stesso accade ai singoli organi, come per esempio il cuore, e ai sistemi, come l'intestino e i polmoni. E lo stesso vale per l'intero organismo umano. La sostanza basilare di cui è composto l'individuo è l'energia. Il movimento di questa energia è la vita. Più libero è il movimento di tale energia all'interno di ogni componente, nella sua funzione di mantenere l'integrità e la coesione, propria e dell'intero organismo, più la vita è vissuta intensamente.

Immaginiamo l'essere umano come un microcosmo. Ai nostri occhi, i tessuti e gli organi sono "solidi" e formano sistemi "solidi" che a loro volta compongono il nostro corpo "solido". Ma, proprio come i miliardi di corpi celesti nel macrocosmo, i miliardi di cellule dell'organismo si riuniscono in grappoli di densità variabile nello spazio. Ingrandito al microscopio 500.000 volte, il tessuto epidermico si presenta come un cielo di stelle sparpagliate; un osso ricorda una galassia fittamente popolata; il cuore sembra una sfera celeste, e l'intero corpo diventa un

modello del macrocosmo. Ancora una volta, come nell'universo intero, l'energia di ciascuna parte del corpo si muove sia internamente sia esternamente, contraendosi ed espandendosi, pulsando verso l'interno del nucleo della singola parte e poi all'esterno verso le altre parti e il tutto. Ma ritornerò tra breve su questo processo di pulsazione.

L'energia, quindi, sia essa nel cosmo dell'intera esistenza o nel cosmo dell'organismo umano, si muove come una miriade di ruscelli provenienti da un serbatoio di acqua. I ruscelli formano i torrenti, i torrenti i fiumi, e i fiumi si gettano nel mare. Ogni goccia d'acqua si unisce ad altre gocce in corsi d'acqua sempre più grandi che alla fine si riuniscono nell'oceano. Analogamente, ogni "goccia" di energia umana si miscela con altre "gocce" per unificarsi alla fine in quello che è l'organismo. Uso le virgolette perché in realtà l'energia scorre indivisa.

Questa energia vitale non è soltanto quantità o massa. Il suo aspetto qualitativo, la sua capacità direzionale, è dotato di coscienza, o meglio, è coscienza. L'intelligenza e l'armonia della creazione denotano una coscienza che ha la caratteristica di essere sia onnicomprensiva, sia minuziosamente specifica. L'organizzazione di tutta l'esistenza si manifesta nel funzionamento energetico di ogni entità, inclusa l'omeostasi dell'essere umano, come pure quella della società umana quando il suo ego collettivo non ne renda squilibrati i movimenti. L'apparente caos di certi fenomeni naturali non si contrappone al concetto di una coscienza unificata ed unificante. Si sa, infatti, che l'uomo continua a scoprire disegni eleganti e raffinati in operazioni della natura che la generazione precedente vedeva come casuali o accidentali.

L'affermazione che l'energia è coscienza, simultaneamente afferma e contraddice la classica discriminazione tra sostanza e forma. Non solo l'entità acquista una forma, ma diviene quella forma. Quando si individualizza in una certa forma, acquisisce gli attributi e le caratteristiche di questa. Forma, massa, densità e tutte le altre caratteristiche sono definizioni che provengono, in ultima analisi, dal movimento dell'entità nel tempo e nello spazio. L'energia è tale movimento. La sua coesione nella direzione spazio-tempo è la sua coscienza.

Pertanto, tutto è coscienza. Convenzionalmente, noi facciamo distinzione tra i generi inorganico e organico, poi tra gli esseri

non senzienti e senzienti, e infine tra quelli incoscienti e coscienti. Queste classificazioni riflettono la gerarchia di crescente complessità che si trova nell'universo. Ma la coscienza pervade ogni singola specifica unità, dalla più piccola particella subatomica che ancora è da scoprire, fino alla totalità dell'essere, il macrocosmo. Ciascuna unità possiede una funzione speciale, un piano per adempiere al suo proprio potenziale, intrinseco nel fatto stesso di esistere.

