



## CONCLUSIONI

di M. A. Caggiano



### Abbiamo ascoltato cosa dice la Scienza.

L'Energia e le modalità con cui agisce, i modi in cui si manifesta, i nomi che gli Egizi davano alle forme che assume.

Abbiamo osservato alcuni dei tanti aspetti della manifestazione dell'Energia su questo piano di realtà: il mondo fisico.

Concludendo il percorso di questo Convegno:

### **Di quanti corpi l'Uomo può disporre?**

Siamo formati di strati di energia compenetrati l'uno nell'altro.

Questi strati di energia, che vanno dall'energia più sottile a quella più grossolana della materia fisica, formano i nostri corpi.

Per semplicità, possiamo prenderne in considerazione quattro, come suggerisce lo Yoga: per semplicità e soprattutto perché questi sono realmente essenziali nel nostro cammino evolutivo.

*“L'intero corpo è come un loto, che ha quattro petali di quattro forme, colori e dimensioni diversi. Ognuno di questi ha il suo significato intrinseco. Il primo è il corpo fisico, il cui colore è il rosso. Il secondo petalo è il corpo sottile, nel quale dormiamo e facciamo l'esperienza dei sogni. Ha la dimensione di un pollice ed è di colore bianco. Il terzo petalo è il corpo causale, è grande come la punta del dito medio ed è di colore nero. Il quarto è il corpo sovra-causale, piccolo come un seme di sesamo ed è di colore blu o oro. Quest'ultimo corpo è importantissimo: è molto brillante, è il fondamento del sadhana ed è la più alta visione interiore” (Swami Kripananda, Inaneswhar's Gita).*

Nella nostra vita di tutti i giorni noi viviamo tre stati di coscienza differenti tra loro: la veglia, il sogno e il sonno profondo.

Le ricerche scientifiche dicono che in ognuno di questi stati cambiamo il livello metabolico, il tasso respiratorio, la resistenza elettrica della pelle, la portata cardiaca, le onde cerebrali, le capacità percettive e le attività motorie. Quindi anche non vedendo un soggetto in esame, anche solo conoscendo il risultato di alcune analisi, noi possiamo dire, senza pericolo di errore, se il soggetto è in stato di ve-

glia, di sonno profondo o di sogno.

Anche la nostra mente si comporta in modo diverso nei diversi stati di coscienza. Prendendo in esame i pensieri e la consapevolezza, la mente durante la veglia è consapevole di vivere uno stato di veglia ed è attiva; durante il sogno è attiva, ma generalmente non consapevole, cioè completamente coinvolta nei suoi sogni e non è perciò consapevole di sognare; durante il sonno profondo non è né consapevole né attiva, è in completo riposo.

Questi stati di coscienza sono quindi diversi tra loro e si susseguono l'un l'altro, Sono relativi, perché quando ne viviamo uno non possiamo vivere gli altri. In ognuno di questi stati noi usiamo un corpo diverso.

Durante lo stato di veglia usiamo il nostro corpo fisico, che, da un punto di vista energetico, è di colore rosso. Quando sogniamo usiamo il corpo sottile, che ha la grandezza di un pollice ed è di colore bianco. Quando entriamo nel sonno profondo usiamo il corpo causale, grande come la punta di un dito e di colore nero.

*“Le anime individuali costruiscono diversi corpi per poter esercitare le loro varie attività ed **acquisire esperienza in questo mondo**”* (Swami Sivananda).

Lo schermo su cui questi stati di coscienza si manifestano è un quarto stato, il più importante di tutti, perché è il **fondamento della nostra vita relativa**.

In questo stato di coscienza noi usiamo il corpo sovra causale, che è di colore azzurro o a volte di energia dorata ed ha la grandezza di un seme di sesamo.

La veglia, il sogno e il sonno nascono e finiscono in questo quarto stato, lo stato trascendentale dell'Essere, che rimane sempre uguale e può essere colto nei punti di giunzione tra i vari stati relativi.

In questo quarto stato noi siamo assolutamente **consapevoli** e la nostra **mente è quieta**.

È importante fare attenzione a conoscere e ri-conoscere questi stati susseguenti, imparare a cogliere il passaggio dall'uno all'altro stato, perché così si può percepire il quarto stato, **lo stato trascendentale dell'Essere, che rimane sempre uguale e può essere colto nei punti di giunzione tra i vari stati relativi**.

Come nella fase del sonno, anche quando moriamo attraversiamo gli stessi stati. Per chi ha già affrontato lo studio de “Il viaggio dell'Anima” è già chiaro un dato fondamentale: il morente attraversa degli stadi contraddistinti dalla visione di tre colori, il rosso, il bianco, il nero.

