

## **LA FEDE, QUALITÀ MISTERIOSA ED ESSENZIALE :**

### **La sua natura, dinamica, sviluppo e manifestazioni**

Peter Roche de Coppens, Ph.D.

L'umanità sta vivendo un momento, un passaggio, una trasformazione nella sua evoluzione, veramente fondamentali, molto difficili ma anche meravigliosi ! Quello che sta vivendo, che stiamo vivendo oggi tutti noi, è il passaggio dalla nostra infanzia all'età adulta (tecnicamente parlando, secondo la mia teoria dell'evoluzione umana e spirituale questo è il passaggio dal 3° e 4o livello di coscienza ed essere al 5°) dove nascerà la coscienza spirituale, si attiverà la nostra intuizione e potremo allora unire lo sforzo umano alla grazia divina (per maggiori dettagli vedi il mio libro *The Great Theory of Human and Spiritual Evolution*, Xlibris, 2009). Per compiere tale passaggio e salire a questo livello superiore di coscienza, cosa che stiamo vivendo dalla fine del 20° all'inizio del 21° secolo, dovremo veramente dare il "meglio di noi stessi", adoperare tutte le nostre risorse, interiori ed esteriori, crearci una filosofia di vita ed un'arte di vivere che includano una vita spirituale autentica. In questo contesto, la fede è veramente qualcosa di essenziale ed è proprio tale realizzazione ad avermi portato a scrivere il presente saggio.

La fede è sempre stata una qualità fondamentale per l'uomo, ma lo diventa ancora di più alla nostra epoca e livello di coscienza. Tutte le religioni autentiche ne hanno parlato e la tradizione spirituale la considera una vera "pietra angolare" per una vera vita spirituale, per conquistare una salute e un benessere veramente integrali e per pregare in modo conscio, vivo ed efficace. Ma che cosa è la fede, quali sono la sua natura, le sue caratteristiche, la sua dinamica e manifestazioni e come possiamo coltivarla, amplificarla ed integrarla nella nostra vita quotidiana? Ecco le domande fondamentali alle quali cercheremo di rispondere assieme dopo aver riflettuto, meditato ed adoperato i contributi della tradizione spirituale.

Nella tradizione cristiana è molto chiaro che la fede svolge un ruolo essenziale; essa è capace di "muovere montagne" e costituisce la qualità fondamentale della guarigione. Non solo, ma è anche quella qualità della preghiera che ci permette di passare dalla preghiera inconscia, meccanica e non operativa (a livello fenomenologico) a quella conscia, viva ed efficace. Avendo passato molti anni della mia vita a studiare e coltivare la preghiera... che mi ha permesso di guarire da un handicap considerato inguaribile dalla medicina ufficiale, ho anche studiato e dedicato molto tempo e ricerca per capire la natura,

dinamica e potenziale della fede ed ora vorrei condividere con voi quanto ho scoperto e le conclusioni a cui sono giunto. La religione asserisce che la fede è essenziale ma non ci spiega, in modo chiaro ed operativo, quello che è, come funziona e che cosa può fare per noi. Sarà proprio questo che cercherò ora di fare con voi.

È chiaro che per studiare e sviluppare qualsiasi qualità, aspetto e processo umano dobbiamo ancorarci ad una teoria della natura umana e ad un modello della psiche; dobbiamo avere le idee chiare e basarci su alcuni presupposti per quanto riguarda ciò che è l'essere umano e la sua coscienza. Per più ampi dettagli su questo affascinante soggetto vi suggerisco di leggere alcuni miei libri e presentazioni (fatti per medici): *La Natura Umana: lo Sforzo e la Grazia* (Guna, 2007) e *Medicina Differenziale e Qualitativa* (Guna, 2007). Vi ricordo che la coscienza umana ha 7 funzioni fondamentali alle quali ho connesso 7 "muscoli della coscienza" i quali sono i processi psicologici collegati a tali funzioni. Ho anche parlato ed analizzato quello che chiamo "gli attributi ontologici di Dio e dell'Uomo" che a loro volta sono connessi con 3 di queste funzioni e quindi con 3 "muscoli della coscienza". Ora la fede ha una relazione diretta con queste 7 funzioni e "muscoli" ed in particolare ha una connessione intima con i 3 "attributi ontologici", quindi il primo insight fondamentale per la fede è che essa è una *trinità*.