Dal momento che ogni minuscola particella di vita sa esattamente cosa sta facendo, non è azzardato affermare che possiede una mente: una ragione, la quale comprende il suo proprio piano, e una volontà, la quale dirige le proprie azioni in quel piano. Se piantiamo un piccolo seme di mela, per esempio, questo crescerà, e nel giro di pochi anni diventerà un bell'albero che farà fiori e frutti ad adempimento del suo piano innato. Come l'energia scorre indivisa, così la coscienza innata scorre indivisa. La differenza tra il melo e la persona, in termini molto semplificati, sta nel fatto che l'essere umano sa di sapere. La sua consapevolezza esteriore, la ragione vigile e la volontà, combinate con i processi mentali inconsci, possono dirigere sia l'organismo sia il suo ambiente circostante, cosa che il melo non può fare. Osservando questa gerarchia della coscienza in natura, il fenomenologista francese Teilhard de Chardin concluse che "... l'energia universale deve essere un'energia pensante."

## IL CORPO ENERGETICO

La consapevolezza esteriore dell'essere umano è, in un certo senso, una cristallizzazione della consapevolezza interiore che ogni essere vivente possiede, proprio come il corpo fisico che vediamo e tocchiamo è una cristallizzazione della nostra entità energetica quantitativa. Le funzioni materiali e non materiali differiscono in termini di frequenza vibratoria, non in sostanza. È questo il motivo per cui tutto ciò che riguarda un individuo, dalla lunghezza delle ossa al grado di coordinazione delle più sofisticate attività motorie, è letteralmente scolpito dalla sua energia interna. Lo "scultore" è la coscienza propria dell'energia: la consapevolezza integrale dal gene allo spirito. Questo è anche il motivo per cui lo stato della nostra vita dipende dal

modo con cui affrontiamo gli eventi esterni, sebbene la realtà esterna abbia un suo proprio ruolo nella formazione delle nostre percezioni e azioni.

La differenziazione qualitativa dei movimenti dell'energia interna implica l'intera coscienza, ossia la nostra consapevolezza interiore come pure quella esteriore. Noi ci vediamo come individui aventi sfere di facoltà indipendenti. Le nostre percezioni sono definite come sensoriali, emotive, razionali o intuitive, e le nostre azioni come istintive o direzionate, reattive o autonome. Queste distinzioni sono molto utili, vista e considerata l'immensa diversità di percezioni e di azioni che anche una singola esperienza genera. Tuttavia, io vedo le varie facoltà come operazioni della coscienza che affiorano in superficie in accordo alla portata e allo scopo specifico del movimento energetico interno. L'emozione è una pulsazione dell'intero organismo. La sensazione di benessere, per esempio, è il riconoscimento della mente esteriore che l'energia sta scorrendo liberamente.

La mente esteriore nell'individuo sano può "partecipare", armonizzarsi ed allinearsi con il flusso dell'energia, oppure si può ritrarre. Sappiamo che gli yogi possono controllare alcune funzioni del sistema nervoso autonomo, e che i guaritori (ne ho visti alcuni all'opera) possono intenzionalmente canalizzare la propria forza vitale in una persona malata. Tali persone possiedono un'eccezionale integrazione della propria coscienza, ma la capacità della consapevolezza integrale di sé e della canalizzazione della propria energia è qualcosa di innato in ognuno.

Parlare dell'integrazione della coscienza implica che un'entità energetica si possa disintegrare pur restando in vita. Questo può accadere, non nel senso che la forza vitale dell'essere si divide in più parti, ma nel senso che il movimento tra le varie frequenze vibratorie può essere ostacolato dalla malattia. Le differenti frequenze, anche chiamate piani vibratorii o corpi energetici, compongono forme distinguibili, aventi particolari facoltà e caratteristiche. La forma materiale, il nostro organismo fisico, ha l'energia di frequenza più bassa. Le forme vengono a volte classificate in accordo ai loro particolari tipi di operazioni, da quelle fisiche o sensoriali a quelle spirituali o intuitive, e a volte in accordo al fatto che queste coincidano soltanto con la

vita terrena oppure continuano ad esistere anche oltre ad essa. Tali questioni, lungamente studiate da metafisici e osservatori dei fenomeni occulti, stanno cominciando ad essere di nuovo oggetto della ricerca scientifica, come avremo modo di vedere nella Parte III. Per il momento le definirò fundamentalmente come aspetti funzionali di un corpo energetico unitario.

