



Trimestrale N. 32 - gas. (mar. 2015) - € 4,95

SCIENZA e CONOSCENZA

Nuove Scienze, Medicina non Convenzionale, Coscienza

Ghiandola Pineale *elisir di lunga vita*

**Mantenersi giovani
con la melatonina**
*Intervista al dottor
Walter Pierpaoli*

PNEI
*la base scientifica
delle relazioni
MENTE-CORPO*

MEDITAZIONE CHE GUARISCE
8 *comprovati benefici
sui pazienti oncologici*

L'OROLOGIO DEGLI ORGANI
*Scopri i ritmi di rigenerazione
del corpo con
la Medicina Cinese*

SOLE: energia che cura
Intervista a Daniel Lumer

**Campi elettromagnetici
e danni al cervello**

Serotonina e Pinolina
*La chimica per l'evoluzione
di coscienza*



SCIENZA (im)POSSIBILE

- ✦ **Il Volo Antigravitazionale: da Leonardo ai nostri giorni** - di Marco Pizzuti
- ✦ **Strisce bianche nel cielo: Sole Chimiche?** - risponde Gianni Lannes

SCIENZA e CONOSCENZA

Nuove Scienze, Medicina non Convenzionale, Coscienza

Ghiandola Pineale *elisir di lunga vita*

Mantenersi giovani
con la melatonina
Intervista al dottor
Walter Pierpaoli

PNEI
la base scientifica
delle relazioni
MENTE-CORPO

MEDITAZIONE CHE GUARISCE
8 comprovati benefici
sui pazienti oncologici

L'OROLOGIO DEGLI ORGANI
Scopri i ritmi di rigenerazione
del corpo con
la Medicina Cinese

SOLE: energia che cura
Intervista a Daniel Lumer

Campi elettromagnetici
e danni al cervello

Serotonina e Pinolina
La chimica per l'evoluzione
di coscienza

SCIENZA (im)POSSIBILE

- ❖ **Il Volo Antigrafitazionale: da Leonardo ai nostri giorni** - di Marco Pizzuti
- ❖ **Strisce bianche nel cielo: Scie Chimiche?** - risponde Gianni Lannes

macro**librarsi**

e-commerce N° 1 in Italia per il Benessere

€ 7
SCONTO

Spedizione Gratis
Diritto di Reso Gratis

*valida per acquisti
superiori a € 47
su macrolibrarsi.it entro il
31 Maggio 2016

Codice: 4RF3T



Scopri tutti i vantaggi



Spedizioni GRATIS
*ordini > € 29



Contrassegno
GRATIS



Diritto di reso
GRATIS



Oltre 70.000
articoli



+99% Clienti
Soddisfatti



Vivi Consapevole
rivista omaggio



Vivi Consapevole
app gratuita

www.macrolibrarsi.it

Il fiume del divenire, la musica della vita

Ho avuto pensieri e principi. Tante volte ho sentito in me il sapere, per un'ora o per un giorno così come si sente la vita nel proprio cuore. [...]

Ma questo è un pensiero che ho trovato io: la saggezza non è comunicabile. La saggezza che un dotto tenta di comunicare ad altri, ha sempre un suono di pazzia. [...] La scienza si può comunicare, ma la saggezza no. Si può trovarla, viverla, si possono fare miracoli con essa, ma spiegarla e insegnarla non si può.

Hermann Hesse, Siddharta



lla fine di una lunga chiacchierata, il dottor **Walter Pierpaoli**, la cui intervista apre questo numero di Scienza e Conoscenza, mi ha consegnato

Ale chiavi del suo elisir di lunga vita. Per vivere fino a 120 anni dobbiamo avere la fortuna di possedere una buona base genetica, dobbiamo rallentare l'invecchiamento della ghiandola pineale e non da ultimo dobbiamo trovare una nostra forma di saggezza che ci permetta di vivere delle buone relazioni, in famiglia prima di tutto.

Oggi anche le nuove frontiere della medicina riconoscono l'importanza principale delle emozioni, e di una vita in armonia con l'ambiente in cui siamo immersi, come le basi fondamentali della nostra salute. La **PNEI ad esempio, ovvero la Psiconeuro Endocrino Immunologia**, studia le interazioni reciproche tra attività mentale, comportamento, sistema nervoso ed endocrino e reattività immunitaria. Anche la **meditazione** viene da più parti riconosciuta come capace di influire positivamente sui sistemi fisiologici che regolano la salute e la malattia, e in molti ospedali, come ci racconta il dottor Pagliaro viene insegnata ai pazienti oncologici in quanto riconosciuta come valido supporto alle terapie tradizionali.

