

Commenti al Messaggio di Silo

L'Esperienza: “Cerimonia di Benessere”
“Riconoscimento”

Il Libro: “Azione e reazione della Forza”

Esperienza personale in relazione al Benessere

Camillo Comelli
Comunità: “Navigli 4”
Saletta dei Navigli
Milano, Italia
10 aprile 2017
camillo.comelli@gmail.com

Commenti al Messaggio di Silo: “La Esperienza – Cerimonia di Benessere”¹

Prima dell'intervento

Molti amici, in differenti parti del mondo, mi hanno mandato benessere per un piccolo intervento al cuore, e questa è stata un'occasione per avere un'esperienza straordinaria.

Da quando sono messaggero (2010) per molte volte ho fatto, insieme ad amici e parenti, la cerimonia di Benessere, cercando di: “... far sentire alle persone care ciò che di meglio desideravo per loro”, e sicuramente in differenti momenti della mia vita ho ricevuto da altri questi migliori desideri. Ma non avevo mai ricevuto una tale concentrazione di Benessere e affetto a causa del problema di salute che stavo vivendo.

Nella fase precedente all'intervento mi sentivo fisicamente e mentalmente bene, avevo la sensazione che un'altra persona sarebbe stata ricoverata all'ospedale e non io. Questo era per me uno stato d'animo atipico, di solito quando mi trovo di fronte a difficoltà grandi, la mia tendenza è quella di cadere in una cupa preoccupazione, con immagini negative sull'esito degli avvenimenti, accompagnata dal desiderio di distrarmi con “preoccupazioni minori”, senza per questo cambiare il trasfondo delle mie sensazioni e l'atmosfera “oscura”.

Mi arrivavano molti messaggi dagli amici, alcuni inaspettati, e sapevo che erano segnali di un fenomeno più grande di quello che stavo percependo. Potevo immaginare cose sull'intervento e ricevere diversi stimoli che me lo ricordavano, però non sentivo preoccupazione o paura, sentivo la libertà di scegliere a cosa dedicarmi, se a quel futuro immediato, oppure ad altre situazioni presenti e passate. **Questo per me era uno stato assolutamente atipico.** In un momento ho avuto anche la lucidità di immaginare quando sarebbe stato il momento più difficile, quando mi sarei incamminato verso la sala operatoria, e ho osservato che associati a questa immagine sorgevano forti tensioni e timori, in particolare la possibilità di morire. Però tutto questo si manifestava in un “trasfondo luminoso”, con forza e fede interna. In sintesi, potevo decidere a che cosa pensare o a cosa dedicarmi, senza il timore di entrare in contatto con la difficoltà, e questo era straordinario.

L'intervento

Il giorno dell'operazione ci sono state concomitanze molto particolari: in ospedale ho scoperto che il calendario che mi avevano prospettato era stato stravolto, l'intervento previsto per il giorno successivo in realtà sarebbe stato quel giorno stesso, e questa era una procedura strana persino per l'infermiera che me lo stava comunicando. E come se non bastasse si è accelerata anche l'ora dell'intervento, che dal tardo pomeriggio, come mi avevano detto un momento prima, è stata anticipata alle 13.30 (poche ore dopo il ricovero). Così, mentre me ne stavo seduto ancora con jeans e maglione, mi hanno invitato velocemente a scendere in sala operatoria.

Le circostanze esterne stavano “precipitando”, in controtendenza rispetto alla mia abitudine a posticipare le cose. E l'operazione si sarebbe svolta in coincidenza esatta con un'importante riunione di amici del Messaggio e del Parco di studio e riflessione di Casa Giorgi con l'ufficio della Provincia, per provare a riaprire la possibilità di costruzione della Sala dopo il pessimo incontro con il Comune dei giorni precedenti.

L'infermiera camminava davanti a me, e mentre la seguivo per diversi corridoi, con un sorriso mi è sorta la frase: “Dead man walking”. Arrivato in un piccolo spogliatoio ho messo il camice e ho aspettato che mi chiamassero. In quel momento ho fatto una Richiesta profonda, ho chiesto che tutto andasse bene e che la mia guida (Silo) mi accompagnasse.

