

**PIER MARIA BONACINA**

**INOLTARSI  
NELLA  
PSICOENERGETICA**

**LA PSICOLOGIA INCONTRA L'ENERGIA**

ISBN 978-88-95019-72-7

**Per informazioni**

**varese@psicosintesi.it**

**Pier Maria Bonacina**

**Via Monte Cristallo 19 - 21100 Varese**

**Tel 3343794932**

**piermaria.bonacina@gmail.com**



B&B edizioni  
di comunicarte srl

**www.bebedizioni.com**

prima edizione: gennaio 2020

# Prefazione

*“Viviamo come onde di energia  
nel vasto oceano dell’energia.”*  
(D. Chopra)

Siamo come tartarughine che, uscite dal guscio della materia, si dirigono incerte, ma attratte, verso le onde dell’oceano, dell’oceano energetico, che scienza e fisica fanno intravedere.

Ne sentiamo la presenza. Siamo nel profondo dell’animo attratti da quelle acque, nonostante i ‘non sappiamo’ e le nuvole che sfumano l’orizzonte.

E, all’improvviso, attraversate con incertezza le sabbie polverose della non conoscenza, arriva un’onda azzurra che ci prende e, come per magia, ci trasporta nell’oceano dell’Energia.

Un po’ perplessi, e smarriti, pensiamo: “Non l’avevo immaginato così immenso. Dove comincia? Dove finisce?”

Entriamo nelle sue acque e siamo l’oceano e noi, due aspetti di una sola realtà, di una sola entità: l’Energia.

*“Guarda laggiù  
verso nord est  
il possente oceano  
brulicante di vite.*

*Dimora delle foche.  
Tumultuoso, splendente:  
la marea nel pieno  
gonfia le sue acque.”* (Lirica irlandese)

Lo studio dell'infinita Energia apre nuove visioni. Nell'interpretazione della realtà appare un cambio di paradigma. Si affaccia un modello che soppianta il vecchio mondo della materia e, con sempre più certezza, afferma: “Nell'universo gli infiniti eventi, gli infiniti mondi, non sono generati dalla materia, sono generati dall'Energia che dà vita alle infinite forme, fra cui la nostra psiche, fra cui noi stessi.” Tutto ciò di cui abbiamo consapevolezza nel vivere quotidiano è Energia. Il pensiero stesso è una forma di Energia. La nostra personalità è una manifestazione dell'Energia. Prende vita una visione scientifica e psicologica che afferma, con sempre maggior rapidità: “L'Energia è l'essenza di ogni entità, organica ed inorganica.” L'oceano dell'Energia ci unisce, in intima comunione, col Tutto.

Sino a poco tempo or sono il termine “Energia” era di stretta pertinenza della fisica, ora entra, incontrastato, in molti settori della cultura. Discipline lo adottano e si reinterpretano alla sua luce. La psicologia non sfugge a questo processo ed ecco che emerge, tra i suoi rami, la “psico-energetica” che affronta l'uomo quale espressione cosciente dell'Energia.

“Quando siamo mossi da qualche progetto straordinario, tutti i nostri pensieri rompono le loro catene. La nostra mente trascende le limitazioni, la nostra consapevolezza si espande in ogni direzione, e scopriamo noi stessi in un nuovo, grande e magnifico mondo. Energie sopite, facoltà e talenti, prendo-

no vita. Scopriamo di essere persone di gran lunga più grandi, di quanto non abbiamo sognato essere.” (Patanjali)

Con la psicoenergetica faremo un viaggio nelle Energie, in cui viviamo, ci muoviamo e siamo, un viaggio di scoperta, pur se scopriremo, se lo scopriremo, solo ciò che già è presente semi-addormentato nell'albeggiare della nostra coscienza. Quanto affronteremo è un tentativo di definire l'indefinibile: l'Energia è elusiva, pur se ogni realtà è Energia, e noi stessi lo siamo.

Siamo una goccia di Energia nell'oceano dell'Energia.

