



# Semplicemente amare

*Flavio Gandini e Samantha Fumagalli, scrittori, esoteristi, studiosi di metafisica e metapsichica, hanno sviluppato un particolare Metodo di Riflessologia cutanea, partendo dalle scoperte del professor Giuseppe Calligaris. Fondatori dell'Associazione Culturale Vega, offrono il loro contributo allo sviluppo della consapevolezza umana e della spiritualità anche attraverso articoli, conferenze e seminari.*

*Per maggiori informazioni: libri "L'Anima svelata" e "La quinta via", Gandini e Fumagalli, Anima Edizioni; sito Internet <http://www.vega2000.it>; e-mail [vega@vega2000.it](mailto:vega@vega2000.it).*

# L'amore, questo sconosciuto

di Flavio Gandini e Samantha Fumagalli

**Quante parole sono state dette e scritte in nome di questo sentimento così inflazionato e, nonostante tutto, ancora avvolto da un magico alone di mistero.**

L'amore spazia, all'interno di vastissime regioni dell'essere umano, dall'emozione più terrena e viscerale al più nobile e puro dei sentimenti spirituali. In questo immenso mare l'uomo si dibatte, spesso in preda a profondi conflitti. Può rappresentare un esempio significativo, pur non essendo assolutamente l'unico, l'amore materno combattuto tra il desiderio egoistico di "possesso" nei confronti delle "proprie" creature e il desiderio di concedere ai figli la libertà di intraprendere la propria strada, qualunque essa sia e ovunque li porti. Analogamente una madre vive il conflitto tra l'istinto di protezione e la latente consapevolezza che i figli debbano, a un certo punto della loro esistenza, emanciparsi assumendosi la responsabilità delle proprie azioni e, nel caso, anche dei propri errori. A questo proposito ci ritorna in mente una bellissima poesia di Kahlil Gibran, "I figli" che recita: "I vostri figli non sono figli vostri. Sono figli e figlie della sete che la vita ha di se stessa... essi vengono attraverso di voi, ma non da voi.

E benché vivano con voi non vi appartengono... Potete donare loro amore ma non i vostri pensieri: essi hanno i loro pensieri. Potete offrire rifugio ai loro corpi ma non alle loro anime: esse abitano la casa del domani, che non vi sarà concesso visitare neppure in sogno.

Potete tentare di essere simili a loro, ma non farli simili a voi: la vita procede e non s'attarda sul passato.

Voi siete gli archi da cui i figli, come frecce vive, sono scoccate in avanti. L'Arciere vede il bersaglio sul sentiero dell'in-

finito, e vi tende con forza affinché le sue frecce vadano rapide e lontane. Affidatevi con gioia alla mano dell'Arciere; poiché come ama il volo della freccia così ama la fermezza dell'arco".

Non è certo facile superare l'amore egoistico a favore di un puro Amore volto, disinteressatamente, al Bene dell'Altro.

Non è facile, né quando l'altro è rappresentato da un figlio o una figlia, né quando si tratta del proprio compagno o compagna di vita. Possiamo, anzi, dire che è molto difficile vivere l'Amore vero, quello con la A maiuscola, e questa difficoltà è possibile osservarla in molte relazioni, a partire da quelle con i parenti per arrivare fino a quelle con gli amici. Ciò nonostante, uno dei più nobili scopi dell'essere umano è proprio quello di elevare il sentimento d'amore ai massimi livelli di spiritualità. L'amore altruistico è un sentimento che dovremmo imparare a liberare non soltanto nei confronti dei figli, ma di ogni creatura vivente.

"Volere bene" significa veramente volere il bene dell'altro, essere felici per una persona quando la persona stessa è felice, non quando si mostra compiacente nei nostri confronti. Tutto ciò può apparire retorico, ma se ci guardiamo dentro profondamente e con onestà scopriremo quanto spesso questo sentimento che chiamiamo amore sia offuscato da altri, meno nobili. Non serve farsene una colpa, piuttosto da un sano principio di osservazione può scaturire il desiderio e la volontà di migliorare...

