

## Risuonare o non risuonare: la legge di attrazione

<In natura non ci sono né ricompense né punizioni: ci sono conseguenze> (Robert Green Ingersoll, politico statunitense).

La stessa cosa vale per il mondo spirituale: non ci sono premi né punizioni; ci sono conseguenze alle nostre azioni, alle nostre non scelte, al nostro modo di essere o non essere. Nostre, non solo dei singoli ma della comunità. Mi sembra fondamentale partire da questa affermazione, che è assolutamente verità, per uscire dal meccanismo che ci vede spettatori passivi della nostra vita e burattini nelle mani di un Dio padrone e tiranno, al quale obbedire per ottenere benefici – ricompense – ed evitare sfavorevoli conseguenze – punizioni. Per lungo tempo si è creduto, e molti lo credono ancora, che esista un destino già bello che scritto, deciso da Dio, al quale nessuno può scappare. Questa tesi era avvalorata anche in parte dalla scienza, che fino all'avvento della fisica quantistica, sosteneva che ogni cosa accade in seguito ad una causa. Quindi, per ogni effetto, ci dev'essere un Creatore che decide e che imprime la sua forza dall'esterno; volontà che è sua e soltanto sua, poiché nessun uomo può decidere, per così dire, ad alti livelli, in modo soprannaturale. Con l'arrivo della fisica quantistica però, si arriva ad una concezione molto diversa dei meccanismi della vita; concezione che ha implicazioni anche in aspetti che vanno oltre ciò che viene ritenuto il possibile concesso all'essere umano, e si sfiora nell'impossibile finora ritenuto appannaggio esclusivo di Dio. Nella fisica quantistica troviamo concetti che ci fanno pensare all'eternità, perché lo spazio-tempo è superato. Dinamiche che ci riportano alla libertà di una vita non limitata dalla materialità del corpo. Meccaniche che fanno pensare che anche all'uomo, qui e ora, è data la possibilità di essere in connessione piena e totale con l'universo intero - passato, presente e futuro – e con essa la possibilità di interagire, con i propri pensieri e con la propria volontà cosciente, in ogni dimensione. E non è fantascienza o "roba new age", è scienza. Lo spazio-tempo, che è la dimensione nella quale viviamo consapevolmente, emerge da una struttura anteriore e preesistente che è il vuoto quantistico. Il termine "vuoto" è ingannevole per quello che è realmente, ma viene usato questo termine. Viene paragonato, in modo approssimativo, ad un mare nel quale tutto è contenuto, senza limiti costrittivi di spazio né di tempo, e dentro il quale tutto si muove, oscilla, vibra. Il mondo della forza, quella che si esercita dall'esterno, è nello spazio-tempo. Ma c'è anche una forza interiore, un moto dal di dentro, che è libera, non limitata, dal sistema spazio-tempo. Che può interagire con forze ed eventi di qualsiasi posto o epoca, passata, presente o futura. E' la legge di risonanza. All'inizio di questa ricerca ho provato a documentarmi su quella che più comunemente viene chiamata Legge di attrazione e mi sono resa conto che c'è una serie di inesattezze e dicerie che vengono innestate sulla fisica quantistica ma che in realtà sono pure illazioni. La legge di attrazione, come spesso, superficialmente, viene descritta, funzionerebbe come la lampada di Aladino: penso intensamente al mio desiderio, sfrego e.....hoplà! Eccolo realizzato. Dicevamo che in questo grande mare che è il vuoto quantistico, le onde di energia sono in continuo movimento, tutto oscilla e tutto vibra a frequenze diverse. Tutto, anche noi,