Vi ho già spiegato come l'uomo, Dio e tutto ciò che esiste veramente sono una trinità, sia a livello strutturale (che studia le sue componenti) che a livello funzionale (che studia le sue manifestazioni). In altre parole, tutto ciò che è "reale" e che "esiste" ha un aspetto fisico, uno umano ed uno spirituale ed essi si manifestano come coscienza - conoscenza, amore-desiderio e vita-energia creatrice. Quindi non c'è da meravigliarsi se la fede sia anch'essa una trinità composta da 3 aspetti fondamentali. Vediamo: le 7 funzioni della psiche. Esse sono: le sensazioni, gli impulsi biopsichici o istinti, l'immaginazione, l'intuizione, le emozioni, i pensieri e la volontà. I 3 grandi "attributi ontologici" sono la Vita, l'Amore e la Saggezza connessi con la volontà, il pensiero, ed il sentimento. I "muscoli della coscienza" che hanno un legame diretto con questi attributi e funzioni sono la concentrazione (volontà), la meditazione (pensiero) e la devozione (sentimenti).

La fede tocca ed ha un impatto molto importante sulla nostra *coscienza*, quindi su tutte le funzioni della nostra psiche, ma in particolare ha un impatto su ciò che è veramente essenziale, su quello che chiamo gli "attributi ontologici", ossia sul cuore, la mente e la volontà della persona. Ovviamente, ha anche un impatto ed un effetto sull'intuizione, l'immaginazione, gli impulsi e le sensazioni, ma l'impatto e l'effetto più importanti si hanno sulla dimensione cognitiva, affettiva e volitiva dove, ancora una volta, predomina la dimensione

affettiva, l'amore! Ora, cerchiamo di "mettere a fuoco" e di sviscerare questa trinità cognitiva: coscienza-conoscenza (testa), amore-desiderio (cuore) e volontà-energia creatrice (centri psicospirituali delle nostre spalle). Questo ci aiuterà a capire meglio la natura, le caratteristiche e la dinamica della fede; dopo di che focalizzeremo la nostra attenzione sul suo sviluppo, manifestazioni e conseguenze.

A livello cognitivo, per quanto riguarda la nostra comprensione, conoscenza ed il significato che noi diamo al nostro vissuto, la fede autentica è ancorata su certi presupposti e realizzazioni molto interessanti e con profonde conseguenze per la nostra salute, benessere e creatività. Questi sono (almeno i più importanti):

- Capire ed accettare il fatto che nulla succede a caso, che viviamo in un universo armonioso, coerente e retto da leggi universali (come quelle della gravità o dell'elettromagnetismo) che operano a tutti i livelli. Quindi, se succede qualche cosa è perchè tale evento o situazione ha una ragione ed uno scopo (teleologia) ben precisi. Esistono relazioni di causa ed effetto tali che partendo con un adeguato studio ed una presa di coscienza degli effetti, possiamo risalire alle loro cause. Occorre capire che il Cielo non ci dà mai una croce più pesante di quella che possiamo portare (a meno di commettere degli errori fondamentali come l'alcolismo o la tossicodipendenza). Quindi, esistono sempre una ragione ed una causa per qualsiasi cosa ci succeda ed in noi sono presenti tutte le risorse necessarie per fronteggiarla.
- Capire ed accettare il fatto che nulla è mai "perso" o "invano" o "sciupato"... che tutto serve a qualche cosa e quindi possiamo imparare da tutte le situazioni umane le quali, in ultima analisi, sono sempre un "dono di Dio" e nei confronti delle quali possiamo essere grati in quanto ci aiutano a crescere ed ad avvicinarci al nostro grande Traguardo finale.
- Diventare consapevoli che non siamo soli o abbandonati in un universo indifferente, ostile o caotico; ma che abbiamo un Creatore intelligente, buono e potente, che sa quello che fa, che ha un "piano divino" per ognuno di noi e per tutta l'umanità... e che questo piano è grande, meraviglioso e che vale veramente la pena passare attraverso tutte le nostre esperienze per realizzarlo.
- Infine, rendersi conto che effettivamente noi viviamo in un mondo di dualità dove uno dei nostri doni più grandi e sacri è quello del *libero arbitrio* con il quale possiamo scegliere fra il bene e il male. Da questo mondo di dualità però possiamo anche salire (elevando il nostro livello di coscienza ed evolvendo) al mondo dell'unità. Qui diventa molto chiaro che sia il bene che il

male fanno parte dell'esperienza umana e del piano divino in quanto conducono allo stesso grande Traguardo finale... ma ovviamente in modo opposto! Il bene ci porta alla vita, alla coscienza, alla libertà, alla salute ed alla gioia, mentre il male ci porta alla morte all'incoscienza, alla schiavitù, alla malattia ed alla sofferenza...ma tutti e due ci aiutano a crescere, ad imparare qualche cosa, ad attualizzare il nostro potenziale per poter realizzare lo scopo per il quale siamo stati creati!