Come si impara la saggezza? Come si diventa consapevoli dei propri meccanismi mentali ed emozionali? Come ci si libera dalle trappole dell'ego? Come si impara a lasciare andare la rabbia e il rancore? Come si apre la porta all'amore incondizionato e all'accettazione di sé e dell'altro? Siddharta dice all'amico Govinda che la saggezza non si può insegnare, così come si fa con la scienza. Con il rischio di scontrarci con le parole del grande Hermann Hesse noi ci proviamo lo stesso, in questo numero di Scienza e Conoscenza, a proporvi un percorso appassionato di lettura e conoscenza, tra scienza e saggezza. Per cercare di carpire le chiavi della salute di quell'unica, inseparabile e meravigliosa realtà di corpo, mente e spirito che ci troviamo a incarnare in questo fiume del divenire, in questa musica che chiamiamo vita.

Buona lettura!

Marianna Gualazzi

Istituto Nazionale Disintossicazione e Chelazione Ionica ®



Utile per la disintossicazione e la chelazione ionica dei metalli pesanti. Non è invasiva! Apparecchiatura semplice, geniale, funzionale!

Disponibile nella versione PROFESSIONAL e FAMILY, offre il vantaggio di poter essere utilizzata ovunque. Risultati sicuri!

www.lotus-xe.com



EFFICACE!!!

Original Dr. Clark's Zapper by Lucky Star



In pochi minuti elimina virus, batteri, infezioni spesso fonte di allergie e intolleranze e altri fastidiosi problemi.

Mini generatore di frequenze, prodotto interamente in Italia, è il risultato di lunghe e rigorose ricerche. Realizzato secondo le indicazioni della Dr.ssa Hulda Regehr Clark, celebre biologa americana, che ha dedicato la propria vita alla lotta contro tutti i parassiti che sono causa di malattie e sofferenze. Semplice nell'uso, preciso ed efficace è assolutamente sicuro e può essere utilizzato ovunque e in ogni momento.

www.originaldrclarkzapper.com

PRODOTTI ORGOGLIOSAMENTE ITALIANI



L'Istituto nasce con lo scopo di fare corretta informazione e formazione. Si rivolge a coloro che mangiano, bevono, respirano o... si stressano! Se non appartieni ad una di queste categorie, non leggere, non fa per te!

Il nostro lavoro è supportato da un comitato tecnico-scientifico composto da medici, professionisti e operatori di alto livello, in grado di offrire consulenze, supporti e suggerimenti utili per migliorare la qualità della Vita di chiunque! anche la tua!

Forse non lo sai, ma il corpo umano è una macchina biologica perfetta, capace di compensare, anche per lungo tempo, gravi disagi inflitti da intossicazioni prolungate, stress protratti nel tempo, o infezioni di parassiti.

In pratica, perchè una qualsiasi malattia si possa manifestare occorre sempre la presenza simultanea di tre fattori ben precisi: un nucleo emozionale di partenza (trauma, conflitto, disagio psico somatico, ecc.), tossine (derivanti da ambiente, aria, acqua, cibi, gas, sostanze chimiche, ecc.) e parassiti (batteri, virus, muffe, ecc.) che si nutrono proprio delle tossine presenti nell'organismo.

Il nostro scopo è insegnare a ragionare, vedere oltre le apparenze e capire ciò che è sano e aiuta il benessere da ciò che non lo è, e che, a breve, medio o lungo termine, inevitabilmente, presenterà un conto salato in termini di qualità della Vita a noi stessi o ai nostri cari!

www.istitutonazionaledisintossicazionechelazioneionica.it - tel. 393/9587572

Scienza e Conoscenza

- numero 55 -

Scienza e Conoscenza
è un marchio di proprietà
di Gruppo Editoriale Macro.
www.gruppomacro.com

Ideatore del progetto
Giorgio Gustavo Rosso
(Presidente Gruppo Editoriale Macro)

Direzione Editoriale
Romina Alessandri

Direttore Responsabile
Marianna Gualazzi

Rivista curata da:
Riviste & Co.
magazine - web content - social
Via Uberti 33, Cesena FC.