anche i nostri pensieri, le nostre emozioni. Quando due "oggetti", passatemi il termine, vibrano alla stessa frequenza entrano in risonanza e c'è uno scambio. L'esperimento classico della risonanza è il diapason. Il diapason è uno strumento acustico che genera una nota standard sulla quale si accordano gli strumenti musicali. Il più comune è il diapason in La, che oscilla a una frequenza di 440 Hertz. Se prendiamo due diapason in La e ne facciamo vibrare uno solo, per l'effetto di risonanza, vibrerà anche il secondo perché ha la stessa frequenza. Non succederebbe se l'altro diapason fosse in Do, perché vibra ad una differente frequenza. Anche questo ha un'implicazione importante, ma ne parliamo più avanti. Un esempio di risonanza potrebbe essere la telepatia. In questo vuoto quantistico, che, lo ripetiamo, non è soggetto alla dimensione spazio-tempo, se io sono sulla stessa frequenza - e quindi in risonanza - con qualcuno vissuto 500 anni fa, la trasmissione della risonanza (ossia del pensiero) avverrebbe istantaneamente. Questo potrebbe spiegare ad esempio quelli che alcuni credono ricordi di vite precedenti. Forse lo sono, ma non tue; di qualcuno che è in risonanza con te, che è sulla tua stessa frequenza di pensiero. Questi però sono eventi indipendenti dalla nostra volontà, perché non abbiamo idea di quali siano le frequenze degli altri. Non sono misurabili né quindi riproducibili. Mettiamo il caso invece di volerci connettere alla Fonte di benedizione. A quel fiume di grazia che scorre da sempre e per sempre nel quale sono contenute tutte le benedizioni: fisiche, psichiche, affettive, economiche. Come fare? Chiudo gli occhi e lo desidero intensamente, credendoci con tutte le mie forze? Ripeto ogni giorno, come fosse un mantra, ciò che desidero? Lo visualizzo e immaginando di aver già ricevuto ciò che attendo, ringrazio? Anche, ma non basta. Lo spazio quantistico non risponde a quello che desideriamo ma a come siamo. Possiamo connetterci ed entrare in risonanza, e quindi ricevere, solo con chi vibra alla nostra stessa frequenza. Dovremmo cambiare la nostra frequenza. Scegliere di vibrare alla stessa frequenza della benedizione che desideriamo. Se vibreremo alla stessa frequenza entreremo in risonanza e potremo attingere. La Fonte è il "trasmettitore" e noi il ricevitore. Le radio funzionano così. Ma per ricevere da quel determinato trasmettitore devo sintonizzarmi sulla sua frequenza. Il primo ostacolo da superare è il fatto che dentro di noi ci sono almeno tre diverse frequenze. Mente, corpo e spirito. Almeno tre. Luca 8, 30: *<Gesù gli domandò: "Qual è il tuo nome?". Rispose: "Legione", perché molti demòni erano entrati in lui>*. Ricordo che nei Vangeli, col termine demònio, si fa riferimento a tutto quello che condiziona l'uomo e gli impedisce di essere libero. Potremmo dire delle frequenze non in armonia fra loro e non in linea col nostro essere, con la nostra identità di persone complete, libere e felici. Quest'uomo era indemoniato, cioè soffocato da vibrazioni interiori che non gli permettevano di essere se stesso, nella sua autenticità e dignità umana. Come lo aiuta Gesù? Gli chiede appunto qual è il suo nome; lo porta alla consapevolezza della sua condizione. Da qui inizia la liberazione. Quante diverse frequenze ci sono in te, in me? Il primo passo è dunque entrare in risonanza con noi stessi; allineare mente, corpo e spirito. Tutto deve vibrare alla stessa frequenza. Giacomo 1, 7: *<Non pensi di ricevere qualcosa dal Signore un uomo che ha l'animo oscillante e instabile in tutte le sue azioni>*. Ecco, i termini nelle Scritture risentono