- Arrivati a questo livello di coscienza e consapevolezza, possiamo allora trasformare e "riquadrate" il nostro modo di concepire, definire e reagire a quello che siamo veramente ed a tutto quello che ci succede e che viviamo... e quindi eliminare una gran parte delle paure ed angosce, delle colpevolezze e violenze che ci affliggono, distruggendo la nostra salute, benessere, creatività e relazioni rendendoci incoscienti, ciechi, e frustrati. Ed è qui che nella saggezza popolare troviamo detti molto profondi e saggi quali: "Nihil humano alienum a me puto" (antichi romani), "No y mal che por bien no venga" (spagnolo), e "make haste slowly" (amish).
- In altre parole, la fede ci permette di esorcizzare e trasformare il *negativo* in *positivo* e quindi di riconnetterci con la spirale ascendente piuttosto che con quella discendente che troviamo nel mondo della dualità; cioè ci consente di riconnetterci con la corrente divina di Luce, Fuoco e Vita che si trova ovunque e che ci guarirà da tutti i nostri mali... tramite il principio di risonanza e consonanza, ben capito e studiato dalla fisica quantistica così come dai grandi mistici, Santi e Saggi.
- Qui, dobbiamo stare attenti e chiarire un punto molto importante, fonte di tante ambiguità ed incomprensioni. La fede non elimina i nostri problemi, ostacoli o difficoltà in quanto dobbiamo comunque affrontarli e viverli, ma dà loro un significato, uno scopo, un valore conferendoci così la forza ed il coraggio di accettarli, risolverli ed apprezzarli! Quindi non elimina i nostri "esami e prove" ma dà loro un significato e valore permettendoci così di viverli e risolverli bene.

Se l'aspetto cognitivo della fede è molto importante, in particolare per coloro che sono sulla via della conoscenza (ma un pò meno per quelli che sono sulla via dell'amore... fino a quando le due vie s'incontrano e si uniscono), l'aspetto affettivo è indubbiamente quello più importante in quanto costituisce il cuore e la sostanza della fede. A livello affettivo, connesso con il cuore e con l'inconscio inferiore e superiore, troviamo tutta una gamma di emozioni, impulsi e stati d'animo che hanno un impatto ed effetto molto profondo su tutta la nostra

coscienza, il nostro essere e la nostra vita. È a questo livello che si formano molti assiomi o presupposti così come attitudini e posizioni esistenziali che possono far aprire o chiudere la persona al suo essere, ambiente e corrente della Vita. Come abbiamo fatto a livello cognitivo, ora cerchiamo di far luce e di sviscerare anche l'aspetto affettivo della fede il quale rappresenta le sue stesse "radici" e "sostanza". A livello emotivo la fede ci porta a:

- Innanzitutto a voler vivere, ad apprezzare e cercare le esperienze e le avventure e sventure che la vita può darci. Quindi ci porta ad "aprirci alla Vita" ed a tutto quello che essa può darci, buono o cattivo, piacevole o meno, con la ferma convinzione che ciò *vale la pena* e che in qualche modo saremo arricchiti e stimolati a crescere da tutto quello che vivremo. Quindi, per adoperare un'immagine e metafora, la fede ci fa "aprire le braccia" alla vita.
- A livello emotivo e partendo dal cuore, la fede ci aiuta a vivere meglio dandoci il *coraggio* per far fronte alle incognite, agli ostacoli e a quello che la Vita può portarci. Questa attitudine di coraggio è fondamentale per rimanere aperti alle correnti della vita e della vitalità e per non creare e rimuovere "blocchi" causa di "frammentazioni" e varie disarmonie le quali poi si manifestano come malattie e comportamenti disfunzionali.
- La fede quindi tiene aperta la comunicazione ed i canali di circolazione della luce e dell'energia vitale (prana, qi o ki) fra i nostri corpi energetici, partendo dal corpo spirituale per arrivare al fisico tramite quello mentale, emotivo e vitale. Quindi ci aiuta a rimanere in interazione ed a fare scambi con i vari livelli del nostro essere e con diverse entità. E come ben sappiamo, la grande legge della vita e della crescita è proprio quella di *fare scambi*, di dare e ricevere. Qui l'immagine e la metafora sono quelle della respirazione: per vivere e continuare a vivere dobbiamo ispirare (ricevere) ed espirare (dare).
- A questo livello, la persona non ha ancora la consapevolezza, non sa e non può controllare o predire ciò che succederà, ma già sente che quello che succede è *buono*, che altre forze molto più grandi, sagge e potenti, ci vogliono bene e guidano la nostra evoluzione e divenire. Quindi ci dà una "forza" emotiva e vitale molto grande ed importante.
- La fede ci aiuta emotivamente a correre rischi e ad accettare quello che, altrimenti, sarebbe inaccettabile. Ci aiuta ad andare avanti anche dopo aver provato tutto ed essersi accorti che nulla sembra più funzionare. Ci dà la pazienza e la perseveranza per continuare e rialzarci quando siamo caduti e quando dobbiamo