Responsabile Uff. Abbonamenti
Alice Bottarelli
Tel. 0547 347627
info@scienzaeconoscenza.it

Comitato Scientifico
Fiamma Ferraro (*Medico*)
Urbano Baldari (*Medico*)
Valerio Pignatta (*Naturopata*)
Davide Fiscaletti (*Fisico*)
Luigi Maxmilian Caligiuri (*Fisico*)
Paolo Giordo (*medico*)
Guido Paoli (*Fisico*)
Carmen Di Muro (*psicologa*)

Revisione
Emanuele Cangini
emanuelecangini7@gmail.com

Immagini
www.shutterstock.com - www.sxc.hu - www.istockphoto.com

Pubblicità:
Riviste & Co.
magazine - web content - social
Via Uberti 33, Cesena FC.

Hanno collaborato a questo numero:
Roberto Germano, Urbano Baldari, Gianni Vota, Carmen Di Muro, Andrea Nitta, Valerio Pignatta,
Vincenzo Primitivo, Gioacchino Pagliaro, Paolo Mosconi, Rocco Palmisano, Luigi Maxmilian
Caligiuri

Immagine di copertina:
Shutterstock Chepko Danil Vitalevich

È vietata la riproduzione, anche parziale, dei contenuti e delle immagini pubblicate.

Tutti i diritti sono riservati.

Copyright: Scienza e Conoscenza©

N. 55 gen-mar. 2016

Autoriz. Trib. Forlì
N. 21 dell'8 luglio 2002

Disclaimer

Questa rivista ha solo uno scopo informativo e non intende in alcun modo fornire consigli medici o terapeutici. Ogni decisione relativa all'inizio/cessazione/modifica nell'assunzione di preparati farmaceutici, integratori o altri trattamenti dev'essere presa solo dopo consiglio del proprio Medico curante o di medici di fiducia abilitati all'esercizio di questa professione. Né gli Autori degli articoli né l'Editore rispondono di eventuali problemi causati dal fatto di non aver seguito questa raccomandazione.

Indice

Pineale, la ghiandola della vita

a cura di Marianna Gualazzi

Universo PNEI

Valerio Pignatta

Usare il telefonino fa male?

A cura di Skudo®Wave

I campi elettromagnetici danneggiano la ghiandola pineale?

Luigi Maxmilian Caligiuri

Pineale: la regina del palazzo di cristallo

Barbara Goia, Giovanni Vota

La Pineale, il Sole e il Perdono

Lorenzo Olivieri

La meditazione aiuta a guarire

Gioacchino Pagliaro

La danza della guarigione

Erica Francesca Poli

Succhi di lunga vita

A cura di Siquir Salute

L'orologio che è dentro di te

Francesca Rifici

Volo antigravitazionale: fantascienza o realtà?

Marco Pizzuti

Quelle strisce bianche nel cielo

Emanuele Cangini

The background is a solid teal color. In the lower-left corner, there is a close-up photograph of a pine branch. The branch is covered in numerous small, clear water droplets that catch the light, creating a sparkling effect. The pine needles are visible but slightly out of focus.

Pineale, la ghiandola della vita

*L'elisir di lunga e sana vita c'è,
ed è stato scoperto da un italiano:
intervista al dottor Walter Pierpaoli*

Marianna Gualazzi

Vado a Fano in treno in una nebbiosa giornata di Ottobre per incontrare il dottor Walter Pierpaoli, pioniere della PNEI e scopritore, grazie ai suoi esperimenti sui trapianti di pineale nei topi, dell'importanza di questa ghiandola per la salute, il benessere e la lunga vita dell'uomo.

Entrando nello studio, accolta da Barbara Boniardi, amica di lunga data della nostra redazione e ora assistente a tempo pieno del dottor Pierpaoli, rimango impressionata dalla mole di fascicoli e cartelle che occupano un'intera libreria. «E ne abbiamo un'altra stanza piena!» – mi dice Barbara cogliendo il mio stupore.

«Non riusciamo a stare dietro a tutti i pazienti che ci contattano cercando l'aiuto del dottore. Vengono a conoscenza del metodo e dei risultati di Walter tramite il passaparola di tante persone che qui hanno visto risolvere problemi cronici che li affliggevano da tempo, così come episodi acuti, anche gravi. Io stessa ho risolto problemi di salute decennali affidandomi alla conoscenza e alla metodologia di diagnosi e cura messa a punto dal dottor Pierpaoli: avevo girato ospedali su ospedali e mi ero rivolta a tantissimi esponenti della medicina alternativa, senza mai risolvere completamente i miei disturbi, che stavano diventando sempre più invalidanti e mi impedivano di condurre una vita normale. Qui ho ritrovato la salute e anche per questo ho deciso di affiancare il dottore e di aiutarlo nella gestione dei pazienti e di tutti gli altri progetti che gli stanno a cuore».