*“Una goccia, cadendo da una nuvola,  
si intimidì alla vista dell'oceano.  
“Chi sono io, quando esiste l'oceano?”, disse.  
Quando si vide con l'occhio dell'umiltà,  
una conchiglia la nutrì nel suo seno.” (Saadi)*

Quando affermiamo: “Siamo una goccia d'acqua in un oceano senza limiti che ci avvolge”, ci riferiamo alla goccia d'acqua della nostra esistenza che, unendosi con le altre gocce dall'atomo alle galassie, dà esistenza all'intero oceano energetico che osserviamo la sera, guardando le stelle dalla finestra. Contempliamone la grandiosità, riusciremo, forse, ad avere una intuitiva visione della nostra goccia quale parte, consapevole e cosciente, in relazione con il Tutto.

È ammissibile percepire e considerare nel Tutto Infinito un solo minuscolo punto: una goccia, noi stessi?

È ammissibile valutare e studiare una goccia del Grande Mare?

È una vanteria considerarci cittadini dell'Universo, oppure è la mentalità opportuna per valutare la responsabilità, che ci compete, nel collaborare alla Grande Costruzione?

Inoltrandoci nell'oceano dell'Energia, se ci impegneremo, percepiremo un raggio della radianza infinita.  
Entriamoci e nuotiamo, dunque, come le tartarughine!

Pensare in modo nuovo, non significa gettare alle ortiche il vecchio; il nuovo è l'amico migliore del vecchio. Lo amplia, e lo integra, con la visione dell'Energia, Energia che entra con le sue forze e con le sue leggi in tutto ciò che ci circonda, in noi e nella nostra psiche e presenta, all'intelletto attonito, una vita psichica, ricca di molteplici forze che conducono, di vetta in vetta, sino al mare energetico che "...muove il cielo e le altre stelle".

Un mondo ricco di opportunità per la psicologia è agli albori ed abbiamo la possibilità di cogliere frammenti del 'bandolo della matassa cosmica'.



Domandiamoci, quanto desideriamo conoscere sull'argomento.  
Un saggio fece la stessa domanda ad un suo allievo e, prima che questo rispondesse, gli prese il capo con le mani e glielo

tenne immerso in un secchio d'acqua.

Poi glielo tirò fuori, e disse: "Quando desidererai la verità sull'infinita Energia, come desideravi respirare, sarai pronto a conoscerla."

A volte siamo curiosi su un argomento, poi rimandiamo. Altre cose ci sembrano più urgenti, più indispensabili.

Confucio diceva: "Conoscerò mai qualcuno che aspiri alla conoscenza, così come aspira al piacere delle proprie faccende?" L'intensità dell'aspirazione dà lo slancio per compiere il 'salto'. L'infinita Energia è una realtà "infinita" che sommerge la nostra intelligenza finita e limitata. La contrapposizione tra la realtà energetica infinita e lo strumento limitato di conoscenza che possediamo, quale è la nostra psiche, ci indica che non potremo mai comprenderla del tutto.

Eppure noi ne siamo parte, siamo assimilati ad essa; è dentro e fuori di noi. Se rinunceremo alla pretesa di racchiuderla entro concetti chiari e inattaccabili, se rinunceremo alla rigida conoscenza mentale, se ci faremo vuoti e ricettivi, saremo in grado di rifletterla in noi, seppur marginalmente.

È limitante rimanere del tutto all'oscuro di ciò che è l'Energia, essenza che anima l'Infinito e noi. È limitante, se ci limitiamo a considerarla solo la forza che usiamo in settori della vita quotidiana per illuminare e riscaldare, o per muovere macchine e treni.

La Vita, e la nostra vita, sono sue espressioni. In sua assenza non esisteremmo. Tesse la Vita, tesse la nostra vita.

La sua comprensione è meta a cui tendere. Dobbiamo averne un'idea, pur se soggettiva, un'idea che delinea concetti che saldino la chiarezza della ragione con l'immaginazione intuitiva, per interpretarci da un gradino più alto, per interpretare la nostra presenza ed esistenza su questo, per ora, verde pianeta.

