

Rosangela Sali

# Educazione della Coscienza

PROPRIETÀ LETTERARIA RISERVATA  
© Copyright 2009 - UniversItalia – Roma

---

**ISBN 978-88-6507-030-7**

A norma della legge sul diritto d'autore e del codice civile è vietata la riproduzione di questo libro o parte di esso con qualsiasi mezzo, elettronico, meccanico, per mezzo di fotocopie, microfilm, registrazioni o altro.

I Ristampa, ottobre 2012

In copertina: Rosangela Sali, "Verso la luce" - Olio su tela, cm 40x50

# INDICE

## PREFAZIONE

## INTRODUZIONE 7

## CAPITOLO PRIMO

### Come fare della scienza nervosa una scienza economica 11

## CAPITOLO SECONDO

### Conoscere l'individuo

- Il riflesso 27
- L'istinto 28
- L'interesse 29
- L'affettività 29
- L'emozione 30
- Il sentimento 31
- La sensazione 32
- La qualità 33
- La quantità 34
- La rappresentazione 35
- La percezione 37
- La mente 38
- L'IO 39
- Il Sé 40
- Il giudizio 40
- Il ragionamento 41
- L'aiuto 41

- La disciplina	41
- La coscienza	42
- L'attenzione	46
- La memoria	47
- La volontà	49
- L'intelligenza	49
- La parola	51
- Lo spirito	51
- Il senso religioso	55
- Il pensiero	57
- L'immaginazione	60
- Il sogno e le sue difficoltà interpretative	61
- Il sesso e l'amore	63

### CAPITOLO TERZO

#### Le sociopatie più attuali

- La depressione	67
- L'anoressia mentale	68
- L'obesità e la bulimia	70
- la paura	72
- L'aggressività	73
- La tossicodipendenza	75
- La criminalità	77
- La violenza	79
- La magia	82
- Il dolore	83

### CAPITOLO QUARTO

#### Come produrre il cambiamento

- L'importanza della comunicazione	87
- La costruzione della realtà	89

- La meditazione come espansione della riflessione	91
- Il risveglio dell'essere	94
- L'esperienza mistica	99
<b>BIBLIOGRAFIA</b>	<b>111</b>



## PREFAZIONE

Desidero, con questa mia opera, rivolgermi alle famiglie in primo luogo, ma anche agli operatori dell'educazione e della sanità e, tramite loro, raggiungere quelle persone che soffrono perché un loro parente, un amico, un conoscente non ha ancora trovato il modo per cogliere lo slancio vitale che permette al proprio essere di realizzarsi nel modo più soddisfacente. Naturalmente, l'impresa non è facile. Per questo, a garanzia di scivolamenti o cedimenti alle lusinghe, ho ritenuto opportuno introdurre alcuni elementi per conoscere l'essenziale nel campo del sistema nervoso e delle componenti che formano la persona. La conoscenza di tali elementi non richiederà precisazioni ulteriori per entrare nel vivo della problematica relativa alle sofferenze psicologiche.

L'**esperienza**, specialmente quella sofferta, **anticipa sempre la scienza**. Il mio scopo non è quello di formulare un programma per ogni sociopatia, perché il campo è vasto e variegato quanto è grande il numero delle persone, ma quello di analizzare situazioni e concetti in modo da dare a chi soffre la certezza che per ogni problema psicologico esiste una soluzione adeguata.

Se la forma che ho seguito nell'esposizione sia la più gradita non tocca a me dirlo, ma a tutti quelli che soffrono, ai quali mi è caro sottoporla.

Ringrazio l'Editore e tutti i suoi collaboratori che hanno permesso alla presente opera di vedere la luce e di provare a illuminare.

L'Autrice





## INTRODUZIONE

Ogni uomo ha una storia sublime. La sua anima è raccolta in una vibrazione permanente di sentimenti e sensazioni, che insieme formano l'essere della persona. Non solo, ogni uomo è distinto dal marchio vibratorio del proprio stato di coscienza, così che esercita una caratteristica influenza sulle persone e sulle cose. Tutte le azioni, in ogni momento della sua vita, sono immagazzinate nel suo cervello sotto forma di tendenze e determinano il suo comportamento, perciò le azioni dell'uomo seguono sempre l'uomo. Usando un'espressione di Baudelaire possiamo dire che "colori, profumi e suoni si rispondono" e così le tendenze, le inclinazioni e i comportamenti. Nella stessa percezione gli elementi sono già fatti, sono ricordi, quantità di eccitamento e sono trasmessi alla memoria sotto forma di impressioni, le cui sensazioni vanno poi differenziate nell'azione mediante l'esercizio. Alla base di ogni azione mentale o fisica c'è l'emissione di corrente vitale, di energia vibratoria.

Nella lingua greca la parola *energes* significa agire e *argon* significa azione. Una volta stabilito il concetto che la materia è energia in uno stato di condensazione, possiamo affermare che l'energia è materia allo stato radiante.

La Fisica riconosce alla materia (o energia) oltre allo stato solido, liquido e gassoso, anche uno stato elettromagnetico o radiante, meno familiare ai nostri sensi perché presenta un aspetto bivalente, trattandosi di onde e corpuscoli. Esso si sposta alla velocità della luce e trasporta un'energia che si manifesta in fenomeni o effetti calorici.

Il quinto stato conosciuto che la Fisica riconosce alla materia è quello in forma di plasma. Si può osservare nelle stelle, nella Via Lattea, nelle reazioni termonucleari. Qui la temperatura supera i 100 milioni di gradi. E' uno stato difficile da immaginare, ma costituisce il 99% dell'Universo. Su queste basi Planck afferma che "la materia non esiste: tutto è energia". Tutta la realtà è un insieme di particelle in rapidissimo movimento. Gli elettroni, che in ogni atomo girano milioni di volte al secondo intorno ai propri nuclei, sono incessanti generatori di energia. Anche un sasso appoggiato al suolo, osservato in scala atomica, è un gioco dinamico di azioni e reazioni. Tutto questo serve a delineare le basi su cui si fonda la **biopsicoenergia**, a capire che spesso l'osservazione interna è più valida di quella esterna perché più immediata. L'energia è ciò che l'essere umano sente prima dentro di sé, è ciò che lo anima e che lo espande fuori di sé. Ne consegue che il fenomeno interiore deve avere la precedenza su quello esteriore, se l'essere umano vuole acquisire la capacità di mutare il carattere dei fenomeni precedenti e di conoscere i fenomeni che in ogni momento si presentano.

La Fisica oggi definisce il fenomeno "*maniera in cui la sostanza si manifesta nel tempo*" e la sostanza è la qualità, il tipo di materia che costituisce un corpo.

Tutte le società hanno spesso figli che sembrano corpi contundenti. Anche questi sono quattro mura con dentro il domani. Anch'essi potranno dare il contributo delle loro idee se la società ascolta l'unica idea che dà loro tale possibilità.

In questi casi l'approccio cognitivo deve far sentire all'individuo la sua utilità. E' necessaria a tale scopo l'analisi dell'immaginazione, del pensiero, della parola, della memoria.