sempre, in qualche misura, della mentalità del Dio padrone. Della divinità che decide di esaudire o di negare. In realtà, Dio è la Fonte eterna di grazia che riversa continuamente, incondizionatamente. Sta a noi entrare in risonanza con Lui. Entrare nella stessa frequenza; sintonizzarci per ricevere ciò che già è a disposizione. *<Tutto ciò che è mio, è tuo>*, dice il Padre misericordioso al figlio. È fondamentale quindi che tutto il nostro essere entri, come si dice in fisica, "in risonanza di fase", cioè che le vibrazioni della nostra mente, del nostro spirito e del nostro corpo abbiano la stessa frequenza e che si muovano a ritmo, come due ballerini, come dice il fisico Emilio del Giudice. E che la nostra frequenza sia la stessa della Fonte, per poter ricevere da essa. *<In verità vi dico ancora: se due di voi sopra la terra si accordano per domandare qualunque cosa, il Padre mio che è nei cieli ve la concederà. Perché dove sono due o tre riuniti nel mio nome, io sono in mezzo a loro>* (Mt 18, 19.20). A dirsi sembra facile; farlo è un altro paio di maniche. È molto più frequente che il nostro spirito vibri in un modo, la nostra mente pensi diversamente e il nostro corpo reagisca in un modo ancora differente. Inoltre, come se non bastasse, dobbiamo fare i conti con le vibrazioni provenienti dal nostro inconscio, che spesso sono più forti di tutto il resto. La prima cosa da fare è dunque capire qual è la frequenza della Fonte. Quali azioni, quali pensieri, quali emozioni, quali parole vibrano alla stessa frequenza della Fonte con la quale vogliamo entrare in risonanza per attingerne. La nostra Fonte è Dio. Le frequenze di Dio sono amore, pace, bontà, pazienza, benevolenza, gratuità, condivisione, equità, rispetto, gentilezza, disponibilità. E l'elenco potrebbe continuare nelle varie sfumature dell'unica frequenza primaria, per così dire, che è l'Amore, con la "A" maiuscola. Va da sé che per raggiungere il nostro scopo dobbiamo lavorare su noi stessi, educandoci. È un lavoro duro. Perché con le frequenze non si mente. Non posso dire: *<Sto vibrando alla frequenza della pace>*. Devo essere alla frequenza della pace. Lo spazio quantistico non risponde a quello che diciamo ma a come siamo. È un cammino di autenticità. Ora, posso educarmi a vibrare alla frequenza della gratuità. Posso dirlo e farlo, anche se forse mi costa fatica. Ma come faccio a educarmi a vibrare alla frequenza della gioia, della pace, se sono nei problemi fino al collo? Se nuoto nella sofferenza? Lo Spirito santo ci viene in aiuto dandoci la sua gioia che è, comunque e nonostante. Giovanni 15,11-23: *<Questo vi ho detto perché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia piena.... nessuno vi potrà togliere la vostra gioia>*. Noi possiamo aiutarci, collaborare – perché Dio non fa nulla senza di noi – eliminando dalla nostra quotidianità il lamento. Sant' Agostino diceva: *<Dio che ti ha creato senza di te, non può salvarti senza di te>*. È un esempio, ed è possibile farlo, perché Gesù - vero uomo - lo ha fatto. Luca 2,52: *<E Gesù cresceva in sapienza, età e grazia davanti a Dio e agli uomini>*. Mente, corpo e spirito; nella dimensione eterna- quantistica oserei dire – (davanti a Dio) e nello spazio-tempo del mondo (davanti agli uomini). E sottolineo, perché mi ha colpito, che il primo aspetto è la mente: in sapienza. Abbiamo bisogno di metanoia, di cambiare la nostra mentalità, il nostro pensiero, prima di ogni cosa. Perché è il nostro modo di pensare che dirige la nostra vita, le nostre scelte. Proverbi 4, 23: *<Vigila sui tuoi pensieri: la tua vita dipende da come pensi>*. Il nostro pensiero è energia. Se riusciamo ad entrare in risonanza di

