

*Qual è la differenza tra il tuo lavoro e il lavoro psicologico?*

Suppongo che si potrebbe dire che nel mio lavoro sono presenti degli elementi della psicoterapia.

Penso che probabilmente la differenza principale è che in questo lavoro ci focalizziamo maggiormente sul soma. Quando dico soma non intendo il corpo come qualcosa con cui interagiamo con il nostro intelletto; intendo il corpo come un' entità con una sua propria intelligenza.

Quindi non sappiamo cosa sta succedendo.

Ciò che rende straordinario questo lavoro è che può essere fatto veramente solo se rinunciamo all'intelletto con le sue limitazioni e lasciamo che il lavoro diventi una rivelazione.

Il lavoro psicologico è molto efficace nel relazionarsi al corpo ma secondo la mia opinione personale ci sono livelli dell'essere, in particolare traumi avvenuti in periodo preverbale e trattenuti in profondità, che non possono essere raggiunti attraverso processi intellettuali.

E un'altra convinzione personale è che tutti i traumi abbiano effettivamente un predecessore preverbale, potremmo chiamarlo una causa scatenante.

La scienza moderna afferma che il 90% di tutte le patologie affonda le proprie radici nello stress: lo stress si accumula finché non gli viene data un'etichetta che lo definisce come una patologia. Poi ci si focalizza sull'alleviare la patologia e a questo punto non trattiamo più la persona ma trattiamo l'etichetta. Quindi è una sorta di progressione, dal mio punto di vista, e la progressione proviene da uno stress iniziale che oserei dire in tutti i casi viene da un fattore antecedente preverbale e quindi non può essere raggiunto attraverso strumenti verbali, intellettuali.

Dobbiamo abbandonare completamente il nostro sapere e ciò che ci differenzia e lavorare a partire dalla saggezza del corpo, lavorare dal cuore e non dall'intelletto così che il campo del cuore – il campo bioelettromagnetico del cuore è immensamente più vasto del campo bioelettromagnetico del cervello – faccia il lavoro.

Non siamo noi come individui separati che facciamo il lavoro, il terapeuta non fa il lavoro. E' il lavoro che fa il lavoro.

Il terapeuta semplicemente presenta un ambiente -e faccio questo gesto femminile, opposto a questo gesto maschile- il terapeuta semplicemente crea e sostiene un ambiente sicuro che consente al cliente di compiere un viaggio, talvolta molto spaventoso, nel mondo del proprio subconscio per recuperare il tesoro nascosto in fondo alla caverna, il tesoro che potremmo chiamare Pace.

Questo tesoro è lì in ognuno di noi se solo possiamo toglierci di mezzo perché possa manifestarsi.

La via, il viaggio, il cammino verso questo luogo dove si trova il tesoro che abbiamo bisogno di riportare in superficie è custodito da demoni. Nella mitologia greca venivano chiamati demoni, oggi noi li chiamiamo nevrosi. Abbiamo tutti molte nevrosi, un giorno ho cercato di contare le mie ma ho finito i numeri.

Quindi cosa facciamo con questi demoni che scopriamo lungo il cammino verso la Pace, quella Pace che è oltre la comprensione? Non ha senso tagliare loro la testa perché ne ricresceranno altre sette. Li abbracciamo e realizziamo che sono parte di noi. E abbracciandoli, incorporandoli, conoscendoli meglio diventiamo più interi, più completi.

Noi siamo incompleti, siamo sbilanciati nel bisogno di sapere, in modo particolare in questi ultimi 600 anni di era cartesiana nella quale viviamo.

*“Come possono medici, terapisti e psicologi collegare questo modo di lavorare al loro modo di lavorare?”*

Credo che questo lavoro possa essere usato a qualsiasi livello. Non è in nessun modo esclusivo. Voglio essere molto chiaro sul fatto che non ho mai affermato o pensato che questo lavoro sia meglio di altri tipi di lavoro. Ogni lavoro ha il proprio contesto e la propria importanza. La questione è quale sia il più appropriato nella circostanza particolare. Il luogo dentro noi stessi dal quale veniamo quando facciamo quello che facciamo: questa è la cosa importante e non quello che facciamo concretamente.

Questo tipo di lavoro è stato presentato in particolare da un'organizzazione che si chiama Heart Math, che sta facendo un bellissimo lavoro in tutto il mondo, con le forze armate, la polizia, i medici negli ospedali, ogni luogo in cui ci siano condizioni stressanti.

Tornando a quello che ho detto prima, il 90% di tutte le patologie affonda le proprie radici nello stress. Quindi qualsiasi occupazione che causi stress può trovare un complemento molto utile in questo lavoro.

*“Come hai acquisito il tuo concetto di Maschile e Femminile?”*

Non stiamo parlando di genere, è molto importante comprendere che non stiamo parlando di genere. Il principio Maschile e il principio Femminile sono le due grandi energie iniziali che lavorando insieme creano l'Universo. L'Universo si manifesta grazie all'unione di Maschile e Femminile. I due principi esistono nelle donne e negli uomini. Nei tempi recenti, e quando dico recenti intendo 1000 anni – che è un tempo recente nella storia dell'universo- abbiamo assistito ad un dominio quasi completo del Maschile.