Ed eccolo finalmente: Walter Pierpaoli mi si presenta sbucando da una stanza attigua e mi ritrovo di fronte un ragazzo di 81 anni, alto, snello, in evidente forma fisica e mentale. Colgo subito, nella fermezza della sua stretta di mano e nel brillio del suo sguardo oltremodo vivace, tutta la

curiosità di chi ha fatto della ricerca e della passione per quello che fa il fulcro della sua vita.

Dottor Pierpaoli, grazie per il tempo che mi dedica e per l'entusiasmo con cui mi accoglie. Barbara mi ha parlato dei suoi progetti per il futuro: vogliamo partire da quelli? Mi racconta come mai a 81 anni, con una carriera affermata alle spalle e un presente di medico ancora molto indaffarato, ha ancora l'entusiasmo e l'energia progettuale di un uomo di quarant'anni?

Ovviamente grazie alla melatonina e alle mie scoperte sulla ghiandola pineale!

Ma della storia della pineale e della melatonina voglio parlare dopo. Oggi sono davvero felice perché nel pomeriggio andiamo qui vicino, in collina, a visitare un borgo che penso potrebbe essere il luogo ideale per la nascita del primo Borgo della Salute.

Borgo della Salute? Di cosa si tratta?

Da circa 20 anni penso a un modello o prototipo che condensi il mio concetto di “Borgo della Salute”. La natura biologica umana, rimasta praticamente identica negli ultimi millenni, e recentemente assalita da innovazioni tecnologiche estranee alla biologia del corpo, porta allo sviluppo di tutte le patologie o malattie e a un invecchiamento precoce che i farmaci riescono solo a mascherare.

Il Borgo della Salute viene da me concepito come un vero fulcro di vita e di attività, esattamente come la miriade di villaggi e paesi, ville, casali, fattorie, castelli e frazioni che nel caso specifico costituiscono l'asse portante e vitale dell'Italia. Tali strutture devono contenere, modeste o grandi che siano, tutto quanto una persona sana o ammalata possa cercare

per un equilibrio di vita sana e gioiosa per sé e/o la propria famiglia. Quindi mi riferisco alla Salute mediante le mie cure e prescrizioni attraverso medici da me scelti, periodi brevi o lunghi di soggiorno a scopo di riposo, turismo, eno-gastronomia, cultura, percorsi di aggiornamento sulla salute. Il Borgo è anche un centro culturale di storia e cultura locale. Vedo “Il Borgo” come una entità fisica adattata o conformata a misura d’uomo, benedetta da Silenzio, Natura, e priva di quegli “spigoli” che urtano la sensibilità dell’uomo stesso. Vedo il “Borgo” come una specie di Casbah, con vicoli, viottoli, scalette, sottopassaggi, archi, volte, esattamente come si vede in moltissimi antichi villaggi italici, sia nel Nord, nelle montagne, che nel Sud, nei monti e negli ambienti collinari. Tale disposizione casuale dispone inevitabilmente a incontri, al colloquio sereno e al tempo che scorre senza che ce ne accorgiamo. Ma se il tempo della vita si allunga, riconquisteremo l’uso del tempo anche “dimenticandolo”. Infatti, che senso ha il tempo se si allunga indefinitamente?

Lei parla di invertire l’invecchiamento, prevenire e curare tutte le malattie, di possibilità di vivere in salute fino e oltre i 120 anni: quali sono le scoperte scientifiche e le relative procedure mediche che le permettono di fare questo tipo di affermazioni?

L’inversione del programma genetico del cervello “cresci-procrea-invecchia-muori” in quello di “mi sento bene e l’età non mi interessa” nel complesso che fa capo alla ghiandola pineale, ci permette ora di arrestare e invertire l’invecchiamento. Le molecole endogene da me scoperte che sono in grado di mantenere la flessibilità e la capacità vibrazionale del “sacchetto d’acqua” (il corpo) e dei suoi “canali” (i vasi), sono già a nostra disposizione. Quindi tutte le malattie sono evitabili e guaribili, come da

me dimostrato in 40 anni di ricerca di base e in 18 anni di applicazione pratica delle mie scoperte sui miei pazienti.

