



WALTER'S INSPIRATIONAL PRAYER

---

# LA PREGHIERA ISPIRATRICE

Dr. Peter Fritz Walter

Walter's Inspirational Prayer • September 24, 2015

---

## SOMMARIO

Introduzione

All'inizio era il programma

Le affermazioni positive guariranno

La fede è fiducia in se stesso

Integrazione delle emozioni negative

---

## INTRODUZIONE

Dopo aver letto un libro filosofico, o quando ho curato a lungo le studi del diritto, psicologia o l'astrologia, cerco di dimenticare il più presto possibile quello che ho imparato. Ringrazio pertanto il mio pragmatismo e il mio gusto della semplicità e mi contento di contemplare il mistero che ispira un bel paesaggio, una passeggiata in riva al mare, o il fascino di un bambino. Anche se la mia mente si accontenta di comprendere il mondo in modo scientifico, e di trovare la



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 2

ragione ultima dietro la vita, sto benedetto con un certo equilibrio interiore che apprezzo la serenità e l'armonia più che la conoscenza.

Questo è probabilmente il motivo per cui ho trovato il metodo di la preghiera ispiratrice così avvincente! È la sua semplicità che rende queste metodo così attraente per le persone di tutte le classi sociali, di ogni età, in tutto il mondo. Né speculazioni filosofiche, né sanno astrale, né saggezza ermetica o specialità cabalistica sono necessari per sfruttare del metodo e completare una trasformazione positiva della nostra vita! Si tratta di una filosofia del *qui-e-ora*, *hic et nunc*.

Il metodo utilizza auto-suggerimenti per attivare il potere del nostro subconscio. Per dirla più semplicemente: si tratta di una pratica per eliminare gli script interni e costruire nuove sceneggiature; gli suggerimenti servono a liberarci del dubbio perché il dubbio è sempre un pensiero negativo; perché il dubbio è un virus.

Prima di trovare la preghiera ispiratrice, nel 1990, avevo già studiato tutte le religioni ed è stato attivo nello studio della filosofia occidentale e orientale. Ma alla fine ho avuto una esperienza liberatrice attraverso la comprensione che l'amore di Dio si identifica con amore per la vita, amore per la bellezza, amore per la geometria chiamata 'divina' e amore di



### LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 3

la pace in l'armonizzazione di tutte le opposizioni e antagonismi, completando la trasformazione del dualismo.

Gli fu dato molti nomi in questo termine di armonia interiore ed esteriore da diverse culture di tutto il mondo. Tutte le religioni e filosofie hanno inteso. Ma purtroppo molte persone entrano in irragionevolezza o oscurano questa verità, perché per loro la religione significa la morale. Pertanto, sviluppano un atteggiamento moralizzante di fronte alla vita, la gente, e se stessi. Giudicano il mondo, invece di capirlo.

Pochi sono a conoscenza che cosa arroganza se trova dietro di una filosofia patriarcale che non ha mai avuto uno sguardo adeguato verso la donna e il femminile, considerando le donne inferiori agli uomini.

Inoltre, quello che ho visto in questi circoli è che queste persone sono diffidenti nei confronti della natura. Ma il peggio è che vedono la natura al contrario di loro Dio mentale, come se la natura fosse stato creato dalla natura, mentre il loro Dio risiede di fuori di esso!

Un tale atteggiamento non solo porta alla dissezione di emozioni della mente, ma la soppressione di subconscio pensiero che è visto come il diavolo; inoltre, le qualità del emisfero destro del cervello, come l'intuizione, il femminile, o la introspezione, sono in gran parte rimosse dalla coscienza.



#### LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 4

É stato questo il diabolico di una religione che non meritava questo titolo perché non era un collegamento alla sorgente, non ha condotto i suoi fedeli alla unità della vita, ma a una vita frammentata.

E molti di questi credenti uccidono fino ad oggi delle popolazioni indigene. Altre conseguenze sono un potenziale sempre crescente di violenza nella società globale moderna, la distruzione di sistemi biologici, e il dominio delle emozioni umane dalla tirannia di una razionalità totalmente stupida e limitata.

E la maggior parte di questi poveri non hanno mai pensato al significato della parola 'religio' che è la radice latina della nostra parola 'religione.' E 'religio' significa connetterci, vale a dire, la verità di unità della vita, la nostra vera natura e la nostra autenticità, durante il processo di preghiera. Perché la preghiera non segue alcun dogma; è libero come il vento e le onde del mare.