Allora potremo scoprire che per Amare il prossimo è necessario imparare ad Amare se stessi, accettandoci per quello che siamo: Anime eterne impegnate in un'esperienza fisica terrena.

Siamo qui e ora per imparare, sperimentare, scoprire, sviluppare la consapevolezza e la coscienza. Non siamo corpi con un'Anima, ma Anime che viaggiano utilizzando il corpo come veicolo. L'Amore, vero e puro, è forse l'unica via per prendere davvero coscienza di questo fatto. E' importante rendersi conto che siamo esseri splendidi, eterni e... fallibili. Sì, possiamo sbagliare! Ma è anche attraverso l'errore che ci viene offerta l'occasione per fermarci a riflettere.

Magari uno sbaglio ci ha fatto inciampare, così, rallentando un poco i ritmi del frenetico vivere quotidiano, abbiamo migliori opportunità per osservarci e ascoltarci nel profondo e possiamo scoprire dentro di noi la forza per migliorare e avanzare lungo la strada dell'evoluzione. Amare, allora, assume anche il significato di accettazione: accogliere amorevolmente noi stessi con i nostri difetti, gli errori, i problemi, i dolori, le sofferenze... Accettare noi stessi con Amore è la strada per promuovere il desiderio e la volontà di diventare persone migliori.

Amare può, così, estendersi a tutti gli esseri viventi, ad ogni creatura, e divenire accettazione totale dell'Altro, della sua Libertà, dei suoi tempi, dei suoi modi, dei suoi problemi e delle difficoltà. Amare ci rende consapevoli di essere tutti immersi nel grande oceano della vita, che l'Oceano e la Vita siamo noi.

## L'AMORE UNIVERSALE

Ma facciamo un passo indietro... Perché, al di là delle belle parole, per giungere a sperimentare il vero Amore la strada non è sempre in discesa... Non è sufficiente "imparare" cos'è l'Amore, occorre "comprenderlo" e "viverlo".

Il concetto di Amore universale è talmente immenso, grandioso e onnicomprensivo (in una parola potremmo dire "divino") da restare un tantino alieno a noi creature umane alle prese con un impegnativo lavoro da svolgere per evolvere fino al livello di ricongiungerci con Dio.

E' vero, siamo creature divine, facciamo parte di un Tutto, dell'Uno, ma "disgraziatamente", fintanto che percorriamo i sentieri di questa Terra, siamo imprigionati in un limitato corpo fisico e spesso anche ingabbiati dalle assurde pretese di un ego presuntuoso... Per raggiungere l'Amore universale bisogna preparare i bagagli e partire...



## COMPRENDERE L'AMORE

L'amore è un sentimento stupendo che conferisce effetti meravigliosi a chi lo prova e a chi lo riceve, ma è anche, forse per la sua stessa grandezza e intensità, un sentimento "difficile" da vivere appieno. Sono molti i "mali" connessi all'amore, c'è, sicuramente, il dolore per l'abbandono, l'allontanamento, la perdita, ma ci sono anche i sensi di colpa per non avere fatto abbastanza per la persona amata, oppure per avere fatto troppo, fino a soffocarla... E, ricordate, stiamo parlando di tutti i tipi di amore... E' amore essere innamorati di un uomo, di una donna o dei figli, ma è amore anche amare la vita, l'arte, il proprio lavoro... Così anche le delusioni, gli insuccessi, le repressioni entrano a fare parte dei tanti "mali d'amore".