Impegniamoci nell'indagare, pur se sono profondamente vere le parole:

*"...davanti a me e alle mie spalle  
solo la vastità del mare e del cielo.  
Solo il cielo conosce  
la risposta finale."*(Tao)

L'Energia offre, e consente, la Vita senza la quale noi, la forma, i buchi neri, saremmo privi di evoluzione, di capacità creativa e, prima di tutto, privi d'esistenza.

Il Cosmo e noi, piccola goccia, non possiamo privarci del respiro energetico, precipiteremmo nell'annientamento!

Oggi 'capiamo e conosciamo' la materia, e ne siamo prigionieri. Non abbiamo la libertà di trascenderla, non perché incarcerati in essa, ma in quanto rinchiusi in stati di coscienza e di visioni, che presumiamo insuperabili, legati alla materia-terra, su cui poggiamo i piedi.

"Guardiamo le stelle e non i nostri piedi. Proviamo a dare un senso a ciò che vediamo guardando il cielo e chiediamoci perché l'universo esiste. Sviluppiamo la curiosità per l'energia." (S. Hawking)

Fatto nostro l'invito, entriamo nelle conoscenze della fisica che scorge in tutte le forme, da noi ritenute materiali, sassi, astri, bruchi, i frammenti di una Vita Una Energetica.

Per la fisica, noi esseri umani, siamo parte di una scala di vite energetiche che si amplia in espressioni sempre maggiori, scala che dalla infinitesima esistenza dell'atomo sale sino alla vasta Vita universale e, senz'altro, nell'Oltre.

"Se vogliamo trovare i segreti dell'universo, e di noi uomini,



bisogna pensare in termini di Energia e delle sue frequenze e vibrazioni.” (N.Tesla)

Tutto ciò che siamo e facciamo ‘la fuori’ di noi, in casa, nel paesello, nella città, nella nazione, possiederà ben altro significato, se comprenderemo, le esperienze energetiche che ci animano.

Nel testo parleremo dell’energia psichica, da cui prende esistenza il nostro rapporto con la vita terrena. Tenteremo di aprire sipari. Non tutti, ci mancherebbe..

Togliere alcuni veli, è già sufficiente per modificare il corso della nostra vita, e quando la vita si modifica, anche di un frammento, tutto cambia.

Consideriamo, seriamente, molto seriamente, che la materia che ci circonda, è diversa da ciò che la psiche crede di vedere e toccare.

Guardiamoci, e guardiamo, il mondo con sguardo nuovo. Sotto la superficie della vita quotidiana, sotto la superficie dei nostri discorsi, delle nostre sensazioni, delle nostre azioni, dei nostri pensieri, si estende una sterminata Energia che fluisce nel fluire del tempo. In essa navighiamo. Da essa traggono origine in noi amore, orgoglio, dolcezza, ignoranza, saggezza, conscio, inconscio.

La psicoenergetica, in linea con questa visione, indica nuovi elementi da indagare per affrontare, ancor più, la nostra realtà somatica e psichica, ed ha il sicuro merito di non scostarsi, con salti arbitrari, dall’alveo del grande fiume psicologico. Accettiamola per comprendere un ulteriore aspetto di chi siamo. Accettiamola, se suscita riconoscimenti o interessa intuitivamente.

Non voltiamole le spalle, prima di essere certi di non aver nulla da imparare da essa. Siamo sempre liberi di cambiare idea, strada facendo.

“La differenza tra un uomo e un altro, non è nella mera abilità, è nell’energia.” (T. Arnold)

La scienza, la cultura, la religione, hanno creato specializzazioni nel sapere. Hanno raggiunto risultati, a dir poco, eccellenti. Hanno, però, perso di vista la dimensione unitaria di ciò che esiste. Hanno perpetuato la frattura tra le scienze dello spirito e le scienze della natura, e lo studio della psiche è rimasto coinvolto nella dicotomia.

Da quando l’Energia è entrata a far ‘la parte del leone’ nelle scienze, settori della ricerca si interconnettono ed emerge il valore della sintesi tra materia e spirito.