La mia cura si basa su un sistema di risincronizzazione ormonale del cervello, che lo riporta all'età giovanile e al mantenimento "perenne" di tale stato. Il metodo consiste nell'uso appropriato di quelle molecole naturali che sono alla base del controllo del programma stesso dell'invecchiamento. In altre parole, si riesce a "fissare" e poi mantenere uno stato di perfetto equilibrio, sia abrogando e prevenendo le malattie, che stabilendo uno stato duraturo di stabilità biologica giovanile. L'invecchiamento si allontana e si stabilisce lo stato nuovo dell' "Uomo senza Età".

Questo è il programma che utilizzo con i miei pazienti, che utilizzo per me stesso e per i componenti della mia famiglia: ad esempio ho "congelato" mio fratello Ermanno, che ora ha 89 anni, allo stato in cui si trovava quindici anni fa. Dovrebbe vederlo: ha una salute, una vitalità e un'energia invidiabili. Si sposta autonomamente in auto senza limiti e problemi e oggi pomeriggio verrà con noi a esaminare la location per il primo Borgo della Salute.

Ci racconta da dove sono partite le sue ricerche? Come si è sviluppato il suo percorso di conoscenza dell'uomo?

Lo sviluppo della mia medicina è leggibile e comprensibile attraverso i miei libri divulgativi e popolari come *La Chiave della Vita*, *L'Orologio della Vita*, *l'Uomo senza Età*. Tali pubblicazioni svolgono e descrivono in modo succinto e semplice il lungo percorso scientifico che mi ha portato alla comprensione dell'origine di tutte le comuni patologie degenerative e della natura dell'invecchiamento. Ora sto completando un libro diverso, dal titolo *Dr. Pierpaoli's Medical Handbook*: un libro specialistico, e infatti l'ho scritto in inglese, rivolto ai medici, attraverso il quale ho deciso di spiegare e divulgare nel dettaglio, per un pubblico medico-

scientifico, i metodi di diagnosi e cura che utilizzo con successo da oltre 15 anni. A questo scopo ho anche dato vita a una scuola medica, che si svolge con appuntamenti cadenzati qui a Fano, per la formazione di specialisti che seguano il mio metodo: questo per riuscire a soddisfare le richieste dei pazienti che arrivano continue e sempre più copiose.

Ma torniamo a noi. Da dove sono partito? Sono partito come ricercatore, perché tale sono, e quindi in laboratorio. Ho iniziato a lavorare sulla pineale quando mi trovavo in Svizzera come ricercatore: qui ho lavorato sul trapianto di pineale nei topi, in particolare trapiantando una pineale giovane su un topo anziano e in parallelo una pineale vecchia su un topo giovane. Bene, cosa è accaduto? È accaduto che il topo anziano ha smesso di invecchiare, migliorando al contrario le proprie condizioni generali di vitalità e salute, mentre il topo giovane con la pineale vecchia ha iniziato a invecchiare e ad ammalarsi.

Ripetendo questi esperimenti ho capito che la ghiandola pineale è l'orologio della vita: il sistema ormonale è la tela del ragno e la ghiandola pineale è il ragno. Per capire possiamo anche paragonare la pineale al direttore d'orchestra: questa è un organo ancestrale, collegata ai cicli della luna e ai cicli biologici che sono l'espressione più chiara della nascita della vita sulla terra. Questa ghiandola, nel suo buon funzionamento, dipende fortemente dai ritmi circadiani, quindi dall'alternanza luce buio, dal ciclo delle stagioni, dai cambiamenti di temperatura. Lavorando su questa ghiandola e su piccole molecole prodotte dal nostro organismo, alcune delle quali, come il TRH ho scoperto e studiato a lungo, ho capito la complessa danza ormonale e molecolare che governa i processi di salute e malattia nel nostro corpo.

Per questo dico di poter curare tutte le malattie, perché la condizione di salute ha una radice comune: quella dell'equilibrio ormonale che regola l'immunità.

Nei suoi libri parla della sindrome metabolica X come della piaga del nostro tempo. Di che cosa si tratta?

Parlo di diabete, malattie cardiovascolari, malattie autoimmuni, e anche malattie oncologiche. Ci si potrebbe chiedere: come mai se ho la pressione alta, la causa sono gli ormoni? Come mai se ho il Parkinson la causa sono sempre gli ormoni? E lo stesso per il diabete?