La lista, volendo, potrebbe continuare, ma ognuno conosce le sofferenze e i dolori che possono venire associati alle innumerevoli sfaccettature di un sentimento tanto bello. L'argomento è senza dubbio talmente vasto da non essere esauribile in poche righe. Proviamo, comunque, a considerare, seppur in modo un po' generico, i benefici che potrebbero essere generati da un amore "equilibrato". L'equilibrio, in questo caso, può essere inteso come un modo d'amare che sappia tenere conto delle valenze di tutte le persone coinvolte. Così come la libertà di ciascuno deve "arrestarsi" dove incontra la libertà dell'altro, similmente l'amore deve estendersi fino a incontrare, ma non a "interferire", con l'esistenza altrui.

Analogamente l'amore che proviamo non dovrebbe in alcun modo divenire annullamento di sé. Frequentemente il sentimento di aggressività assume la valenza di odio, arroganza, invasione dello spazio altrui, ma non dobbiamo dimenticare che una sana aggressività si manifesta anche nell'istinto di sopravvivenza, di conservazione, di autodifesa e di salvaguardia del proprio territorio, dei propri spazi. La forza, il coraggio e la determinazione possono essere la migliore espressione di una sana aggressività, così come la volontà di esistere, di affermarsi, di combattere per i propri sogni. Tutto ciò senza trascurare che la componente aggressiva può sfociare in odio, rabbia, rancore ed è per questo che deve venire mantenuta in armonico equilibrio con la sua controparte di amore. Così, una prima considerazione sull'equilibrio dell'amore potrebbe essere quella di imparare a dosare amore e sana aggressività, nel rispetto dei medesimi sentimenti altrui. L'Anima umana ha ugualmente bisogno di mantenere una sua individualità e di fondersi nell'Altro. L'Anima percepisce la sua componente personale, ma riconosce altresì la sua appartenenza al Tutto.

## LE CORRISPONDENZE DELL'AMORE

I diversi tipi d'amore umano si riflettono anche sul corpo dell'uomo. Da un piano animico-spirituale essi, come su uno specchio, proiettano le loro immagini e le loro ombre sul corpo fisico. Tutte le emozioni, che sono energia in movimento, trovano accoglimento e memoria nella materia del corpo. In altre parole, ogni esperienza che facciamo si cristallizza in memoria, nella materia. Se le emozioni e i pensieri, connessi con le esperienze, sono frutto di gioie producono benessere, quando, invece, sono dolorose o traumatiche si ripercuotono sul fisico creando malesseri, disturbi e malattie. L'amore, in senso generico, ha come corrispettivo fisico l'intestino, ma ogni amore, che sia esso familiare, sessuale, umanitario o per il lavoro, trova una sua specifica sede di proiezione sul soma umano.

Flavio Gardini  
Samantha Fumagalli

### AMORE = INTESTINO

*amore sessuale = duodeno*  
*amore familiare = intestino tenue*  
*amore patrio (per la propria nazione, città, eccetera) = secondo tratto sotto ombelicale dell'intestino tenue (ileo)*  
*amore umanitario e religioso = intestino cieco e appendice*  
*amore per la società = colon ascendente*  
*amore per la natura = colon trasverso*  
*amore per l'arte = colon discendente*  
*amore per il lavoro = sigma e retto*

La mancanza di equilibrio tra amore e odio, o meglio tra amore e aggressività (di quella sana aggressività di cui abbiamo fatto cenno poc'anzi) può ripercuotersi sulla parte "aggressiva" dell'uomo che nel corpo individuiamo nell'area del fegato.

### ODIO = FEGATO

*odio per l'amore sessuale = estremità sinistra o margine anteriore del fegato*  
*odio per la famiglia = segmento del fegato fra il bordo esterno di sinistra ed i due lobi*  
*odio per la patria = lobo quadrato e specchio del fegato*  
*odio per l'umanità e la religione = vescichetta biliare*  
*odio per la società = segmento epatico retrostante alla vescichetta biliare*  
*odio per la natura = segmento epatico verso la metà del lobo destro*  
*odio per l'arte = segmento epatico vicino al lembo destro*  
*odio per il lavoro = estremo lembo destro del fegato*

*Segui il filo...*