La coscienza si “*ritrae*” progressivamente dal corpo fisico (e attraversa il colore rosso), dal corpo sottile (e attraversa il colore bianco), dal corpo causale (e attraversa il colore nero).

Cosa resterà quindi di noi su *questo* piano di esistenza?

Un guscio di cellule, che verrà restituito ad uno dei quattro elementi che lo costituiscono: terra, aria, acqua, o fuoco.

Per tale motivo sono nate tradizioni diverse, che affidano il corpo del morto alla terra (inumazione), o all'aria (esposizione al vento), o all'acqua (il corpo viene lasciato a galleggiare in mare o su fiumi sacri), o al fuoco (cremazione).

Ma il morto *non è più lì*.

Abbiamo fatto l'esperienza del quarto stato, di quel corpo *sovracausale* che è **lo schermo su cui questi stati di coscienza si manifestano, il quarto stato, il più importante di tutti, perché è il fondamento della nostra vita relativa**.

È il **corpo di luce** che è la nostra vera natura.

Imparare ad esserne consapevoli è perciò di immensa importanza, per noi.

Ed è possibile farne l'esperienza.

Una delle tecniche è quella **Meditazione Mer-Ka-Ba** di cui abbiamo già ascoltato dalle preziose parole del nostro relatore Giuseppe Rampulla.

È possibile anche conoscere e sperimentare attraverso lo studio del Viaggio dell'Anima: dalla formazione del corpo fisico (concepimento e nascita) alla dissoluzione del corpo e la realtà del corpo di luce.

Si tratta di tecniche antichissime.

**Il corpo di luce è la nostra vera natura.**

Nell'infinitamente piccolo è racchiusa l'essenza della nostra coscienza.

Noi siamo **quello!**

Lo studio che oggi ci è stato proposto ci ha arricchito, parlando alla nostra Mente.

Chi ha ascoltato ed ha percepito il messaggio profondo che ci arriva dalla Sapienza, dalla Conoscenza che proviene da tempi immemorabili, ha certamente avvertito il Desiderio, la spinta ad avvicinarsi alla realtà intravista.

E, proprio come credevano gli Egizi – *come ci insegnano ancora gli Egizi* – il Cuore ci guida, entrando in un percorso di Luce.

Questo percorso è infinitamente bello, infinitamente luminoso e, anche, infinitamente facile, alla nostra portata.

Se non fosse facile, sarebbe solo per pochi, mentre invece è per tutti – proprio per tutti – e per ciascuno.

La vera Conoscenza ha come effetto quello di modificare noi stessi: e questa trasformazione è mentale, è animica, è fisica.

Ed è vera Conoscenza quella che avviene attraverso l'esperienza, quando tutto quello che è oggetto di studio diventa veramente nostro, perché ne abbiamo fatto vera esperienza.

Se non modifica il nostro comportamento, la struttura dei nostri pensieri, se non diventa l'essenza del nostro modo di leggere la vita, non è mai vera Conoscenza.

È possibile fare l'esperienza del Corpo di Luce, adesso come gli antichi saggi insegnavano, come ne hanno mantenuto la Conoscenza tutte le vere e grandi spiritualità. La lettura che ne fa la Scienza costituisce una grande conferma di ciò che è vero ed è conosciuto dalle tradizioni iniziatiche. Quelle tradizioni che in tutto il mondo, sotto forme diverse, hanno custodito la Conoscenza profonda.

Ed è questa Conoscenza a cui si può sempre giungere, sapendo collegarsi ad essa con genuinità, con desiderio, con la mente libera.

Il Maestro che ha insegnato in tutto il mondo a vivere l'esperienza della "Vita oltre la Vita", che ci ha lasciato i segreti del "Corpo di Luce", facendoci scoprire dove va l'Anima dopo la morte (ed a farne l'esperienza centrale della nostra Vita, la cosa più meravigliosamente rasserenante: perché se non si ha più paura della morte, niente – proprio niente – può farci più paura...), raccontava spesso aneddoti che appartenevano alla sua vita personale.

Aveva un fratello che era un "vero" scienziato, molti dei suoi amici erano "veri" scienziati. Lui stesso insegnava presso alcune Università.

Un amico fisico un giorno – tanti anni fa – gli confidò con molta emozione: "Sai, Cesare, dai nostri studi abbiamo scoperto che *forse* all'inizio della formazione dell'Universo *potrebbe esserci un suono!* Adesso che abbiamo questa ipotesi di ricerca, dobbiamo riuscire a comprendere quale possa essere questo suono!" .

Cesare, sornione, gli rispose: "Bene, adesso che sai che questo suono c'è, vieni a fare un incontro di Syddha Yoga con noi: lo sentirai. Lo usiamo abitualmente".

Quando la Scienza è *vera Scienza*, ritorna alla Tradizione che ha custodito il fondamento di ogni sapere per l'Uomo.