Entrato nella camera operatoria ho sentito molto freddo e osservavo tutte le paure e le tensioni di una situazione che non era nelle mie mani. Avrebbero introdotto nel mio corpo degli strumenti che sarebbero arrivati fino al cuore. Confusamente cercavo di stare calmo, ma con poco esito, notavo quanto fosse forte la tensione di sentirmi legato al corpo, e riconoscevo quanto difficile sarà lasciarlo nel momento della morte. Come se quel pericolo scatenasse ragioni intense e incontrollabili.

Mi sono sdraiato sul lettino, in un ambiente più simile alla sala di comando di un'astronave che a un ospedale, e una simpatica e giovane anestesista ha cominciato a “torturarmi” il polso per diversi minuti. E' stato un dolore intenso e ripetuto... non trovava la vena per infilare il catetere. Infine ha desistito chiamando una collega più esperta che in breve è riuscita a risolvere il problema, porgendomi gentilmente delle scuse.

In un breve arco di tempo ho avuto la fortuna di sperimentare come il dolore fisico e la sofferenza mentale (la paura della morte) fossero i nodi essenziali davanti ai quali si gioca il senso dell'esistenza. Mi sono ricordato il messaggio di Silo lanciato nella: “Guarigione dalla sofferenza” a Punta de Vacas nel 1969², e la meditazione proposta nel Libro: “*Non c'è senso nella vita se tutto finisce con la morte*”. Mentre scrivo questi appunti leggo la parte del Riconoscimento che dice:

“Il dolore e la sofferenza che sperimentiamo noi esseri umani retrocederono se avanza la buona conoscenza, non la conoscenza al servizio dell'egoismo e della oppressione.

La buona conoscenza porta alla giustizia.

La buona conoscenza porta alla riconciliazione.

La buona conoscenza porta, inoltre, a svelare il sacro nella profondità della coscienza umana”³

Sono state due ore di operazione in veglia, dove innumerevoli volte sentivo sensazioni... “fastidiose” (per non drammatizzare) che salivano dal cuore.

La cosa straordinaria è stata che dall'inizio ero accompagnato da una Forza che mi aiutava e mi permetteva di affrontare e superare tutte le difficoltà descritte sopra. Nonostante anestesia e sedativi mi sentivo lucido e presente, riconoscevo paure e dolori, fatica e sollievo, mentre mi sentivo in un punto più interno dentro di me, dietro i miei occhi⁴. Questa coscienza di tutto ciò che stavo vivendo e questa Forza erano fenomeni straordinari e in un momento ho riconosciuto che questo era il “miracolo” del Benessere che tanti amici mi avevano mandato.

Il mio paesaggio di formazione è cattolico, siamo abituati a considerare i miracoli come esempi che stravolgono il mondo fisico, da Lazzaro⁵, alla moltiplicazione dei pani e dei pesci⁶ e così via. Nel Benessere a volte capita di assistere a veri e propri miracoli, come guarigioni inaspettate o risoluzioni impensabili di fronte a problemi senza soluzione, ma la esperienza di aver ricevuto una così grande concentrazione di Benessere mi ha ampliato la comprensione di cosa sia il Benessere e di cosa io o altri abbiamo realmente bisogno.

Riflessioni sul Benessere e crescita interna

La mia tendenza nella cerimonia di Benessere è di rimuovere gli ostacoli e le difficoltà che si presentano alle persone care. Ora comprendo che è molto più importante sentire la Forza e la lucidità mentale per affrontare una difficoltà, piuttosto che rimuoverla semplicemente. Infatti è grazie al fatto che ho affrontato la difficoltà che mi sento più forte e con più coraggio, ho affrontato la paura di morire con più presenza e profondità, l'ho riconosciuta e non l'ho sconnessa, l'ho accettata, come ho accettato la necessità di darle una risposta come Proposito della mia vita. Non ho perso il controllo davanti al dolore fisico, e ora sento che sono cresciuto e posso affrontare difficoltà più grandi di quello che mi immaginavo prima di questa esperienza.⁷

Il Ringraziamento

Al termine dell'operazione ho sentito una commozione e un'allegria crescente e poi è scaturito un ringraziamento profondissimo per tutti coloro che mi hanno accompagnato nel benessere, per i medici, gli infermieri, i tecnici, gli informatici, gli ingegneri che avevano progettato quelle macchine, per la cura che così tante persone avevano messo per migliorare la mia vita. Da lì è stato un crescendo fino a sentire la grandezza della intenzione umana di aiutare chi sente il dolore e la sofferenza.⁸

Sentivo una grande riconciliazione interna e una dimensione spirituale del ringraziamento. E non posso non considerare anche questo come una straordinaria traduzione di così tanto Benessere ricevuto... un benessere come profonda esperienza di commozione, di ringraziamento, di ispirazione e di chiara comprensione.