Gli psicologi in là con gli anni, sanno che la psicologia, in passato, non soltanto non si raccordava con altre discipline, anzi si frantumava essa stessa in scuole e teorie, che, nel migliore dei casi si ignoravano a vicenda o, andando oltre, si svalutavano e deridevano.

In assenza di sforzi congiunti tra neuroscienze, psicologia, psichiatria, filosofia, fisica, spiritualità, biologia, la psiche rischiò di restare parcellizzata.

Ora le scienze insegnano che dividere, disporre il sapere in cassetti mentali e tenerlo separato, per renderlo gestibile, è un’illusione. È impossibile introdurre visioni separate, ridotte in categorie non intercomunicanti, se l’essenza del Tutto, di cui siamo parte, è una, ed una sola, indivisibile: l’Energia con le sue vibrazioni dalle basse alle elevate, dalle minime alle massime. I fenomeni della Vita, dal minimo al massimo, sono energetici.

Con la psicoenergetica oggi la psicologia afferma:

“Non voglio che la mia casa sia circondata da mura e le mie finestre siano sigillate. Voglio che le culture possano soffiare per le mie stanze con la massima libertà.”(Gandhi)

La psiche è, sempre più, un fenomeno multidimensionale che richiede, esige, ricerche che abbraccino branche dello scibile dall'uno all'infinito, dalla materia allo spirito, dal concreto all'inimmaginabile, il tutto fuso nell'Energia.

Noi, esseri umani, siamo un campo di ricerca, a dir poco, enciclopedico.

La psicoenergetica, indagando l'uomo, richiede di connettere le energie della psiche con le forze della terra e del cosmo che fluiscono ed operano in esso, usufruendone in ogni istante.

Non è vanteria considerarci cittadini dell'Universo e fruitori della sua Energia. È la mentalità appropriata per valutare la nostra responsabilità nell'agire quotidiano e nell'agire quali entità cittadine del cosmo.

In passato per avvicinarci al nostro Reggitore, per avvicinarsi a Dio, edificavamo cattedrali col granito, oggi iniziamo a costruirle con l'Energia.

Come apprezzare la Natura, e noi stessi, se dimentichiamo Cosmo ed Energia che ci accolgono?

Il Respiro cosmico dell'Energia pervade i granelli di polvere, noi, le grandiosità degli astri, e il Tutto che tutto contiene.

Non è il piccolo orizzonte terreno il nostro orizzonte, è oltre, ed ancora oltre, oltre la vista, oltre lo spazio, oltre il tempo, in là, ancora più in là. L'universo stesso è una goccia nell'Infinito energetico.

L'Energia è il substrato che dà origine al Cosmo e, come tale, andrebbe scritta per rispetto e reverenza, sempre e soltanto, con la E maiuscola, anzi, in stampatello.

Siamo suoi figli: è nostra madre, è nostro padre. Ma per rispetto a Dio, Divinità Infinita a cui ci riferiamo e continueremo a riferirci con devozione, scriveremo nel testo 'energia' in corsivo minuscolo. L'energia si colloca nel gradino sottostante a Lui.

“Allora il Signore Dio plasmò l'uomo con polvere del suolo e soffiò nelle sue narici un alito (energia) di vita...”(Genesi 2,7), un alito di energia, energia che dà la Vita.

Ove il cristiano con reverenza dice “Dio”, lo scienziato, con egual riverenza, dice “energia” e, forse, senza saperlo, ambedue intendono la stessa cosa, pur se non vi sono prove accademiche.

La scienza non solo è compatibile con la spiritualità, è una profonda fonte di spiritualità. “Il soffio di Dio che con Amore dona la Vita”, è energia.

“Cos'è la cosa più importante al mondo? L'amore, e io non lo considero un sentimento, ma pura energia unificante.”  
(A.Einstein)

Quale Amore è più grande del donare Vita al Cosmo? L'energia la dona.

La dona sempre e da sempre.