La preghiera apre le porte alla vera religione, quella che abita i nostri cuori e le anime, e che è l'amore, l'unità, l'equilibrio, la compassione e il coinvolgimento in tutto che esiste. La preghiera, funzionalmente parlando, è uno script, un programma. É il nostro ego che parla al nostro spirito guida, e indica che egli vuole, che condizioni desiderate,



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 5

certo desiderare un rapporto di matrimonio simile o associazione professionale.

Così forse sembra come se le cose stanno così, pregare è laico in natura e non 'qualcosa di spirituale.' Ma allora ... che cosa è 'spirituale' e che cosa non lo è? Possiamo dividere la vita in una parte che è 'spirituale' e un'altra parte che è 'laico?' La risposta è nella domanda—certo che no!

Si può certamente farlo, e molte persone fanno che seguano dogmi religiose. Ma cosa fanno le persone, infatti, è quello di mentire a se stessi, a giocare a mosca cieca ...

'Religio' significa che ci collega alle origini, il nostro vero destino è la nostra destinazione nella vita e che è come un programma interiore; tuttavia, questo programma è in una condizione non coltivata e deve essere lavorato, cesellato, raffinato; lo facciamo attraverso l'auto-programmazione che fa parte de la preghiera ispiratrice.

Tutti noi abbiamo un programma interno. Non c'è un uomo, una donna, un bambino che non ce l'ha. Una volta che capiamo questo e renderlo consapevole di questa profonda verità, siamo in grado di trasformare le nostre vite, lavorando con la guida interna. Se ci rifiutiamo di fare questa verità consapevole, saremo programmati da altri, da norme sociali, i costumi e le abitudini. É un fatto, non una teoria.



LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 6

## ALL'INIZIO ERA IL PROGRAMMA

La maggior parte della gente pensa che una persona che prega deve necessariamente essere un credente, nel senso che deve 'credere in qualcosa.' In realtà, non è solo la preghiera che nasce dalla fede, ma anche la fede risulta della preghiera. Chi ha fede attualmente non ha bisogno di pregare perché la fede viva è uno stato di preghiera.

Mentre altri diranno che pregare non ha senso se si crede in nulla. Ma non è così. Quando mangiamo, crediamo che quello che mangiamo è buono per il nostro corpo e ci nutre. A parte il fatto che la maggior parte di noi sono consapevoli che quando si mangia, nutriamo non solo il nostro corpo, ma anche la nostra mente, che la fede è tale che non siamo sempre consapevoli. Crediamo senza sapere che crediamo!

Crediamo anche che domani siamo ancora vivi, perché altrimenti nessuno avrebbe fare i piani che vanno oltre domani. E quando si soffre un danno fisico, crediamo che l'intelligenza universale della vita ci guarisce.

Infatti riteniamo molto più di quanto pensiamo, ma nostra cultura, ostile all'introspezione, ci fa credere (sic!) che abbiamo perso la fede. Saremmo saggio di ammettere che non possiamo vivere senza fede.



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 7

In ogni caso, quelli di noi che hanno ben sviluppato la loro percezione cosciente del mondo sanno che la nostra cultura si basa su paradigmi che sono contra la natura e, di conseguenza, devono essere corretti.

Il processo di auto-programmazione ha proprio l'effetto di purificare il nostro subconscio di tali false impressioni, che non sono in accordo con la natura. Uno di questi messaggi sottili è che una persona che crede in un potere superiore sarebbe de un 'carattere debole.' Questo modo di giudicare la gente se base sull'arroganza.

Ma è un carattere fondamentale di tutta nostra cultura, che nega su fondazione sulla terra madre, ma, come una torre di Babele viene eretta verticalmente verso il cielo invece di seguire le leggi della natura che determinano lo sviluppo naturale che risulta in la crescita non-lineare, a spirale, non la crescita lineare.

Qualsiasi evoluzione sana è a forma di spirale, non in forma di una linea retta, poiché tutti i sistemi biologici sono caratterizzati dal fatto che sviluppano de maniera non-lineare.

La spirale è la forma più comune in natura; è ovunque. Esso combina i movimenti del cerchio e la linea, creando un perfetto equilibrio tra immobilità (cerchio) e movimento (linea).



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 8

La spirale simboleggia il sviluppo periodico, sistemico e ciclico, in conformità con le leggi della vita. Per confrontare con la retta che è un prodotto dell'uomo denaturato e puramente mentale. Non si trova in natura.