Ebbene, prima di tutto voglio ancora una volta sottolineare come queste patologie sono evitabili, prevenibili e curabili. Bisogna capire che tutto fa capo al sistema neuro-endocrino-ormonale. Noi abbiamo un sistema di regolazione del corpo, dell'omeostasi, della temperatura che parte dalla ghiandola pineale e dall'ipofisi. L'ipofisi è l'orchestra ormonale e io ho scoperto che l'ipofisi è controllata dalla pineale. Tutto avviene tra pineale e ipofisi: quando si altera qualcosa nell'orchestra ormonale il corpo va in tilt, in vari modi, secondo varie manifestazioni che sono le diverse malattie. Questo è evidente quando parliamo di ictus, infarto e aterosclerosi, ovvero delle malattie che causano più decessi al mondo. Io paragono l'uomo a un fascio di tubi: se lei ci pensa noi siamo davvero come tubi, controllati dagli ormoni.

Questo però è inevitabile perché la pineale invecchia...

Diciamo che la pineale si stanca e va preservata nella sua migliore funzionalità. Il principale lavoro della pineale è quello di produrre il picco notturno di melatonina. Per farla riposare, per farla lavorare meno in modo che rimanga giovane più a lungo, possiamo fornire noi la melatonina al corpo per il picco notturno.

Da osservazioni scientifiche fondamentali emerse e maturate durante 40 anni di ricerche, è risultato che la vera valenza di tipo fisiologico della somministrazione della melatonina è quella di riprodurre nell'organismo il picco notturno fisiologico di melatonina prodotta dalla ghiandola

pineale, che è tipico dell'età giovanile. Il picco giovanile notturno così indotto mantiene i ritmi biologici che controllano ormoni e immunità, e quindi la sincronizzazione circadiana (ciclicità fisiologica) dell'intero sistema ormonale che regola strettamente le funzioni metaboliche e immunologiche naturali. Somministrando al corpo di sera la melatonina, che produce il corretto picco melatonico notturno, si protegge e si mantiene in condizioni giovanili la ghiandola pineale.

Faccio presente che la melatonina, che non è affatto un ormone e che è stata somministrata a dosi enormi a donne senza alcun effetto negativo, è solo l'espressione della funzione della ghiandola pineale, come da me ampiamente dimostrato.

La mia cura si basa su un sistema di risincronizzazione ormonale del cervello, che lo riporta all'età giovanile e al mantenimento "perenne" di tale stato. Il sistema ormonale è la tela del ragno e la ghiandola pineale è il ragno. Per capire possiamo anche paragonare la pineale alla bacchetta del direttore d'orchestra. Somministrando al corpo di sera la melatonina si protegge e si mantiene in condizioni giovanili la ghiandola pineale

.....

Sei un pioniere della melatonina: ti senti misconosciuto in patria per questa tua scoperta e per tante altre che hai ottenuto nella tua carriera?

Nel 1995 sono stato convocato per una riunione indetta dal Governo Americano (NIH, FDA e una serie di ricercatori) come scopritore del significato della pineale, dopo l'uscita del popolare libro *The Melatonin Miracle*. La popolazione richiedeva un intervento atto a rassicurare molti

milioni di americani sulla sua efficacia e sugli effetti fisiologici. E siamo nel 1995!

Mi dissero chiaramente che gli effetti sul sonno non interessavano affatto, bensì gli altri palesi effetti sui parametri del decadimento organico (invecchiamento). A questa riunione che si svolse all'Università di Stanford, spiegai cosa avevo fatto e illustrato nel mio libro popolare, dopo un lungo e faticoso percorso scientifico impeccabile. Trovai simpatia, accettazione e persino entusiasmo, motivato dal profondo significato per la salute, e la melatonina divenne subito accessibile a tutti e acquistabile ovunque, come lo è tuttora.

Qui in Europa il discorso è molto diverso: la melatonina è una sorta di prigioniero politico, il suo dosaggio viene limitato per ragioni sconosciute, o meglio scientificamente non provate, e viene propagandata come sonnifero o rimedio per il jet lag, mentre è la sua funzione antinvecchiamento e di protezione della pineale che dovrebbe suscitare l'interesse della classe medica, dei ricercatori e dello Stato.