- affrontare le conseguenze dei nostri sbagli. Ci fa anche capire che non siamo perfetti e quindi commetteremo altri sbagli; ci aiuta a comprendere che il perdono, la compassione e la carità sono fondamentali e che dobbiamo coltivarli e praticarli.
- Dalla testa la fede, partendo da questo livello, ci fa scendere nel cuore passando così dal pensare al sentire. Ora, ci sono molte cose che la nostra "testa" (coscienza-conoscenza al nostro livello di coscienza) non può ancora capire in modo razionale e coerente, ma che il nostro cuore può *sentire*. Quindi a livello affettivo la fede ci aiuta a passare dalla dimensione orizzontale (materiale, quantitativa e razionale) a quella verticale (spirituale, qualitativa ed intuitiva).
  - Infine, è principalmente tramite *l'amore* e non la conoscenza o il potere che possiamo ritornare ed unirci al nostro Creatore, quindi è la dimensione affettiva, la devozione, a riconnetterci coscientemente con la Fonte inesauribile di Vita, di Amore e di Saggezza cioè con la nostra scintilla divina ed il Signore. Come ce lo dice bene l'etimologia, il vero *dis-astro* (essere disconnessi o separati dalla nostra stella, il Sè spirituale) consiste unicamente nel non essere più connessi coscientemente e non poter più trarre vita, amore ed ispirazione da questa Fonte.

A livello interiore ed esoterico, la fede ci riconnette con la Luce (Saggezza, coscienza- conoscenza) con il Fuoco (Amore, sensibilità-desiderio) e con la Vita (volontà-energie creatrici) di Dio, della Vita e dell'universo. Ecco perchè è talmente importante e fondamentale! È l'attributo e processo che ci permettono di continuare, ad andare avanti, a rialzarci quando altrimenti avremmo tutto abbandonato...; è l'attributo e processo che danno senso, sale e gioia alla nostra vita facendoci sentire che essa ha uno scopo ed un fine veramente meravigliosi e che valgono più che la pena... e quindi che tutti gli sforzi, i sacrifici, e le sofferenze che possiamo avere, fare e vivere VALGONO LA PENA di essere vissuti ed affrontati!

Come abbiamo già visto, la fede è veramente una trinità e quindi non ha solo un aspetto cognitivo ed affettivo ma anche un aspetto volitivo. Vediamo ora che cosa comporta questo aspetto, quali sono le sue caratteristiche, dinamiche e manifestazioni. La fede tocca ed ha un effetto non solo sulla nostra mente (conoscenza) sul nostro cuore (amore) ma anche sulla nostra volontà, le nostre scelte ed energie vitali. Se la più grande e profonda "medicina" o "rimedio" che esiste è quella di voler vivere, avere una ragione per vivere e la forza per farlo, la dimensione volitiva della fede tocca proprio le nostre *scelte* e la *forza* o l'energia che abbiamo per fare quello che veramente vogliamo

fare. Per Roberto Assagioli, fondatore della psicosintesi, la volontà si situa proprio nel centro della stella della psiche o coscienza umana in quanto, per lui, è la funzione regia della psiche.

Che cosa è e come si manifesta la nostra volontà? Essa, per la psicosintesi, è costituita dalle energie focalizzate dell'io umano e del Sè spirituale per fare qualsiasi cosa. Assagioli giustamente diceva spesso che esiste unicamente una cosa veramente essenziale per l'essere umano cioè la capacità di dire SÌ o dire NO, di fare ciò che si vuole fare e di non fare ciò che non si vuole fare. In altre parole è la capacità di rimanere "fedeli a se stessi" e di sviluppare carattere ed integrità evitando così di cadere nell'adulterio spirituale cioè impedire al nostro spirito di esprimersi nel mondo facendoci invece modellare e plasmare dal mondo, diventando quindi "vittime delle circostanze", cioè esseri impotenti, inconsci e schiavizzati che hanno perso la loro umanità per diventare degli oggetti!