I piani di energia possono essere paragonati ad un blocco di ghiaccio che galleggia sull'acqua contenuta in un recipiente. Il ghiaccio rappresenta l'organismo fisico. La forma cristallizzata, ovviamente, è fatta di acqua, e sia la parte solida sia quella liquida rilasciano dei vapori che noi generalmente non possiamo vedere o sentire, ma che si mescolano con l'atmosfera circostante. Il corpo energetico è paragonabile a tutte queste forme prese assieme, ad eccezione del fatto che le frequenze vibratorie più elevate permeano totalmente quelle più basse.

In circostanze ordinarie siamo in grado di percepire con i nostri sensi soltanto il piano energetico del corpo fisico. Ciononostante, determinati effetti delle frequenze più elevate possono essere registrati sperimentalmente tramite dispositivi tecnici come, per esempio, l'elettroencefalogramma e l'apparecchiatura fotografica di recente invenzione chiamata camera Kirlian. Queste attività energetiche vengono generalmente definite elettriche o elettromagnetiche. Il corpo energetico, però, non consiste soltanto di questi tipi riconosciuti di cariche, in quanto è costituito da un'energia vivente, di cui essi sono solo alcune componenti, come vedremo nei Capitoli 6 e 7.

L'energia vitale emerge dal perimetro della pelle estendendosi nell'atmosfera, e crea un campo energetico, o aura, il quale fornisce una grande quantità di informazioni sulla natura e sul funzionamento degli esseri umani. Per esempio, il cosiddetto doppio eterico, che in termini di frequenza vibratoria segue immediatamente il nostro corpo fisico, è visibile nell'aura come un esatto duplicato della nostra forma anatomica. Esso ha un cuore, una tiroide, tonsille, piedi, mani, e schiena. Inoltre, se una persona subisce un intervento chirurgico in cui un organo o un membro vengono asportati, il doppio di tale parte rimane nel corpo energetico ancora per un po' di tempo. Pertanto, qualsiasi intervento chirurgico, per quanto di piccola portata, deve

essere deciso soltanto se strettamente necessario. Esso provoca un trauma al sistema energetico, perché non invade soltanto la parte fisica che viene trattata, ma anche l'entità di energia nel suo insieme. La capacità di penetrazione delle frequenze vibratorie superiori spiega come eventi non materiali — le esperienze emotive, la mente, e lo spirito — possono effettivamente modellare la nostra fisiologia. La qualità del movimento energetico di un particolare evento si impressiona sul corpo energetico. Se l'esperienza è intensa o ripetuta, l'impronta diventa visibile tanto nella carne quanto nell'aura.

Non vi sono soltanto supposizioni o analogie dietro a questi fenomeni che riguardano l'energia dell'uomo. È vero che nel nostro secolo si sono fatti notevoli progressi nel campo della ricerca scientifica su tali argomenti, ma è anche vero che nel corso di tutta la storia conosciuta essi sono stati oggetto di studio approfondito, come vedremo meglio nei Capitoli 3, 4, e 5. La mia personale "iniziazione" ad essi avvenne all'inizio della mia vita professionale, quando lavoravo con Wilhelm Reich. Gli sarò sempre grato per avermi aperto la mente a questo proposito. Mi servii per alcuni anni di apparecchi di sua invenzione, come pure di particolari modifiche degli schermi del Dott. Walter J. Kilner, fin quando non scoprii che i miei occhi potevano vedere l'aura senza l'aiuto di supporti visivi. I Capitoli 6 e 7 descrivono in dettaglio alcune delle mie osservazioni. Si tratta di una facoltà che si sviluppa con la pratica, proprio come la facoltà di distinguere i quarti di tono in musica. Ma io sono convinto che molti individui possiedano comunque questa capacità come parte del loro sistema percettivo. Estrapolando dalle caratteristiche dei movimenti energetici nell'aura sono arrivato alla convinzione che ho espresso alla fine della sezione precedente, e cioè che l'unità e l'interazione comprendono tutto ciò che esiste, e quindi la creazione intera. L'agente unificante è il processo pulsatorio. Esso, in varietà infinita, costituisce il modello di movimento fondamentale di tutte le entità energetiche.