L'avanzamento della spirale, de maniera ellittica, dimostra che porta con sé la sua radice, la sua ragione d'essere, il suo passato, il suo potenziale di trasposizione ogni volta ad un livello superiore. La retta, per contro, nega le sue radici e il suo passato. Tutta vera evoluzione, nella natura o nella cultura, è sempre di modo spirale e non-lineare.

Liberato di pensiero lineare e distorto, l'uomo trova la fede. Non c'è modo migliore che la preghiera per purificare il nostro subconscio di pensieri lineari e teleologici. Il pensiero teleologico e utilitaristico è puramente causale; si basa sulla massima *do ut des*. Tuttavia, la legge della vita non è né causale, né sulla base di reciprocità. E non è definitiva, ma semplicemente esistenziale e fuori di qualsiasi campo causale, sincronica.

Il principio creativo è fuori del tempo e dello spazio, fuori di causalità, oltre la razionalità, e non può se 'comprender' intellettualmente. Tuttavia, lo portiamo dentro di noi, in ogni cellula vivente del nostro corpo, perché la creazione è in forma di un ologramma. Ma intellettualmente,





## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 9

tutto quello che sappiamo del stato fuori di pensiero, è che non conosciamo. E questo è la migliore e forse l'unica condizione per fare crescere la fede.

È lui che conosce molto ha una fede forte. Einstein l'ha dimostrato. Egli ha detto che una persona che sa poco è lontano da Dio, e qualcuno che sa molto si riferisce a Dio. Per usare un'altra metafora, preso di saggezza buddista: il studente Zen che è appena iniziato non vede una montagna come una montagna. Ma appena ha avuto il suo Satori e divenne Maestro, vede la montagna di nuovo come una montagna.

Quando preghiamo, riconosciamo il fatto, di rimanere con l'immagine, che la montagna non è visibile e che, per questo motivo, riteniamo che non è una montagna. Nella preghiera, suggeriamo a noi stessi di 'vedere' la montagna, perché sappiamo che esiste.

Molte persone che parlano di Dio e parlano a Dio, sanno che il concetto di 'Dio' è un'illusione mentale. In realtà, non abbiamo bisogno di questa illusione. Quando pensiamo che l'esistenza di una forza spirituale è più probabile che la sua non-esistenza, abbiamo preparato una base razionale per la fede. Sapendo questo, possiamo davvero pregare come bambini, perché lo stato di grazia e lo stato del bambino



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 10

hanno in comune il fatto che consentono al flusso creativo che si basa sulla serenità.

La preghiera conduce all'armonia interiore ed equilibrio tra conoscenza e fede, tra maschile-dando e femminile-ricevente, tra alto e basso, buono e cattivo, positivo e negativo, bianco e nero.

La preghiera ispiratrice armonizza tutti i contrasti nei nostri pensieri contrastanti e ci rende sani mentalmente e fisicamente, perché qualsiasi salute è il risultato di un equilibrio tra le due energie fondamentali della vita: lo *yin* e lo *yang*.

Il potere della preghiera si nutre del nostro destino che è una diretta espressione di intelligenza cosmica; non ha bisogno di immagini mentali, o dogmi e rituali. È la programmazione cosciente e deliberata del nostro rapporto con l'universo.

## LE AFFERMAZIONI POSITIVE GUARIRANNO

La preghiera ci guarisce di modelli di pensiero negativo, tutto questa immondizia consistono di paure e dubbi interiori che ci impediscono di muoversi liberamente 'con una spensierata felice.' Una volta che si diventa mente sana, tutto il nostro essere sarà saturo con la salute.



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 11

Il modo migliore di pregare è immaginare che ciò che vogliamo nella preghiera, abbiamo ricevuto! È quindi un movimento anticipatori del pensiero.

Purtroppo, molti di noi rimane bloccati contro la realizzazione dei loro desideri personali. Gli era stato detto per tutta l'infanzia bisogno di 'sacrificarsi' per Dio e il mondo, e che tutta la vita sarebbe stata 'sofferenza.'

Questa filosofia masochista con la quale ha trasformato generazioni di bambini in schiavi disabili mentali dissolva quando ci rendiamo conto dell'amore e la pienezza dell'universo, e tutte le benedizioni che ci attendono per arricchire e abbellire la nostra vita.