Nel suo cuore, la dimensione volitiva tocca e governa le nostre *scelte* e la nostra *vitalità*. Durante tutta la nostra vita ed a qualsiasi momento ci troviamo di fronte a diverse scelte che possiamo fare...coscientemente o incoscientemente. La dimensione volitiva della fede ha a che fare con queste scelte e con le energie vitali che abbiamo a disposizione sia a livello della nostra coscienza che a livello del nostro corpo. Cerchiamo ora di "mettere a fuoco", di analizzare razionalmente questo aspetto della fede come abbiamo fatto con quello cognitivo ed affettivo. Ecco i punti, insights e assiomi fondamentali:

- Innanzitutto l'aspetto volitivo della fede ci porta sempre a fare scelte costruttive e positive, ad avere pazienza e perseveranza, a perdonare ed esprimere compassione—a dare la nostra attenzione, energie e risorse per creare e fare del bene e non per distruggere e fare del male. Nella saggezza degli amerindiani esiste una storia molto semplice ed interessante che tocca direttamente l'aspetto volitivo della fede. Eccola: :
- Un vecchio saggio indiano raccontava storie al suo nipote che contenevano il succo della saggezza della loro tradizione. Così un giorno disse a suo nipote: "Sai, in ogni essere umano esistono due lupi eternamente in conflitto fra di loro, un lupo bianco, che è buono, ed un lupo nero che è cattivo." Alla fine, il bambino chiese al saggio, "ma in questa lotta chi vince?". Il saggio rispose "Vince sempre il lupo al quale tu dai da mangiare"! Il bene ed il male sono energie e vibrazioni che possono mutare e trasformarsi una nell'altra. La chiave qui è a quale energia una persona dà la propria attenzione, tempo ed energia, quelle positive o quella negativa? E questo costituisce una nostra scelta

- fondamentale che ha conseguenze molto profonde per la nostra vita ed il nostro divenire.
- Nella Bibbia, nel Vecchio Testamento, incontriamo, non a caso, una storia molto simile ma più ricca di dettagli e che continua nel tempo. È la storia di Giuseppe e i suoi fratelli. Giuseppe, ultimo nato, era il preferito dal padre Giacobbe, e ciò aveva destato l'invidia e l'odio dei suoi fratelli. Questi cospirarono per liberarsi di lui. Un giorno mentre si trovavano al pascolo, lontani dal loro accampamento, gettarono Giuseppe in un pozzo e si misero poi a discutere cosa dovevano farne. Ammazzarlo o venderlo come schiavo? Alla fine prevalse l'ultima scelta che da un lato procurava loro dei soldi e d'altro lato evitava di dover spargere il sangue del fratello. Così Giuseppe fu venduto come schiavo e s'impegno a servire il suo padrone nel miglior modo possibile, attirando così l'attenzione di quest'ultimo ma anche quella della moglie di lui che se ne innamorò. Ma Giuseppe rifiutò le avances della donna e allora lei, per vendetta, lo accusò di aver tentato di violentarla. Così fu mandato in prigione. Lì interpretò i sogni di altri prigionieri uno dei quali era al servizio del faraone. Quando lo stesso faraone fece un sogno che nessuno sapeva interpretare, fece allora chiamare Giuseppe il quale gli diede un'interpretazione illuminante (la storia delle sette vacche grasse e delle sette vacche magre). Il faraone premiò Giuseppe nominandolo intendente generale del regno. Quando si verificò una grave carestia (le sette vacche magre) gli stessi suoi fratelli si recarono in Egitto da lui per chiedergli del cibo e Giuseppe, dopo averli esauditi, rivelò loro la sua vera identità. Morale della storia: in tutte le circostanze, Giuseppe scelse sempre di dare la sua attenzione, tempo, ed energie per fare cose costruttive e buone e mai per vendicarsi, punire o distruggere...
  - L'essere umano è stato così creato da poter sempre scegliere il bene o il male, il positivo o il negativo, costruire o distruggere. La chiave sta in cosa vuol dare la sua attenzione (pensieri ed emozioni), il suo tempo, risorse ed energie. L'aspetto volitivo della fede fa sentire alla persona che deve sempre avere fiducia, perdonare, avere compassione e nutrire il bene e l'aspetto positivo... che in tal modo cresceranno!
  - Questo aspetto non è tanto la consapevolezza di una cosa, il sentire una cosa, ma *fare una scelta* e poi metterla in pratica. Gli aspetti cognitivi ed affettivi esistono e sono uniti a quello volitivo il quale consiste particolarmente nel fare una scelta e poi agire di conseguenza.
  - Alla scelta e all'azione sono sempre collegate energie vitali che possono aumentare o diminuire. Se una persona rimane nel