Voglio enunciare alcuni attributi che sono Maschili ed altri che sono Femminili: pensare è Maschile, sentire è Femminile; far è Maschile, essere è Femminile. Ci sono molti altri attributi che potremmo usare, vediamo: verso l'esterno è Maschile, verso l'interno è Femminile; l'intelletto stesso, il cervello, il pensiero sono Maschili mentre il sentire e la saggezza hanno fondamento nel cuore e sono considerati Femminili.

Queste differenze per me sono importanti, in modo particolare quando parliamo di saggezza. La saggezza è Femminile e noi manchiamo di saggezza. La nostra energia è totalmente ossessionata dal maschile, dal “di più”, dal conoscere, dal comprendere. La comprensione stessa, per definizione, è una limitazione. Il non conoscere è Femminile ed è illimitato.

Quindi in questo lavoro cerchiamo di focalizzarci sul ristabilire un equilibrio tra Maschile e Femminile così che la creazione possa avvenire. La creazione, piuttosto che la ripetizione di abitudini.

*“Questo ha qualcosa a che fare con Yin e Yang?”*

Sì, certo. Yin e Yang significano esattamente questo: il principio Femminile e il principio Maschile.

*“Quanto il Maschile ha bisogno del Femminile?”*

Evidentemente abbiamo bisogno di entrambi. Il Femminile da solo non è fertile, è potenziale oscuro, è il potenziale di tutto ma ha bisogno del Maschile perché il potenziale possa attualizzarsi. In termini umani la chiamiamo nascita.

*“Qual è secondo te la differenza tra sentimenti e sensazioni?”*

E' molto importante perché talvolta non è facile definirlo in lingue diverse. I sentimenti per me sono ciò che potremmo chiamare emozioni, cioè tristezza, allegria, rabbia, paura – questa in modo particolare. Questi sono sentimenti. Le sensazioni sono forte, leggero, pizzicore, dolore al ginocchio, calore, freddo. Queste sono tutte sensazioni.

*“Cosa significa essere presenti?”*

Questa è una grande domanda. Cosa significa essere presenti?

Quello che posso dirti e che proviene dalla scienza più recente è una statistica impressionante: dal 95 al 99% del tempo noi non siamo presenti ma siamo reattivi ad esperienze di vita del passato. In altri termini siamo vittime della nostra vita, vittime delle nostre relazioni, vittime del nostro passato, finché non troviamo un modo per stare nel presente.

Quindi cosa c'è nel presente? Una catastrofe repentina ci porta nel presente e in quel secondo io sono nel presente e tu sei nel presente, ma solo in quel secondo. Presto torniamo ad essere reattivi. Cos'altro posso dire? Penso che intrinsecamente il Femminile sia presente, è il Maschile che vuole andare sulla luna, indagare qua e là. Fondamentalmente la terra, che è femminile, il pianeta è femminile ed è presente. Lasciare la terra o l'immaginazione che va in differenti direzioni, questo è maschile. Voglio solo aggiungere questo. Ovviamente ci sono modi di essere nel presente differenti dall'aver un incidente.

*“Come possiamo essere più presenti?”*

Questo è ciò di cui ho cercato di parlare negli ultimi secondi. Una cosa che è sempre presente è la sensazione. In altre parole, se ho un dolore al ginocchio il dolore è qui ed ora. Non posso provare un dolore di ieri o di domani, quindi il dolore è presente. Il corpo è presente, la sensazione è presente. Quindi qualcosa che possiamo fare senza dubbio non è smettere di pensare, non sto suggerendo di sbarazzarci del pensiero – pensare è estremamente utile. Però possiamo combinare il pensiero con le sensazioni e le emozioni. Lasciate che prosegua un po' a questo proposito: a livello embriologico la nostra storia, dall'ovulo alla morte, ha una sorta di gerarchia. Ogni cellula del corpo ha sensazioni. Se prendete una cellula e la ponete su un piattino e ci versate sopra dell'acido la cellula si contrae, si raggrinzisce. Quindi ha sensazioni. Le sensazioni non possono che essere nel presente. Le emozioni possono riguardare qualcosa che sta succedendo ora – qualcosa mi sta rendendo triste- o possono essere qualcosa che mi porto appresso dal passato. Il pensiero, che è il terso livello nello sviluppo dell'essere umano può essere in Australia, in Islanda o in Uruguay e possiamo pensare a qualsiasi luogo del passato, presente o futuro.