Quando preghiamo di essere guidati dalla saggezza dell'universo, cominciamo a invocare un cambiamento positivo per tutti gli esseri; e si diventa un catalizzatore nell'universo, una forza magnetica. Per arrivarci, basta essere in attesa del nostro bene, e fiducioso che prenderemo il posto che è dovuto a noi.

Non c'è niente di più facile che fare una lista dei desideri; ma per alcune persone non c'è niente di più difficile. Perché? Perché vogliono fare una dozzina di progetti alla volta, e quindi le mancano di fuoco.



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 12

Spesso li consiglia di concentrarsi su un interesse solo per un certo tempo, riducendo così il loro ambito di attività per fare il punto. Ahimè, ci sono nature che sono multi-vettore e non può semplicemente fanno solo un interesse. Io sono uno di loro e so cosa voglio dire! Non si può cambiare la sua natura. È meglio mostrare queste persone la possibilità di realizzazione pratica di completare due o tre progetti alla volta, facendo piccoli passi ogni giorno, simultaneamente in tutti.

## LA FEDE È FIDUCIA IN SE STESSO

Vorrei qui citare un uomo straordinario, un avventuriero di salute, e anche un grande esploratore di fede. È stato il dottor Edmond Bordeaux Szekely (1905-1979), l'uomo colto che ha scoperto nella Biblioteca Vaticana, il Vangelo Esseno della Pace, nel 1925. Wikipedia scrive:

—Dal 1923-1925, quando Szekely era studente di dottorato, gli fu permesso di vedere l'Archivio Segreto Vaticano, dove aveva accesso ai documenti in aramaico apocrifi. Più tardi, nel 1950, ha avuto anche l'accesso ai ruoli del Mar Morto, che gli hanno permesso di tradurre quantità di testi in aramaico antico. Questi testi, ha detto, hanno dimostrato che gli Esseni (tra cui i primi cristiani che erano vegetariani), e che il vegetarianismo è stato anche insegnato da Gesù.

Dr. Bordeaux ha girato il mondo e, a contatto con le popolazioni indigene hanno avuto il privilegio di trovare la



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 13

fonte e il segreto della vita. Ma non era solo studioso ed esploratore, perché era anche un uomo pratico e si offrì di aiutare molta gente a ritrovare la loro salute e l'armonia nella loro vita.

Ma la pubblicazione nel 1928 del *Vangelo Della Pace* non solo ha portato il suo autore degli amici, ma anche nemici feroci. Aveva sofferto a tal punto che la sua vita era in pericolo in diverse occasioni, sia un episodio di affondamento e la sopravvivenza su un'isola deserta, e un incontro con il governatore di un'altra isola minacciata di cannonate la sua nave perché ha guarito la lebbra dei suoi abitanti con la saggezza medica essena.

È come se il grande uomo stesso è stato l'attore e protagonista di una fiaba con enorme dimensione che era la sua vita. Ma in questo non era solo. Ci fu un altro grande Edmond, cioè Edmond Kaiser, fondatore di organizzazioni *Terre des Hommes* e *Sentinelle* a Losanna, Svizzera. Per immaginare come avremmo fatto come lui ... in miseria umana del Biafra, raccogliendo bambini mutilati e mezzo morto per la strada, e portarli in Svizzera.

Quest'uomo, Edmond Kaiser, non si accontenta, come la maggior parte di noi, per vedere questo disastro umano ogni giorno in televisione. Prese il resto della sua fortuna, ha preso



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 14

un aereo e andò a lavorare, per trovare finalmente famiglie svizzere di adottare bambini. Era l'inizio di *Terre des Hommes*, così come lo conosciamo. Ma c'era un evento prima che tutto questo: era stato l'innescò per la vera missione umana Kaiser.

È stata la morte improvvisa di suo figlio, un ragazzo di quattro anni, che cadde in un pozzo nel giardino della sua casa, ed è morto all'istante. Kaiser sopravvive la follia che lo afferrò e trasformato il suo dolore in compassione per i bambini di tutto il mondo. Così avrebbe potuto mantenere la sua sanità mentale e trasformato la sua vita eroicamente.

In tutte le fiabe l'eroe è una persona che, superando tutti gli ostacoli immaginabili, completa la sua integrazione interna, si trasforma da una missione e, infine, completa una reputazione transpersonale, diventando un personaggio pubblico, una sentinella, e un agente trasformatore positivo per l'intera società.