- “circuitto cosmico”, connessa alla sua Sorgente di Vita, Amore e Saggezza, allora la forza, la vita scorrono liberamente nel suo essere e nella sua coscienza e possono esprimersi nell’unione della conoscenza con l’amore per realizzare grandi cose. Ma se la persona crea “blocchi energetici” e si “disconnette” da questa Fonte e dalla Vita, allora le sue energie diminuiranno e non potrà più fare ciò che sa essere la cosa giusta, quella che desidera fare... e quindi soffrirà.
- L’ultimo elemento e forse uno dei più importanti qui, è la relazione e l’unione (o meno) della polarità maschile e di quella femminile, di quello che dipende da noi e dalle nostre scelte e quello che non dipende da noi e dalle nostre scelte. La polarità femminile consiglia la pazienza, l’accettazione, la quiete interiore, il non agire. Mentre la polarità maschile consiglia la scelta, la lotta e il non arrendersi mai. Nella fede autentica bisogna riconoscere l’esistenza di queste due polarità opposte ed avere il giusto discernimento per sapere quando è necessario lottare e quando invece occorre semplicemente accettare!

La fede quindi è una trinità che coinvolge i 3 grandi attributi ontologici dell’essere umano: la conoscenza, l’amore e la volontà. Nella fede integrale bisogna riconoscere ed unire l’aspetto cognitivo, affettivo e volitivo pur rendendosi conto che alla fine sarà l’amore, il sentimento, ad essere la componente più importante; il sentimento che porta la persona verso il bene ed il positivo o verso il male ed il negativo con tutte le conseguenze attinenti a questa scelta. Nella sua sostanza e nel suo cuore implica la realizzazione che una persona non è sola ed abbandonata in un mondo indifferente o senza significato, ma che esiste un Creatore che ama la sua creatura e che veglia su di lei e guida la sua evoluzione per diventare e realizzare il grande piano divino che, per ogni essere umano è la *theosis*!

Quindi la fede, quando è autentica e si manifesta realmente, ci permette di accettare l’inaccettabile, di continuare anche quando non esistono più soluzioni o risorse razionali e di rendere l’impossibile possibile! In altre parole, è la fede a portare la speranza alla mente, la motivazione al cuore e la vita e la forza alla volontà; è la fede che crea il ponte o canale, energetico e vibratorio, tramite il quale l’uomo può ricongiungersi a Dio... Avendo cercato di capire meglio la natura, le caratteristiche e la dinamica della fede autentica e di gettare un pò di luce sulle sue manifestazioni e contributi, ora possiamo passare all’ultima domanda, quella pratica per eccellenza: come sviluppare ed incrementare la nostra fede?

Ho riflettuto, parlato e scritto tanto sulla preghiera ed uno dei suoi principi ed insights fondamentali consiste nel fatto che il suo fattore

operativo e vivo e l'area dove possiamo fare molto progresso nell' arte della preghiera, si trova non tanto in quello che la persona *dice* ma in *come lo dice*; si trova non tanto nelle parole e simboli del rituale che impiega, quanto nella *fede* che la persona ha nell'eseguire questo rituale! In altre parole, se volete rendere la preghiera conscia, viva ed efficace dovete adoperare ed incrementare la vostra fede. E il vero il progresso che farete nella preghiera sarà il progresso che farete nel capire, adoperare e sviluppare la vostra fede.

Come abbiamo visto, la fede coinvolge in particolare tre delle funzioni e muscoli della nostra coscienza: la volontà tramite la concentrazione, il pensiero tramite la meditazione e i sentimenti tramite la devozione. Poi vengono anche l'immaginazione tramite la visualizzazione e l'intuizione tramite il processo di invocazione-evocazione. Ora, vediamo come sviluppare ed incrementare la nostra fede a livello pratico. Quali sono i punti, gli insights e gli assiomi fondamentali che entrano in gioco a questo livello? I più importanti sono:

- Innanzitutto si tratta di lavorare su e cercare di sviluppare la nostra capacità di concentrazione, di meditazione, di devozione e di visualizzazione. E qui è la *pratica* a rendere perfetti ed utilizzando questi "muscoli della coscienza", in tutte le occasioni propizie; in questo modo si svilupperanno e potenzieranno... e saranno loro stessi a rivelarci i loro misteri e segreti se adoperati a fin di bene.
- Bisogna anche diventare consapevoli che il nostro *libero arbitrio*, la nostra capacità di scegliere fra il bene ed il male, è il nostro più gran dono datoci dal cielo... e quindi dobbiamo adoperarlo, nutrirlo per farlo crescere. In ogni situazione esiste il "bene" ed il "male"... che cambiano e mutano la loro natura e manifestazioni a secondo del nostro livello di coscienza e di essere.
- Masaru Emoto ha dimostrato in modo magistrale ed incontrovertibile che l'acqua ha una memoria e che il bene o positivo è *bello ed armonioso* mentre il male o negativo è *brutto e disarmonico*. Una volta vista e vissuta questa esperienza con l'acqua, rendendoci conto che il nostro corpo ed il mondo sono fatti per almeno il 70% di acqua, allora capiremo quanto sia importante creare e fare circolare molecole di bene nel nostro corpo e nel mondo... e saremo motivati a fare sforzi e sacrifici per realizzarlo!
- Come possiamo "incontrare": capire, sviluppare ed esprimere la fede viva e conscia? Vivendo in modo *impeccabile*, dando sempre il meglio di noi stessi, prendendo la decisione conscia di scegliere sempre il positivo, il creativo, il bene e non il male. Questo implica imparare l'alchimia emotiva tramite la quale possiamo

- trasformare e trasmutare i nostri pensieri ed emozioni negativi in positivi. Praticamente parlando, questo significa trasformare ed eliminare la paura, l'angoscia, la colpevolezza, il rancore, la vendetta e la violenza come mezzi per arrivare ai nostri fini. Significa cercare e focalizzarci su quello che è vero, buono e bello; sulla vita, la salute e la gioia e non la morte, la malattia e la sofferenza.
- Un modo molto efficace per capire, coltivare ed incrementare qualsiasi cosa o qualità umana consiste nel trovare e nel frequentare persone che già possiedono queste qualità e che le manifestano; cioè cercare e frequentare Santi, Saggi e persone giunte ad un livello di coscienza e di essere superiore (dal 4° livello in su). Tramite il principio di imitazione e di risonanza e consonanza queste persone possono aiutarci in modo notevole a sviluppare e manifestare varie qualità fra le quali la fede autentica.
  - Esiste un esercizio molto semplice ma efficace conosciuto come "la scommessa di Pascal". Pascal diceva che se "scommettiamo ed agiamo come se Dio esistesse" saremo comunque vincenti, che esista veramente o no, in quanto avremo certe attitudini e ci comporteremo in modo tale da consentirci di star bene *già in questo mondo* anche se non esistono una vita dopo la morte ed un Creatore buono, giusto e potente. Se invece scommettiamo che Dio non esiste, già in questo mondo (ed immediatamente) andremo verso il negativo e la depressione, verso il caos da noi stessi creato! Quindi una fede in Dio, anche se "cieca", è da preferirsi al nichilismo ed all'assenza di fede.
  - L'ultimo punto e forse il più importante, è l'uso regolare della *preghiera* basato sul principio che i nostri pensieri ed emozioni, le nostre credenze ed immaginazioni sono forze creatrici che tendono a materializzare ed obiettivare ciò che rappresentano. Non solo, ma tramite la preghiera possiamo anche ristabilire una connessione con la nostra scintilla divina ed aprirci alla grazia, alle energie spirituali che possono guidarci, ispirarci ed aiutarci a capire meglio, sviluppare ed incrementare la nostra fede. Questo perchè alla fine noi diventiamo e facciamo ciò in cui crediamo e desideriamo; non subito, ovviamente, ma con abbastanza tempo e perseveranza!

Essenzialmente, la fede autentica consiste nel pensare, sentire, decidere ed agire presupponendo che la vita, il mondo, l'uomo ed il suo Creatore, siano *buoni*, non cattivi od indifferenti. Non consiste assolutamente nel credere o sentire che la vita sia facile o che non ci siano difficoltà, incomprensioni, sofferenze e prove da passare e

vivere, ma nel concludere che VALGONO LA PENA. Esse hanno un significato, uno scopo, valore enorme in quanto portano a qualche cosa di grandioso e meraviglioso che valorizza e giustifica tutti gli sforzi, i sacrifici, le prove e sofferenze attraverso le quali si è passati per arrivare al grande Traguardo, la *theosis*, dove l'essere umano diventa Figlio di Dio a tutti gli effetti e con tutte le risorse, i doni ed i poteri dell'universo a sua disposizione.