fase, cioè vibrare alla stessa frequenza e allo stesso ritmo, in noi stessi e con la Fonte, che non significa nient'altro che essere in perfetta comunione e, pur nella diversità, nella propria unicità, essere UNO, il nostro pensiero può davvero creare la realtà che desideriamo. Ma qual è la realtà che desideriamo? Luca 18, 41: <Cosa vuoi che io faccia per te?>. Quando abbiamo stabilito questo, possiamo iniziare a lavorare per ottenerlo. In primo luogo facendo tutte le cose "logiche" che si fanno quando si ha un obiettivo. Tutto di noi deve agire in sinergia. Se voglio dimagrire non può essere solo la mente a pensarlo: lo deve volere il mio spirito e il mio corpo deve collaborare. Ogni elemento sulla stessa frequenza. Ma allora, desiderare, ripetere, immaginare non serve a nulla? Certo che serve. Io sono un'accanita e convinta sostenitrice del sogno, dell'immaginazione. Sono strumenti utili per educarci a entrare e restare in una certa frequenza. Si parte dunque da una visione, da un sogno, da un desiderio. Quella visione ci deve guidare, quindi occorre sempre tenerla viva nella mente. Immaginare il nostro sogno realizzato, visualizzarlo e ringraziare per averlo ottenuto, ci serve per restare nella visione e non essere trattiene nelle frequenze della realtà che concretamente stiamo vivendo e dalla quale desideriamo uscire per entrare nel sogno. Un'illusione? Non lo credo. Ricordiamo che possiamo ricevere dal trasmettitore verso cui puntiamo la nostra antenna e con il quale ci sintonizziamo. Se continuiamo a mantenere il nostro pensiero, le nostre emozioni – che sono energia – e la nostra attenzione, sulla percezione della realtà che stiamo vivendo: problemi, mancanza di affetti, di lavoro, di soldi, malattie, noi ci stiamo sintonizzando su quel genere di trasmettitore e quello riceveremo. Per quanto la realtà che viviamo ci costringa a tenere i nostri occhi su di lei, dobbiamo sforzarci di guardare altrove - *guardate a me e sarete raggianti* - usando il nostro desiderio e la nostra immaginazione per "vedere" ciò che ancora i nostri occhi fisici non vedono; per credere che quella realtà c'è, e si manifesterà. Possiamo farlo prendendo forza dalla fiducia in Gesù, per la fedeltà di Dio. <Io ti dico che se tu credi vedrai...>. Questo non significa che dobbiamo perdere il contatto con l'oggettività della nostra vita, ma essa non può tenerci in ostaggio, perché c'è molto di più. C'è una forza dentro di noi che è libera dalle leggi della materia, dello spazio-tempo, delle probabilità. E' necessario mantenere i pensieri, le sensazioni e lo stato d'animo positivi abbastanza a lungo da farli diventare il nostro stato naturale per la maggior parte del tempo, perché si radichino dentro di noi e diventino la nostra frequenza naturale e costante. Nonostante quello che accade nella nostra vita. Diceva Nelson Mandela: <Un vincitore è un sognatore che non si è arreso>. <La sua Parola è la verità, non importa ciò che vivi nella tua realtà; semplicemente credi>. Lo cantiamo spesso. Forse per questo è così importante fare testimonianza e fare memoria delle benedizioni ricevute. La percezione della realtà negativa che stiamo vivendo o abbiamo vissuto, può essere molto più forte della visione che abbiamo per noi. Perché l'esperienza negativa che abbiamo, è vita vissuta, qualcosa che abbiamo toccato con mano, mentre la visione non ha questa consistenza. Dovremmo fare come Davide, che davanti al gigante Golia, fa memoria di quelle volte in cui tutto è andato bene e si è risolto a suo favore. Quelle sono percezioni positive che ci aiutano a credere che il bene che si è

realizzato in quell'occasione possa ripetersi; questo dà più forza alle nostre visioni. Rende più concreta una realtà apparentemente illusoria. Non possiamo e non dobbiamo dare corpo, lasciare spazio, alle emozioni che ci danneggiano; ai pensieri, alle parole, alle azioni che non hanno la frequenza di Dio. Apro una breve parentesi. Dicevamo prima che anche non vibrare a determinate frequenze è importante. In una storiella della filosofia zen, un maestro chiede agli allievi: <Se qualcuno vi si avvicina con un dono e voi non lo accettate, a chi appartiene il dono?