Potremmo lodarla come nel Cantico delle Creature:

*“Laudato si, o mi Signore, ( Dio o energia)  
per tutte le tue creature,  
per il sole e per la luna,  
per le stelle e per il vento  
e per l'acqua e per il fuoco.”*



Il soffio energetico, presente nel Cosmo, pervade il Tutto. La nostra vita esiste per quel Soffio.

Perché, dunque, non avvicinarci con rispetto all'Amore energetico che muove gli astri nell'Universo? Perché non riflettervi? Se comprendessimo, anche solo parzialmente, il Proposito racchiuso nelle correnti eternamente fluenti dell'energia, comprenderemmo, in parte, la nostra vita.

“Dio ha inserito un'arte segreta nelle 'energie della natura' in modo da consentire alla natura di modellarsi, passando dal caos a un perfetto sistema del mondo.” (I.Kant)

L'energia proviene da Dio e ritorna a Dio, ma nel testo non parleremo assolutamente di Dio, già è un mistero l'energia, non è il caso di affrontare il Mistero dei Misteri!

La teoria della relatività e la fisica quantica innescano paradigmi scientifico-culturali che aprono all'interpretazione in termini energetici dei fenomeni dell'universo. Tali paradigmi sono l'ovulo del concepimento della psicoenergetica, corrente psicologica, ancora in utero, pur se l'embrione è già formato.

Per ricercare noi stessi nelle incertezze di questa visione, è richiesta la progressiva adozione di linguaggi e strumenti concettuali diversificati ad iniziare, appunto, da quelli della fisica classica, della fisica quantistica, della chimica, della matematica, della biochimica, ecc., non dimenticando che: “La funzione più importante della psicologia è aiutarci alla conoscenza, a diventare consapevoli dell’essere umano e comprenderlo: prima noi stessi e poi gli altri.” (R. Assagioli)

“Faremo un viaggio insieme, un viaggio di scoperta negli angoli più segreti della nostra mente. E per intraprendere un viaggio del genere bisogna viaggiare con poco bagaglio, non possiamo essere appesantiti da opinioni, pregiudizi e conclusioni, tutto quel vecchio bagaglio che abbiamo messo insieme. Dimentichiamo tutto quello che sappiamo su noi stessi, dimentichiamo tutto quello che abbiamo pensato di noi, cominceremo come se non sapessimo nulla dell’energia.” (Krishnamurti)

Il viaggio di scoperta non consiste nel cercare altrove nuovi paesaggi, consiste nell’aver nuovi occhi per i paesaggi, in cui viviamo e, in particolare, per il nostro paesaggio psico-fisico energetico in compagnia del quale trascorriamo la giornata.

Un nobile francese disse un giorno allo spiritualista Conte di Saint Germain: “Non mi spiego le assurdità che circolano attorno a voi”. Saint Germain rispose: “Non vi sarebbe difficile capirle, se deste loro la stessa attenzione che serbate alle vostre, se leggeste i miei scritti con lo stesso impegno che dedicate alla lista degli invitati alle danze di corte. Il guaio è che la formazione di un minuetto vi importa più che il senso del mondo”.

Sono parole che illustrano le nostre zavorre. Abbiamo tempo per ogni occupazione e non troviamo un'ora per leggere e riflettere sul Libro della Vita, in cui siamo immersi. Perché non sfogliarne alcune pagine con l'aspirazione di andare oltre. Psicologia, poesia, filosofia, scienza, arte, religione, psicoenergetica, operano per allargare coscienza e consapevolezza verso sfere più vaste.

Quanto scriveremo è un tentativo di definire l'energia e osservarne l'azione, pur con quelli che, forse in un futuro non molto distante, verranno giudicati errori di valutazione. Gli errori sono, comunque, ponti per nuove conoscenze. Il sasso sul quale, forse, si inciampa, è una pietra del guado verso il futuro. "Gli errori sono necessari, utili come il pane, e spesso anche belli: per esempio la torre di Pisa." (G. Rodari)

Se chiudiamo la porta agli errori, anche la verità resterà fuori.