Tutti gli eroi sono animati da un'idea, rappresentato dalla mano della principessa, alla fine del loro viaggio iniziatico. Il matrimonio, l'amore e la progettazione con la principessa sono simbolici per la forza vitale che anima l'eroe nel suo doloroso viaggio, che lo ispira e lo rende coraggioso e curiosamente, più che l'eroe è circondata da pericoli, più benefici il suo coraggio e la sua determinazione, ed è proprio



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 15

questa energia transpersonale che si svolge sulle onde del successo e si è conclusa la vittoria finale!

L'ottimismo indistruttibile del Dr. Bordeaux, testimoniata per tutta la gente che lo han incontrato, è un tipico tratto caratteriale di tutti gli eroi di tutte le fiabe del mondo. È questo ottimismo che lo fa uscire vittorioso da qualsiasi situazione di guasto temporaneo, e che è la fonte della sua motivazione per portare la sua missione fino al completamento.

Questo è esemplare evidente nel racconto di *Sarto Virtuoso*, la vecchia fiaba tedesca. Così siamo tornati al nostro tema iniziale, la fede. In un senso più profondo che siamo ora accessibili attraverso la contemplazione delle favole, possiamo capire che la fede è veramente fiducia in se stessi; è fidarsi nostro spirito guida, la voce interiore, la saggezza dell'anima, la nostra più profonda intuizione.

Questa fiducia non è ispirata per l'ego condizionato, ma per l'ego superiore, il nostro sé eterno che è fuori di ogni imballaggio, e anche fuori dello spazio-tempo. Il ego superiore, ci istruisce Ramana Maharshi, è il nostro vero I-AM (Io Sono); in termini cristiani, è lo Spirito Santo che anima e guida il credente e che lo ispira il coraggio, la fiducia, l'ottimismo e la fede nella benedizione finale del suo destino.



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 16

Fiducia in se stessi non è vanità, orgoglio, né è arroganza, ma semplicemente la fede viva in azione!

Che cosa ci insegnano gli antichi miti e racconti non è diverso da quello che noi abbiamo rivelato gli religioni: edificare la sua casa non sulla sabbia ma sulla roccia, e mangiare il suo pane nella piena fiducia di essere guidati per la perfetta realizzazione del suo destino.

Auto-programmazione attraverso affermazioni positive è il modo più semplice ed efficace per nutrire questa fede e la fa crescere e prosperare. La fede nasce dallo Spirito Santo e diventa un agente delle comunicazioni viva con il nostro spirito guida, liberandoci due ostacoli: la paura e il dubbio.

Significa anche che veniamo ad accettare noi stessi completamente, con tutti i nostri difetti, perché la promessa è la vittoria non perché siamo perfetti, ma nonostante il fatto che non lo siamo.

Così, psicologicamente, perché la fede trasforma le nostre carenze in qualità, che si esprime nella Bibbia in queste semplici parole:

- Il ultimi saranno i primi;
- Alzarsi e cammina;
- Il tuo fede te ha guarito.





## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 17

La vita è un cerchio magico che usiamo per realizzare un processo di apprendimento, al fine di crescere e prosperare, e, quindi, in ultima analisi, di evolvere nella nostra umanità, e allo stesso tempo, nella nostra spiritualità.

Se si leggono le fiabe regolarmente, si arriva ad un punto di comprensione della loro forza iniziatica. È significativo che la storia trova il suo fine, quando l'eroe completa la sua missione nella vita, quando si realizza il suo sogno personale e transpersonale. Così ci lasciano con la formula: 'E vissero nella felicità, fino alla fine dei loro giorni.'

Le fiabe sono vere e proprie ricette per raggiungere la felicità, perché ci mostrano che il nostro desiderio è reale, genuina e meritoria, e che è quello di seguire la virtù, non alienazione mentale, come i media vi diranno. Joseph Campbell espresso così 'dobbiamo seguire la nostra chiamata interiore' se vogliamo vivere una vita autentica che lascia una traccia, e ci fa capire la pienezza della vita.

Infatti, in tutte le favole, c'è un tesoro da acquistare; ma questo tesoro non è solo nella forma di arricchimento materiale. C'è sempre una ricerca spirituale, uno spirito peculiare, anche se nella vita ordinaria non vediamo perché è invisibile. Se la mano della principessa era solo una espressione simbolica per una vita sessuale felice, l'eroe



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 18

avrebbe potuto fare molto più semplice, senza deviazioni, tutte le difficoltà e gli ostacoli alla sua missione.