Questo, in ogni caso, è la testimonianza, unanime ed universale di tutti i grandi Santi, Saggi, Profeti e Mistici che sono giunti ad un certo livello di coscienza e di essere. E questo è anche quello che tutti ed *ognuno di noi* potrà provare e vivere quando arriverà a questo livello ed avrà risvegliato la sua coscienza spirituale. E qui non è tanto una questione di credere o di sentire tutto ciò quanto di *viverlo* e sperimentarlo ... una volta arrivati ad un certo livello di coscienza. Più che qualcosa di culturale, mentale o cognitivo, la fede è una qualità ed espressione del cuore e quindi richiede un cuore aperto e disposto ad amare e sperimentare.

Infine, bisogna anche distinguere fra la fede "cieca" al servizio dell'ego e la fede "viva" e "conscia" al servizio del Sè spirituale. La prima cerca di soddisfare i bisogni, desideri e capricci dell'io umano creando illusioni come quelle che prima o poi la fortuna ci sorriderà, che la vita sarà facile e che otterremo ciò che noi (il nostro ego) desidera. La seconda invece cerca di assecondare e realizzare la volontà ed il piano divino... che possono passare attraverso fasi molto difficili e dolorose, la cosiddetta "notte oscura dell'anima". Quello che fa la fede è di darci la pazienza e perseveranza, il coraggio e la forza di passare attraverso questi momenti difficili, scoprendo significato, scopo e valore al nostro vissuto.

La fede è quindi la "molla essenziale" per darci il desiderio, la conoscenza, gli strumenti e la forza per andare avanti nella nostra evoluzione, per aiutarci a rialzarci quando cadiamo e per portarci, lentamente ma sicuramente verso la realizzazione del nostro essere e l'accompagnamento del nostro grande destino... Almeno è questo che insegna la tradizione spirituale così come i veri Santi e Saggi. Ma il lavoro, l'esperienza e la realizzazione della fede conscia e viva possono solo essere vostri, personali ed unici!

In sintesi e conclusione: La fede è una qualità, un processo psicospirituale, che coinvolge e nutre i nostri tre attributi ontologici fondamentali, ciò che è più "vero ed importante", sia per noi che per il nostro Creatore; ossia la Vita, l'Amore e la Saggezza; in termini psicologici, la volontà, il sentimento ed il pensiero. Come tale coinvolge

un aspetto cognitivo, affettivo e volitivo dove però le sue radici e la sua sostanza rimangono sempre un sentimento, un amore, un impulso verso quello che è vero, buono e bello — verso il positivo! Ci fa sentire e ci porta, anche senza poterlo capire pienamente, verso tutto quello che è buono, che vale la pena e che fa parte della volontà e del piano divino. Come tale è la molla fondamentale, connessa al nostro cuore, che ci riconnette e ci mantiene in contatto con la nostra scintilla divina, con la Sorgente inesauribile di Vita, Amore e Saggezza che è il nostro Sè spirituale ed il Signore.

In questo senso ed ancora di più quando abbiamo risvegliato ed integrato il suo aspetto cognitivo e volitivo, la fede diventa la “scala di Giacobbe” ed il “ponte” con il cielo che ci aiuta sulla terra ad andare avanti donandoci bagliori della vera conoscenza, del vero amore e della vera volontà! La mia preghiera ed augurio più profondo e sincero è che tutti voi, tutti noi, possiamo essere benedetti e dotati di una vera e grande fede che aumenti con il passare del tempo e con la crescita della nostra coscienza e del nostro essere!

Peter Roche de Coppens, Ph.D.

***Peter Roche de Coppens** ha dedicato gli ultimi cinquant'anni della sua vita agli studi di spiritualità, al risveglio della consapevolezza spirituale, all'educazione e alla salute olistica. Grazie alla preghiera è guarito da una grave ferita causata da un incidente. Attraverso la sua esperienza personale, che ha cambiato il corso della sua vita, ha imparato che il prossimo grande passo qualitativo in medicina e nella tutela della salute, è l'integrazione della dimensione spirituale. Ha pubblicato diversi testi, tra cui « Medicina e Spiritualità: incontro del secolo » con Il Caduceo Edizioni; « La famiglia spirituale nel XXI secolo » con Anima; « Vivere sani in un mondo malato » con L'età dell'acquario ; “Vitamine d'amore - Nutrimento energetico” con l'Istituto delle Motivazioni ; “Iniziazione al terzo millennio” con l'Istituto delle Motivazioni. Sito web: [www.cittadinocanadese.com/dr\\_decoppens.html](http://www.cittadinocanadese.com/dr_decoppens.html)*