Ci sono innumerevoli risvolti interni ed avvenimenti esterni relazionati a questa situazione che non colgo ancora... ma queste riflessioni sono le cose più evidenti e immediate che mi sono sorte.

“Si effettua su richiesta di un gruppo di persone. I partecipanti, se possibile, stanno seduti. Ufficiale e Aiutante stanno in piedi.

Aiutante: Ci siamo riuniti per ricordare le persone che ci sono care. Alcuni di loro hanno problemi nella loro vita affettiva, difficoltà nella loro vita di relazioni, o problemi di salute. Dirigiamo verso di loro i nostri pensieri e ciò che di meglio desideriamo per loro.

Ufficiale: Confidiamo che arrivi fino a loro la nostra richiesta di Benessere. Pensiamo alle persone che ci sono care; sentiamo la presenza delle persone che ci sono care e sperimentiamo il contatto con le persone che ci sono care.

Aiutante. Prendiamoci qualche minuto per meditare sulle difficoltà in cui si trovano queste persone....

Si lasciano pochi minuti affinché i partecipanti possano meditare.

Ufficiale: Vorremmo ora far sentire a quelle persone ciò che di meglio desideriamo per loro. Un'ondata di sollievo e di benessere deve arrivare fino a loro...

Aiutante: Prendiamoci qualche minuto per raffigurarci mentalmente la situazione di benessere che desideriamo per le persone che ci sono care.

Si lasciano pochi minuti affinché i partecipanti possano concentrare la loro mente

Ufficiale: Concludiamo questa cerimonia dando l'opportunità, a chi lo desidera, di sentire la presenza di quegli esseri molto cari, che, sebbene non siano qui, nel nostro tempo e nel nostro spazio, sono con noi nell'esperienza dell'amore, della pace e della calda allegria....

Si lascia un breve tempo

Ufficiale: Questo è stato un bene per altri, riconfortante per noi e di ispirazione per la nostra vita.... Salutiamo tutti, immersi in questa corrente di benessere, rafforzata dai migliori desideri dei presenti....”

Silo, *Il Messaggio di Silo* (2002), trad. it. Salvatore Puledda. Macro Edizioni, Diegaro di Cesena (FC), 2008, pp. 105-108.

- 2 “Soffri quando il dolore morde il tuo corpo. Soffri quando la fame si impadronisce del tuo corpo. Ma non soffri solo per il dolore immediato o per la fame che il tuo corpo sente; soffri anche per le conseguenze delle malattie che colpiscono il tuo corpo.

Devi comprendere che la sofferenza è di due tipi; c'è una sofferenza che sorge in te a causa della malattia (e che può retrocedere grazie al progresso della scienza, così come la fame può retrocedere grazie, invece, al trionfo della giustizia). E c'è un'altra sofferenza che non dipende dalla malattia del corpo ma che da essa deriva: se sei paralizzato, se non puoi vedere, se non puoi udire, soffri; tuttavia, anche se deriva dal tuo corpo, questa sofferenza è della tua mente.

C'è dunque un tipo di sofferenza che non può retrocedere di fronte al progresso della scienza né di fronte al progresso della giustizia. Questo tipo di sofferenza, che è strettamente legato alla tua mente, retrocede di fronte alla fede, di fronte alla gioia di vivere, di fronte all'amore. Devi sapere che questo tipo di sofferenza è sempre basato sulla violenza che si trova nella tua coscienza. Soffri perché temi di perdere ciò che hai, soffri per ciò che hai perduto o per ciò che disperdi di poter raggiungere. Soffri perché non hai, o perché hai paura... Ecco i grandi nemici dell'uomo: la paura delle malattie, la paura della povertà, la paura della morte, la paura della solitudine. Queste sono tutte sofferenze proprie della tua mente; tutte denunciano la violenza interna, la violenza che esiste nella tua mente. Considera che questa violenza deriva sempre dal desiderio. Quanto più violento è un uomo, tanto più grossolani sono i suoi desideri.”

Silo, *Opere Complete* Vol. 1 - Discorsi - “La guarigione della sofferenza”, trad. it. Glauco Felici, ed. Multimage, Torino, 2000, pp. 699-700.