Ma per capire questo, si sta studiando il simbolismo specifico delle fiabe perché il loro valore intrinseco è quello di aprire l'accesso a una dimensione superiore del desiderio, un desiderio che è allo stesso tempo carnale e mentale, a sia umana e spirituale, sia *yin* e *yang*, per così dire.

Le fiabe ci mostrano la via che l'I Ching chiama 'La Via del Cielo' e che il Vangelo espressa dalla metafora de la 'Porta stretta.'

Poiché questo non è un saggio sulle favole iniziatiche, ma un articolo sull'uso delle affermazioni positive, non voglio parlare di più su tutto ciò che possiamo imparare dalla mitologia dei popoli e tribù intorno mondo; questa è una molta ampia area di ricerca che non può essere oggetto di uno studio di sintesi. Abbiamo solo a ricordare il ruolo fondamentale svolto dai racconti per mantenere la fede e ci incoraggiano nella nostra missione, qualunque sia il suo scopo. Ecco perché le fiabe sono così importanti nella crescita mentale del bambino come é dimostrato brillantemente Bruno Bettelheim.

Ma c'è ancora un altro motivo per cui i bambini rispondono in modo attentamente i racconti: è il loro modo di



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 19

parlare, che esprimono il loro messaggio perché non è un linguaggio diretto o ordinario; si tratta di un linguaggio poetico e metaforico; e questa è la lingua del sogno, il linguaggio di ipnosi, non ultimo la lingua del nostro subconscio. È il linguaggio dei poeti e attraverso di loro il linguaggio dell'infanzia in modo poetico.

Si tratta di un linguaggio ricco di simboli, semplice dal punto di vista grammaticale, se non rozzo, ma suggestivo e colorato. Ed è questo anche il linguaggio degli oracoli antichi e miti religiosi e iniziatici. È organico, piena di potere suggestivo, e semplice.

Ma chi ha provato a scrivere in quella lingua sa quanto sia difficile. Ecco perché il adagio dice che devi nascere come poeta, e questo è certamente vero in generale. Ma ci sono molte persone che testimoniano che, dopo la psicoterapia o il ritiro sabbatico, o un intenso periodo di meditazione, questo linguaggio è manifestata in modo improvviso, quasi per magia, e si fece strada negli scritti pubblicati.

Se siamo in questo stato mentale particolare, possiamo osare di scrivere una favola, anche questo se può essere difficile in un primo momento. Una volta è successo, però, si pone la questione del perché un certo tema è stato scelto, una certa configurazione di circostanze, per l'eroe o l'eroina,



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 20

perché lei superava una particolare avventura e così via? Poiché i temi e contenuti di tali favole personali possono rivelare dettagli sorprendenti del nostro complesso psicologico particolare, e molti della nostra situazione di vita.

Questo può a sua volta portare a profonde riflessioni per tirarci fuori dall'impasse e di stagnazione che potrebbe essere stato un trauma per anni senza fine e quindi trovare la loro risoluzione con un nuovo approccio creativo intuitivo e sorprendente. Ciò che accade in questi tempi è che il contenuto inconscio del nostro pensiero è esternalizzato e manifesta durante il processo di introspezione. Questo può risultare in ogni potere, anche sul piano materiale e finanziario.

Tuttavia, la forza della nostra intuizione è ignorato, se non sminuado, par la nostra cultura meccanica, lineare e materialista. Persone veramente creative e originali sanno che questa cultura si basa sul un errore fondamentale di percezione che non solo ha emerso nel tempo di industrializzazione, ma è tanto antica che l'uomo.

La Torre di Babele, storia nella Bibbia, mostra il destino di Atlantide che si è reincarnato nella cultura moderna tecnocratica che ha portato 'confusione di lingue.' Questa confusione delle lingue che è menzionata in il racconto



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 21

biblico vuole dire confusione tra l'esperienza cosciente e incosciente che è il risultato della rimozione del contenuto della mente inconscia, che è un fenomeno tipico della cultura patriarcale 'solare' ed i tempi antichi, e nel nostro tempo.