>. <A chi ha tentato di regalarlo>, rispose uno dei discepoli. <Lo stesso vale per l'invidia, la rabbia e gli insulti>, disse il maestro. <Quando non sono accettati, continuano ad appartenere a chi li porta con sé>. Più cerchiamo di sintonizzarci su alte frequenze, meno siamo soggetti alle provocazioni della vita. Filippesi 2,5: <Abbate in voi gli stessi sentimenti che furono in Cristo Gesù>. Gesù vibrava alla stessa frequenza del Padre: <Quello che il Padre fa anche il Figlio lo fa> (Gv 5, 19). Gesù era nel seno del Padre (Gv 1, 18), in piena e totale comunione, ed è diventato come lui: <Chi vede me vede il Padre> (Gv 12, 45). Ha attinto alla Fonte diventando Fonte egli stesso. E questo può accadere a ciascuno di noi: <Chi crede in me; come dice la Scrittura: fiumi di acqua viva sgorgheranno dal suo seno> (Gv 7,38). È importante focalizzarci sull'obiettivo e non fermarci a pensare che il "come" arrivarci è talmente difficile da essere impossibile. Cacciare fuori ogni cantore di morte dalla testa. Matteo 9,24: <"Ritiratevi, perché la fanciulla non è morta, ma dorme". Quelli si misero a deriderlo>. Sicuramente ci derideranno, noi, folli sognatori; ma entrare in questa dinamica di pensiero è vitale. È importante anche per avere la collaborazione piena della nostra mente. In psicologia si parla di "Euristica delle disponibilità". Quando una persona deve fare un discernimento o prendere una decisione, sfrutta prima ciò che gli viene subito in mente, magari anche informazioni di cui ha soltanto sentito parlare, ed eventualmente in un secondo tempo anche le altre informazioni. I dati facilmente ricordabili hanno sempre un peso maggiore rispetto agli altri e ciò avviene senza che la persona se ne renda conto. E sarà quindi su quelle informazioni che la nostra attenzione, il nostro pensiero, si concentrerà. Pensiamo ai bombardamenti mediatici, alla pubblicità. Se io devo comprare un detersivo e nella mia mente risuona un nome, un'immagine, sarà molto probabile che acquisti quel prodotto, anche se in realtà non ne conosco l'efficacia, non so se davvero quello sia il prodotto col miglior rapporto qualità-prezzo; semplicemente perché quell'informazione è disponibile nella mia mente. Ritorna l'importanza di cambiare mentalità e uscire dagli schemi. Vino nuovo in otri nuovi. La psicologia ci parla anche di "profezia che si autoavvera". Significa che se sei convinto, per desiderio o per paura, che un certo avvenimento possa accadere, questa convinzione altererà il tuo modo di comportarti in modo tale per finire col causare quell'avvenimento, anche in modo inconsapevole. Geremia 1,17: <Tu, poi, cingiti i fianchi, alzati e di loro tutto ciò che ti ordinerò; non spaventarti alla loro vista, altrimenti ti farò temere davanti a loro>. Ricordo che siamo nell'AT dove si credeva che tutto avvenisse per mano di Dio, il bene e il male. Cosa ci dice questo versetto? Che quello di cui sei convinto, con buona probabilità, accade. Marco 11,23: <In verità vi dico: chi dicesse a questo monte: Lèvati e gettati nel mare, senza

*dubitare in cuor suo ma credendo che quanto dice avverrà, ciò gli sarà accordato*>. Sono dinamiche che la nostra mente prevede, ed è bene tenerne conto. C'è un'ultima cosa ancora da dire. Fin qui abbiamo parlato della singola persona ma c'è una parte che riguarda la comunità. In fisica quantistica si osserva quello che viene definito lo stato di coerenza. Spiega il Prof. Emilio del Giudice che un oggetto complesso acquista la sua identità perché i componenti hanno sintonizzato le loro oscillazioni. Quando ciò avviene, si dice che il sistema è entrato in uno stato coerente. La coerenza quantistica è una forma di "entanglement", altro termine usato in fisica quantistica, che lega tra loro più particelle, che prevede che due o più particelle siano intrinsecamente collegate in modo tale che le azioni eseguite su una di esse abbiano effetto istantaneo sulle altre. Provo a