Ovviamente mi sento misconosciuto come ricercatore nel mio Paese e questo, non posso negarlo, mi dispiace. Ho organizzato a Stromboli – che per me rappresenta un luogo meraviglioso, in quanto lì la natura ha ancora modo di esprimersi liberamente e l'uomo di vivere a contatto profondo con gli elementi primordiali, fonte inesauribile di benessere psico-fisico – cinque conferenze internazionali, la prima nel 1987 e l'ultima nel 2010. Quella del 1987 verteva su cancro e invecchiamento: lei capisce che parliamo di quasi trent'anni fa e che solo ora questi argomenti iniziano a far parte del dibattito medico scientifico. I fatti della mia vita scientifica parlano chiaro, così come la felicità dei miei pazienti.

A proposito dei suoi pazienti: lei parla della medicina dei pazienti felici e a questi pazienti ha dedicato anche un libro...

Ho voluto raccogliere in un volume alcune manifestazioni di affetto e gratitudine che ricevo dai tantissimi pazienti che con il mio metodo risolvono i loro problemi. La medicina dei pazienti felici è, e mi spiace dirlo, una medicina semplice, che sarebbe a portata di tutti i medici e di tutti i pazienti. È la medicina che si dovrebbe praticare anche nei Borghi della Salute.

Le persone mi scrivono spesso, mi dicono che con la mia cura non si sono mai sentiti così bene, che hanno un'energia che non avevano mai sperimentato in tutta la loro vita: questo riscontro quotidiano è per me una spinta a realizzare quei progetti ambiziosi e rivoluzionari cui penso da tanto tempo.

Ultima domanda: quali sono i consigli sullo stile di vita che si sente di dare alle persone affinché si assicurino una vita lunga e in salute?

Penso sia importante vivere in un ambiente poco inquinato, naturale, lontano dalle grandi città che oltre a essere insalubri ci fanno anche ammalare di stress: in questo senso tutti i piccoli borghi di cui è costellata l'Italia sono dei veri e propri tesori in cui la vita può ancora svolgersi a misura d'uomo.

È inoltre fondamentale un'alimentazione sana, in accordo con la propria costituzione, che preveda alimenti biologici, del territorio e di stagione, con tanti alimenti vegetali.

Un'altro fattore su cui mi sento di insistere è quello del vivere in armonia con i cicli circadiani e stagionali. Questo significa, ad esempio, coricarsi presto in inverno; dormire in accordo con le ore di luce-buio della stagione in cui ci troviamo; preferire, la sera, attività rilassanti, lontano dagli schermi televisivi, del computer e dei telefonini.

Da ultimo, ma prime per importanza, ci sono le relazioni: coltivare buone relazioni, soprattutto in famiglia, significa garantirsi una bella fetta di

salute psico-fisica. La famiglia e la casa devono essere il luogo dell'armonia, della pace, dell'amore e dell'affetto, delle relazioni piene e appaganti: un porto sicuro e accogliente cui tornare la sera per ritrovare tutto ciò di cui abbiamo bisogno.

Che cos'è la ghiandola pineale di *Fulvio D'Avino*

La ghiandola pineale o epifisi (dal greco *epi-fysin*, che significa “al di sopra della natura”) è una ghiandola endocrina situata nell'epitalamo, tra diencefalo e terzo ventricolo, attraverso il quale comunica con il liquor cerebro-spinale (o cefalo-rachidiano). Circondata dal sistema limbico, con la base collegata al talamo ottico, l'epifisi si trova tra i due emisferi, al centro del cervello. Grande più o meno come una nocciola (diametro circa 10 mm, peso 150-200 mg), la pineale ha un colore rosso bruno e una forma simile a una pigna, da cui deriva la sua denominazione. È riccamente vascolarizzata, in quanto riceve il più abbondante flusso sanguigno rispetto qualsiasi altra ghiandola del corpo. Istologicamente è costituita da cellule principali o pinealociti, derivati dalla nevroglia, di forma rotondeggiante, poligonale o stellata, aggregate in cordoni detti nidi, e da cellule interstiziali. Nella parte interiore sono presenti fotorecettori (bastoncelli) simili a quelli presenti nella retina. La produzione ormonale epifisaria è massima nei primi mesi di vita, per poi scemare gradualmente dopo i 12 anni, fino a dimezzarsi verso il quarantacinquesimo anno di età. Nell'infanzia, dopo i 7 anni, in seguito a un processo di calcificazione, spesso si depositano nella ghiandola dei minerali che la rendono visibile ai raggi X. Si tratta di concrezioni calcaree di fosfati e carbonati di calcio costituenti i cristalli di idrossiapatite o microcalcite (sabbia pineale). L'idrossiapatite ha proprietà piezoelettriche, essendo in grado di trasformare le vibrazioni in impulsi elettrici.