## IL PROCESSO PULSANTE NEL PRINCIPIO VITALE UNIVERSALE

Il movimento vibratorio che pervade ogni forma di energia conosciuta si esprime come un ritmo pulsatorio, il quale scambia emanazioni della sua propria sostanza con altre entità, pur mantenendo la propria integrità per tutta la durata della sua esistenza. Il sistema di scambio dimostra non solo un contatto periferico, o un effetto domino, come rivelano le ricerche tecniche, ma una vera e propria unità di sostanza. La fisica sostiene questo concetto: se l'energia nel cosmo non è mai distrutta, ma piuttosto trasforma il suo aspetto qualitativo; se la fonte della trasformazione è la coscienza dell'entità energetica stessa, e se (come è poi vero) la nuova coscienza obiettivamente indipendente partecipa nel movimento globale che è poi l'intero universo, sembra che debba esistere un'identità essenziale dell'intero con le sue miriadi di parti. Così, mentre la forza vitale si individualizza in miliardi e miliardi di differenti tipi, ciascuno dei miliardi di individui di ciascun tipo non solo partecipa, ma consiste della totalità di questa energia/coscienza. Chiamerò questa totalità il principio vitale universale o energia vitale universale.

Il ritmo pulsatorio nell'essere umano, come in tutte le personificazioni individualizzate del principio vitale universale, ha tre battiti: la fase assertiva, la fase ricettiva e la fase di riposo. La pulsazione si verifica in ogni componente e nell'intero organismo come un'unità. Ho già fatto l'esempio del cuore, il quale si contrae per inviare il sangue nel corpo e poi si rilassa per riceverlo all'interno di sé. Una mano può estendersi per prendere o aprirsi per ricevere. Il movimento sessuale si spinge in avanti, e poi si ritrae per permettere al bacino di riempirsi di energia. La totalità delle pulsazioni in un individuo relativamente sano dovrebbe essere perfettamente armoniosa, a causa della coscienza unificatrice dell'essere energetico. La coscienza, quindi, non è soltanto l'azione della facoltà integrale del conoscere, dalla facoltà della cellula a quella della mente. Essa include anche l'innato movimento dell'organismo verso la realtà esterna.

Sia nel movimento volontario sia in quello involontario, asserire significa agire: noi ci mettiamo in movimento, ci spostiamo, individualiamo, e impieghiamo intenzionalmente le forze a nostra

disposizione. Ricevere significa che qualcosa agisce su di noi, dall'interno o dall'esterno: noi accettiamo questo moto, lo aspettiamo, permettiamo ad esso di influenzarci, e incorporiamo le forze che pulsano già all'interno o che penetrano dentro di noi.

Ciascuna fase può venire intensificata in modo costruttivo, come può anche venire patologicamente esagerata. Come la mano può percuotere o giacere inerte, così il movimento sessuale può spingersi in avanti in modo aggressivo o ritrarsi freddamente. Avremo modo di vedere alcuni effetti delle distorsioni delle fasi ritmiche nella Parte III del volume. Per ora, mi limiterò a ripetere che nell'organismo sano le fasi assertiva e ricettiva sono armoniosamente equilibrate in un rapporto reciproco.

Considerato dalla prospettiva del suo modello di movimento fondamentale, il principio vitale universale può quindi essere chiamato anche principio di reciprocità. Il concetto ricorda l'analogia della definizione tradizionale cinese di yin e yang, la quale incorpora la nozione dei principi femminile e maschile nella creazione. Ma vi è una differenza fondamentale. La distinzione yin-yang, maschile-femminile, presume due forze irriducibili, in qualche modo contrastanti pur essendo complementari l'una all'altra. Il principio della reciprocità presume una sola forza vitale che opera con un movimento bilanciato in ciascuna delle due fasi. Non può esistere alcuna dualità intrinseca in questo moto perpetuo. Non esiste, quindi, nessun presupposto valido per la conflittualità tra uomo e donna, tra l'individuo e il gruppo, tra il gruppo e la società, o tra la società e la sua posizione sulla terra o nel cosmo.

Ma il conflitto all'interno e tra queste entità energetiche esiste. Esistono la malattia e la guerra, l'isolamento e l'ostracismo, per elencare soltanto alcune tra le categorie che ostacolano la possibilità dell'unificazione creativa dell'uomo. È mia convinzione, come base della corenergetica, che siamo proprio noi stessi a causare questo dolore, sbilanciando il flusso dell'energia reciproca attraverso il nostro particolare centro vitale universale. Questo centro è ciò che chiameremo core.