tradurre per noi. Sostituiamo "oggetto" con "comunità". La comunità acquista la sua identità (cristiana) perché i componenti hanno sintonizzato i loro cuori, le loro menti e il loro corpo. A questo punto tutto diventa coerente. <*Perché tutti siano una sola cosa. Come tu, Padre, sei in me e io in te, siano anch'essi in noi una cosa sola, perché il mondo creda che tu mi hai mandato*> (Gv 17,21). I singoli diventano UNO, un sol corpo, un sol Spirito. Singole persone collegate intrinsecamente dall'amore, tanto che le azioni eseguite su una singola persona hanno effetto istantaneo sulle altre. <*In verità vi dico: ogni volta che avete fatto queste cose a uno solo di questi miei fratelli più piccoli, l'avete fatto a me*> (Mt 25, 40). Gandhi diceva: <Sii tu il cambiamento che vuoi vedere nel mondo>. Questa frase è scientificamente provata. Se cambio io, per il fatto che siamo tutti connessi in questo Tutto che ci fa Uno, il mio cambiamento sollecita il cambiamento di altri. E se ciascuno di quegli "altri" entra in fase di oscillazione con me, entriamo in uno stato di coerenza e si forma, nasce, un sistema nuovo, una comunità nuova, un'umanità nuova. È quello che ha fatto Gesù. La base di tutto è naturalmente l'amore, come quello di Gesù, senza condizioni e senza limiti. Che non sia limitato alla famiglia, agli amici. Un amore che non preveda nemici, per annullare ogni divisione che toglie coerenza, che toglie unità. C'è sicuramente una regia malvagia dietro ogni divisione, ogni rivalità, ogni guerra. Sembra che nel mondo ci sia una gara a chi inventa più modi per separare le persone: la razza, la cultura, la religione, lo status sociale, l'orientamento sessuale e chi più ne ha più ne metta. E, apparentemente, il *diavolo* – che significa appunto *divisore* – sta riuscendo benissimo nel suo intento. Creare guerre fra poveri, innescare il seme della diffidenza, è tutto parte di questo gioco perverso. Perché se ti convinco che tuo fratello in realtà cerca di derubarti, di imbrogliarti, di danneggiarti, tu non risuonerai mai con lui, non entrerete mai in fase e non si creerà mai coerenza. Chiediamoci perché a livello politico, a livello mediatico, si porti avanti sistematicamente questo progetto di divisione? È molto semplice. Ricordo una canzone degli Inti Illimani (gruppo cileno fine anni 60) che diceva: <El pueblo unido, jamás será vencido>. Il popolo unito non sarà mai sconfitto. Ma di un popolo diviso il Potere può fare quello che vuole. L'isolamento creato dall'indifferenza e dalla diffidenza è un cancro che divora il tessuto sociale. Che disgrega la comunità umana. Non siamo più connessi a formare quel sistema che porta il cambiamento. L'essere umano ha tutto da guadagnare nell'unità e nella

condivisone, e tutto da perdere nell'egoismo. Per concludere, noi siamo fatti a immagine e somiglianza di Dio che significa che abbiamo già tutti i connotati, le caratteristiche, il DNA, come ormai si usa dire, di Dio. Questo non solo da un punto di vista per così dire morale, ma anche pratico, fisico. Quello di cui dobbiamo appropriarci è la somiglianza. "L'immagine" è costitutiva dell'uomo; Dio ci ha fatti così, è un suo dono. L'immagine non può essere persa, ma al massimo offuscata o nascosta. La "somiglianza" si può perderla o svilupparla attraverso le nostre scelte e le nostre azioni; con un impegno personale di crescita sostenuto dallo Spirito Santo. Ciascuno di noi, nella propria unicità, con la propria bellezza - perché l'unità non è omologazione - può arrivare ad essere UNO, in coerenza con ogni uomo, con ogni donna, e a poter dire: <Chi vede me, vede il Padre che mi ha mandato>. E in questa somiglianza, in questa coerenza, trovare la felicità piena, che il mondo non conosce, non può dare e non può togliere. Amen!

Enza