La torre che si erge verso il cielo, l'Arcana 16 dei Tarocchi (La Torre), simboleggia la nostra esagerazione di funzioni puramente cerebrali e mostra metaforicamente la nostra ipertrofia cognitiva mentale 'razionale' a spese della conoscenza intuitiva. Questo simbolismo rivelando, troviamo anche nella sesta riga del primo esagramma dell'I Ching (Yang), che mette in guardia contro una dinamica titanica per superare le difficoltà da una spada! Questa arcana del Tarocchi mostra due uomini in piena caduta di alta finestra della torre, anche se non atterreranno sul cemento, ma su un prato in fiore, abbastanza morbido e ricettivo: quindi il simbolo fortunato in sfortuna e l'incontro con la natura, il suolo, la terra, dopo un volo tra le nuvole di pensiero.

Si potrebbe anche interpretare la loro caduta come un atto fecondante di procreare una nuova vita, come è mostrato nella seguente carta benefica nei Tarocchi, la 17 (La Stella).

È importante vedere che la saggezza positiva delle fiabe e la stessa saggezza dei Tarocchi e I Ching non ha alcuna



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 22

traccia di moralismo. Si potrebbe ben dire che questa saggezza dice il vecchio adagio:

—Aiutati stesso, e Dio vi aiuterà!

E ricordate che il *Sarto Virtuoso* non ha bisogno di prendere la 16° Arcana dei Tarocchi per non sarebbe mai diventato un gigante, beffarda la mediocrità intellettuale degli gigante e convinto della sua superiorità umana, nonostante il fatto che non potrebbe confrontare fisicamente il gigante. Ma questo dimostra che tutte le facoltà che sono quali dei eroi sono facoltà della mente, e guadagni spirituali.

## INTEGRAZIONE DELLE EMOZIONI NEGATIVE

Come risolvere i conflitti interni che si traducono in emozioni negative e talvolta distruttivi? Dobbiamo prima affrontare questa guerra interna, dobbiamo accettare come un fatto, invece di fuggire in molte distrazioni. Significa affrontare la nostra ombra!

Il peggiore da fare è quello di combattere contro le emozioni negative e condannare loro! Come fanno parte del nostro essere, purché non siano integrato—se combattiamo contro, lottiamo con noi stessi, e il risultato sarà una depressione. E c'è di più da sapere accanto al nostro ombra. La guerra interna può mettere la persona in uno stato di



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 23

confusione totale, che può essere esternalizzata in un modo che ci sentiamo contemporaneamente la paura e il desiderio sessuale. O questo conflitto può avvenire a livello di potere, con un misto di sentimenti di potere e di non-potere (depressione).

E si può comparare questa guerra interna con la guerra tra popoli e nazioni. In entrambi casi, si può parlare di sentimenti ambigui, solo in un caso, questi sentimenti sono a livello interno e nell'altro caso, sono al livello sociale e politico.

La ricerca sulle cause della guerra ha rivelato che le guerre sono più frequenti tra le persone e le nazioni che favoriscono un sistema morale rigoroso e reprimono le emozioni nel bambino da un'educazione repressiva. Purtroppo, oggi siamo il prodotto di centinaia e migliaia di anni di repressione emozionale.

La ricerca ha anche rivelato che le guerre non sono il risultato di troppa rabbia e odio, ma di troppo poco! In che modo? Mi spiego con un esempio. Rappresentavi nell'occhio interiore due bambini che combattono si stesso. È questo qualcosa di insolito? Credo di no. Questo accade ogni giorno in tutte le scuole materne di tutto il mondo, soprattutto durante la ricreazione. E allora? Niente di drammatico; voglio



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 24

dire, la pace regnava di nuovo, e la cosa sarà ad acta. Quanti morti? Nessuno.

Così dite, caro lettore: 'Ma i bambini non hanno armi!' È questo corretto? Un dito va dritto negli occhi, non è un'arma, una cintura intorno al collo, non è un'arma? Non è una questione di armi, si tratta del grado di rabbia o di odio che è in gioco. Parlo di accumulazione di energia negativa, o un stato o tali accumulazione non ha avuto luogo, non ha ancora avuto luogo! In tutte le guerre, e in ogni omicidio, si tratta di una grande accumulazione di energia negativa. Non è possibile accumulare energia negativa nell'una ora durante una partita, nemmeno in un giorno; ci vogliono mesi, e in molti casi, anni, per accumulare tan energia negativa per essere in grado di commettere un omicidio o uccidere i 'nemici' in una guerra!