- 3 Silo, *Il Messaggio di Silo* (2002), trad. it. Salvatore Puledda. Macro Edizioni, Diegaro di Cesena (FC), 2008, pp. 130-131

- 4 In questo stato particolare dove ero cosciente di quello che stava succedendo, associato ad un registro ubicato in uno spazio dietro i miei occhi, ho riconosciuto l'importanza di poter approfondire quello spazio, e che questo ha conseguenze molto significative. Così mi sono ricordato di questo commento di Silo: “Perché il Libro ha come titolo “Lo Sguardo Interno”? Forse l'organo della vista non sta lì per sbirciare il mondo esterno, come se fosse una finestra, o magari due; non sta lì per aprirsi ogni giorno al risveglio della coscienza? Il fondo dell'occhio riceve l'impatto del mondo esterno. Ma a volte, quando chiudo le palpebre, ricordo il mondo esterno, o lo immagino, o ci fantastico sopra, o lo sogno. Questo mondo lo vedo con un occhio interno che pure guarda su uno schermo, che non è però quello che corrisponde al mondo esterno.

Nel menzionare uno “sguardo interno”, si implica qualcuno che guarda e un qualcosa che è guardato. Di questo tratta il Libro ed il suo titolo segnala in modo evidente e imprevisto che si sta mettendo in discussione ciò che è ingenuamente dato per scontato. Il titolo del Libro riassume queste idee: “ci sono altre cose che si vedono con altri occhi e c'è un osservatore che può porsi in un modo differente da quello abituale”. Dobbiamo, ora, fare una piccola distinzione. Quando dico che “vedo qualcosa”, rendo manifesto che sto in atteggiamento passivo rispetto ad un fenomeno che impressiona i miei occhi. Quando, invece, dico che “guardo qualcosa”, rendo manifesto che oriento i miei occhi in una

determinata direzione. Quasi nello stesso senso, posso parlare di “vedere interiormente”, di assistere a visioni interne come quelle del divagare, o quelle del sognare, distinguendolo dal “guardare interno” come direzione attiva della mia coscienza. In tal modo, posso persino ricordare i miei sogni, o la mia vita passata, o le mie fantasie e guardarle attivamente, illuminare la loro apparente assurdit , cercando di dotarle di senso. Lo sguardo interno   una direzione attiva della coscienza.   una direzione che cerca significato e senso nell'apparentemente confuso e caotico mondo interno. Quella direzione   precedente anche a quello sguardo, giacch  gli d  impulso. Quella direzione permette l'attivit  del guardare interno. E se si arriva ad afferrare che lo sguardo interno   necessario per svelare il senso che lo sospinge, si comprender  che ad un certo momento chi guarda dovr  vedere se stesso. Questo se stesso non   lo sguardo e neanche la coscienza. Questo se stesso   ci  che d  senso allo sguardo e alle operazioni della coscienza. Precede e trascende la coscienza stessa. In modo molto ampio, questo se stesso lo chiameremo Mente e non lo confonderemo con le operazioni della coscienza, n  con la coscienza stessa. Ma quando qualcuno pretende di cogliere la Mente come se fosse un fenomeno della coscienza come gli altri, questa gli sfugge perch  non si lascia rappresentare n  comprendere. Lo sguardo interno dovr  arrivare a collidere col senso che la Mente pone in ogni fenomeno, anche in quelli della propria coscienza e della propria vita e la collisione con questo senso illuminer  la coscienza e la vita. Di questo tratta il nucleo pi  profondo del Libro.”

Silo, “*Commenti a Il Messaggio di Silo*”, 2009, Centro di Studi di Punta de Vacas, pp. 1-2. Pubblicamente disponibile sul sito www.silo.net

- ⁵ “... Maria, dunque, quando giunse dov'era Ges , vistolo si gett  ai suoi piedi dicendo: “Signore, se tu fossi stato qui, mio fratello non sarebbe morto!”. Ges  quando la vide piangere e piangere anche i Giudei che erano venuti con lei, si commosse profondamente, si turb  e disse: “Dove l'avete posto?”. Gli dissero: “Signore vieni a vedere!”. Ges  scoppi  in pianto. Dissero allora i Giudei: “Vedi come lo amava!”. Ma alcuni di loro dissero: “Costui che ha aperto gli occhi al cieco non poteva far s  che questi non morisse?”.