La sensazione, invece, è nel presente. Quindi per rispondere alla tua domanda su come possiamo essere più presenti: restiamo in contatto con le sensazioni. Come sento il terreno sotto i piedi quando cammino? Come sento il vento sul mio volto mentre cammino? Come sento il tocco della tua mano? Queste sono sensazioni e sono ora. Ma non appena comincio ad analizzarle, ad esprimere dei giudizi su di esse, sono passato dalla sensazione al pensiero riguardo alla sensazione.

*“C'è una relazione tra vuoto e quiete?”*

Non ci ho mai pensato e non credo di volerlo fare, perché io non mi trovo nel vuoto. Sono la storia completa dell'Universo che è incarnata in me quindi non sperimento il vuoto.

*“Molte persone vengono ai tuoi corsi ed sperimentano sensazioni profonde ed emozioni che erano rimaste sepolte per molto tempo, quindi la domanda è: come questo lavoro arriva tanto in profondità?”*

Credo di avere toccato questo punto all'inizio. L'ho fatto quando ho detto che il mio punto di vista, a partire dall'osservazione e dall'esperienza – non da studi scientifici perché non sono qualificato per questo, non ho un laboratorio di ricerca- ma la mia osservazione (e le storie dei casi sembrano dimostrarlo) è che tutte le patologie hanno inizio nel profondo – e quando dico profondo intendo in un tempo molto precoce – ad uno stadio preverbale. Cosa significa preverbale? Significa a livello cellulare: si tratta di un trauma sensoriale. Un trauma sensoriale può trasformarsi in un trauma emozionale che può trasformarsi in un trauma mentale. Ma l'origine, secondo me, è molto probabilmente un'origine sensoriale.

*“Se una persona lavora con questo modello, questo influenza la Terra in qualche modo?”*

Sì, è quello che credo. È una parola molto abusata, ma io credo che il potenziale, l'effetto di questo lavoro, che lo possiamo quantificare o meno, e probabilmente non possiamo quantificarlo, è realmente cosmico.

Negli ultimi anni sono stati condotti molti esperimenti scientifici sui campi magnetici delle persone, di un gruppo, del pianeta e dell'universo e su come si influenzano l'un l'altro. Recentemente sono stati condotti esperimenti nel mondo, e ho letto di ciò, sul perché questo lavoro funziona. Il campo magnetico è influenzato a questo livello. Non posso citare i dati scientifici sul numero di Hertz o Megahertz implicati ma prendo seriamente quello che leggo negli articoli scientifici, fino ad un certo punto, che sostengono che non solo ci influenziamo l'un l'altro, ma che quando ci riuniamo in gruppi possiamo influenzare un gran numero di persone. In altre parole, un gruppo di 40 o 50 persone può generare un effetto su migliaia di persone. E questo comincia a spiegarmi un poco perché questo lavoro può avere risultati incredibili anche se non abbiamo idea, a livello intellettuale, di cosa stia succedendo. E' stato dimostrato che gruppi di meditanti hanno influenzato intere società.

*“Cosa hai imparato da questo lavoro per la tua vita?”*

Tutto! Mi ha cambiato radicalmente. Cosa ho imparato probabilmente non è la domanda corretta perché non si tratta di conoscenza, non si tratta di imparare. Si tratta di un cambiamento nel modo in cui faccio esperienza di me stesso. E da dove l'ho imparato? Da dove ho imparato questo lavoro? Ho letto molte cose significative a proposito di filosofia orientale e occidentale, antica e moderna ma ho imparato veramente il lavoro dai neonati. Ho avuto una pratica clinica per circa 10 anni prevalentemente lavorando con l'infertilità femminile e penso di avere avuto qualche successo perciò mi sono trovato a lavorare con molti neonati. E ho realizzato che non aveva senso intraprendere una lunga conversazione coi neonati a proposito di filosofia taoista perché non ci avrebbe portato da nessuna parte, Ci doveva essere un altro modo di comunicare. E quindi il lavoro è emerso da ciò. Il lavoro doveva essere a livello sensoriale e non intellettuale. E questo mi ha cambiato, non ho dubbi al riguardo e se avete dei dubbi chiedete a mia moglie.

*“Qual è la differenza secondo te nel lavorare con adulti o bambini o neonati?”*

La differenza è molto piccola. Io lavoro con gli adulti come se fossero neonati, perché lo sono. Tutti noi abbiamo al nostro interno un neonato. Abbiamo al nostro interno maschere nascoste, strati su strati di esperienze di vita non digerite, ma al di sotto di tutto ciò c'è un neonato ed è lì che si trova il trauma iniziale, quindi io lavoro con il neonato.

*“Dove credi che possa portarci l'espansione di questo lavoro?”*

È strabiliante, è davvero strabiliante. Non ci sono limiti, il potenziale è infinito. L'innalzamento della coscienza che può avvenire grazie o attraverso questo tipo di lavoro è la seconda venuta o Maitreya. Maitreya significa il prossimo Buddha. Non vedo il prossimo Buddha come un uomo con capelli ricci, un addome pronunciato e grandi orecchie, vedo il prossimo Buddha come un'espansione della Coscienza.

Grazie