Nei bambini, una tale accumulazione di energia negativa non è ancora avvenuta; queste piccole quantità di rabbia che si accumulano nei bambini che giocano e che se attaccano di volta in volta sono rapidamente dimessi senza problemi o lesioni gravi.

La scienza bioenergetica, come è stata fondata da Wilhelm Reich (1897-1957) e sviluppata da Alexander Lowen (1910-2008), ha emesso risposte chiare e nitide a queste





## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 25

domande, e ha anche spiegato come evitare una tale accumulazione di energia negativa.

Potremmo discutere il problema a due livelli diversi, e cioè a livello individuale e livello collettivo. Per riguarda la visione complessiva del problema, la ricerca della pace ha chiaramente sostenuto una riforma del nostro sistema scolastico per ridurre giustificazioni moralistiche per la violenza che si esercita sui bambini e per rendere possibile una educazione permissiva che dà il diritto al bambino a verbalizzare le sue emozioni in dialogo con l'educatore e rompere con il tabù della espressione delle emozioni primarie.

Possiamo quindi concludere che i conflitti interni che portano all'accumulazione di energie negative come la rabbia o la paura, che possono disturbare lo sviluppo psicosessuale dei bambini, possono essere risolti esattamente nel modo che risolve il conflitto a livello globale.

Voglio dire, la guerra interiore può essere evitato nello stesso modo come le guerre in tutto il mondo possono essere evitati, cioè attraverso il dialogo deliberato con la nostra ombra, con l'accettazione di questa ombra, e uno sforzo cosciente di non accumulare emozioni, ma lasciate fluire



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 26

liberamente, perché sono correnti energetiche e devono circolare per mantenere in perfetto equilibrio.

Portando alla fine nostra guerra interna, ci aiutiamo a fare la pace nel mondo; è così semplice.

L'uomo è capace di tutto, tutta la storia umana lo dimostra. Non c'è mostruosità che l'uomo non ha commesso nel corso della storia umana. Il fenomeno del potere è anche importante nella vita degli uomini che il fenomeno dell'amore. I poeti tutti parlano di 'potere dell'amore.' Ma purtroppo che i poeti, non i militari, non le persone comuni ... che non sanno che solo una persona che non ha alcun potere, che è in depressione totale, è in grado di strage chiunque e nel modo più crudele che si possa immaginare!

Tutti infanticidi sono il risultato di sentimenti depressivi, sentimenti di amore per i bambini che l'assassino ha rimosso per anni, molti anni prima che ha commesso l'atto orribile in luogo bambino. Questo processo bioenergetico è difficile da capire per la maggior parte delle persone che non hanno mai avuto accesso alla psicoanalisi e che pensano che tutto il potere è negativo e abusivo—che è un grosso errore!

Abuso di potere è sempre, senza eccezione, non un segno di potere, ma, quindi, de la depressione. Qual è l'obiettivo della psicoterapia? Questo per permettere al



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 27

paziente di riprendere la sua potenza che il suo pensiero immaginario aveva perso; ma il fatto è che non ha mai perso. Chiunque deve accettare il suo potere personale; e questo potere non può essere perso, però, a causa di abuso di potere contro di noi, siamo ipnotizzato a credere.

È molto importante essere consapevoli della sua *forza primaria*, come lo chiamo io, perché senza una percezione del nostro potere per sé, non siamo in grado di sviluppare una percezione del nostro potere sugli altri; e quando questa percezione viene a mancare, un abuso di potere è sempre una probabilità di temere. Solo che è consapevole del suo potere personale è l'ha integrato può incontrare gli altri in un rapporto autentico e sano.

Se rifiutiamo potere perché ci rifiutiamo l'amore, è molto difficile realizzare i limiti del nostro potere, e il nostro effetto su altre persone. Si può prendere una posizione chiara in questo senso solo se siamo in grado di vincere la paura. Ecco un suggerimento per aiutare in questo processo di sviluppo personale. Questa affermazione positiva deve essere recitato due volte al giorno, al mattino subito dopo il risveglio e la sera prima di andare a dormire:

—Accetto il mio amore e lo sviluppa in buona salute, in bellezza, libertà, e felicità, nel paese, nel luogo e tra la gente



## LA PREGHIERA ISPIRATRICE / 28

dove le condizioni sono ideali e dove il mio amore finisce  
essere un effetto benefico sulla posto di altri. La realizzazione  
di tutti i miei talenti e successi alimentarcivi de la felicità del  
mio amore, e questo è meraviglioso!