Intanto Ges  ancora profondamente commosso, si rec  al sepolcro; era una grotta e contro vi era posta una pietra. Disse Ges : “Togliete la pietra!”. Gli rispose Maria, la sorella del morto: “Signore, gi  manda cattivo odore, poich    di quattro giorni”. Le disse Ges : “Non ti ho detto che se credi vedrai la gloria di Dio?”.

Tolsero dunque la pietra. Ges  allora alz  gli occhi e disse: “Padre, ti ringrazio che mi hai ascoltato. Io sapevo che sempre mi dai ascolto, ma l'ho detto per la gente che mi stava attorno, perch  credano che tu mi hai mandato”. E, detto questo, grid  a gran voce: “Lazzaro vieni fuori!”. Il morto usc , con i piedi e le mani avvolti in bende, e il volto coperto dal sudario. Ges  disse loro: “Scioglietelo e lasciatelo andare.

“*Il vangelo secondo Giovanni*”, La Bibbia di Gerusalemme, Edizioni Dehoniane Bologna 1999, p. 2295.

- ⁶ Ivi, Mt 14,13, p. 2119.

- ⁷ A proposito di resistenze, superamento delle resistenze e cambiamento in relazione all'evoluzione, Silo dice in *Psicologia 1*: “L'organismo tende all'ambiente per adattarsi ad esso e sopravvivere, ma per farlo dovr  vincere varie resistenze. L'ambiente offre possibilit  ma anche inconvenienti e, per superare le difficolt  e vincere le resistenze, bisogna investire energia, ci  compiere un lavoro che richiede energia. Tale energia disponibile sar  occupata nel lavoro di vincere le resistenze ambientali e, fino a che le difficolt  non saranno superate e il lavoro non sar  terminato, non ci sar  nuova energia disponibile. Le registrazioni di impronte (memoria) permetteranno di rispondere in base a esperienze precedenti, il che liberer  energia, rendendola disponibile per nuovi passi evolutivi. Senza disponibilit  energetica non   possibile compiere attivit  sempre pi  complesse di adattamento crescente. D'altra parte, le condizioni ambientali si presentano all'organismo in sviluppo come alternative di scelta e le impronte contribuiscono a permettere di decidere rispetto alle diverse alternative di adattamento. Inoltre, tale adattamento si d  cercando, tra le varie alternative, quella che implica la minor resistenza e il minor sforzo. Lo sforzo minore   quello che implica un minor dispendio di energia, perci , contemporaneamente a vincere le resistenze, bisogner  farlo con il minimo di energia possibile, affin  l'energia libera disponibile possa essere investita in nuovi passi dell'evoluzione. In ciascun momento evolutivo c'  una trasformazione, tanto dell'ambiente quanto dell'essere vivente. Abbiamo qui un interessante paradosso: per conservare la propria unit , la struttura dovr  trasformare l'ambiente e nello stesso tempo trasformare se stessa.”

Silo, “*Opere Complete Vol. 2*”, trad. it. Fiamma Lolli, ed. Multimage, Firenze 2003, pp.15-16.

- ⁸ “**XVIII. AZIONE E REAZIONE DELLA FORZA.**

Prima ti ho spiegato: “Quando incontri una grande forza, allegria e bont  nel tuo cuore, e quando ti senti libero e senza contraddizioni, ringrazia immediatamente dentro di te”.

1. “Ringraziare” significa concentrare gli stati d'animo positivi associati ad un'immagine, ad una rappresentazione. Questo collegamento consente, nei momenti negativi, di far sorgere lo stato positivo evocando l'immagine che l'aveva precedentemente accompagnato. Potendo, poi, essere

potenziata per ripetizione, questa “carica” mentale risulterà capace di scacciare le emozioni negative imposte da determinate circostanze.

2. Perciò, quello che hai chiesto tornerà da dentro di te amplificato in beneficio, a patto però che abbia accumulato in te numerosi stati positivi. E non è forse il caso di ripetere che questo meccanismo è servito (in modo confuso) per “caricare all’esterno” oggetti e persone, o anche entità interne proiettate all’esterno, nella convinzione che esaudissero preghiere e richieste.”

Silo, *Il Messaggio di Silo* (2002), trad. it. Salvatore Puledda. Macro Edizioni, Diegaro di Cesena (FC), 2008, pp. 73-74.