La ghiandola pineale è visibile nel feto al 49° giorno (settima settimana) di gestazione, quando si formano i caratteri sessuali differenziati. Tale data coincide, secondo la tradizione tibetana, con la migrazione dell'anima nel corpo. La pineale agisce come fotorecettore negli anfibi, nei rettili e nei pesci. Funge da orologio biologico negli uccelli e in

alcuni mammiferi. Ha funzione endocrina nella maggior parte di essi, compreso l'uomo.

Ormoni prodotti dall'ipofisi

GH, od ormone della crescita, o somatotropina, regola la crescita generale dell'organismo

PRL o prolattina, controlla lo sviluppo della ghiandola mammaria e la stimola a secernere latte

TSH ormone tirotropo, o tireotropina, controlla la biosintesi e l'immissione in circolo degli ormoni tiroidei

gonadotropine, regolano le attività del follicolo e dell'ovaio

Che cos'è l'ipotiroidismo ipofisario

di Walter Pierpaoli



Circa 10 anni fa, improvvisamente si è presentato alla mia mente un quadro finale dopo avere incontrato molti pazienti sofferenti della più svariate malattie degenerative. Vi erano state molte fumose indicazioni confuse intorno a tali patologie, che riguardavano in particolare le malattie cardiovascolari, autoimmunitarie e i tumori, in particolare in famiglie con alta incidenza di grave aterosclerosi o cancro. In certe regioni d'Italia la loro incidenza era diffusa in tutte le famiglie! Il comune denominatore era costituito da alterazioni ripetitive dei valori della temperatura media, alti o bassi livelli dei lipidi nel sangue, iperglicemia, alta pressione arteriosa e, invariabilmente, bassi livelli di TSH, FT3 e FT4. Quello era l'indizio! Ho allora capito che la ghiandola pituitaria (ipofisi) era responsabile dell'alterato livello metabolico che distorceva e abbassava tutte le funzioni dipendenti dalla tiroide. Il colpevole era l'ipofisi e non la tiroide! Questa osservazione semplice e logica ha cambiato radicalmente il mio approccio diagnostico e terapeutico alle malattie degenerative. Sono ora del tutto convinto, dai miei interventi terapeutici, che una enorme varietà di malattie origina da una ridotta o alterata secrezione di uno o più ormoni ipofisari "dall'orchestra ormonale", dalla loro de-sincronizzazione! Uno di loro è il TSH, il cui basso livello compromette la funzione tiroidea, espressa con bassi livelli di T3 e T4. Devo qui far presente che, sfortunatamente, i livelli di FT3 e FT4 debbono essere molto più elevati e non meno di 6-

7-8 pg/ml (FT3) e 1,2 ng/dl (FT4) di quanto considerato “entro i limiti”. Anche il livello di TSH dev’essere vicino a 0! Il numero delle patologie che originano da una tale alterazione della secrezione ormonale ipofisaria supera l’immaginazione. Sia che una tale alterazione e carenza dipenda o no da un controllo ipotalamico alterato, non cambia le conseguenze finali di una ghiandola tiroidea inattiva! Le malattie degenerative e in particolare l’aterosclerosi originano chiaramente da un ipotiroidismo ipofisario.

Come si dice, provare per credere!

Tratto da *Dr. Pierpaoli's Medical Handbook. The discovery of Health and the Health Hamlet.*

Dove acquistare la Melatonina del Dott. Pierpaoli?



Potete ordinarla on line su:

www.drpierpaoli.com

www.macrolibrarsi.it

www.scienzaeconoscenza.it

I libri di Walter Pierpaoli



Walter Pierpaoli

I pazienti felici

Lettere a Walter

Morlacchi, 2014



con Peppino Zappulla

L'Uomo senza Età

Rigenerare il tuo corpo e la tua mente per prevenire l'invecchiamento

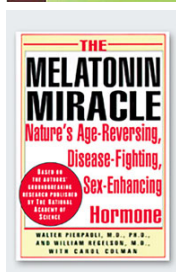
Bruno Editore Ebook, 2010



L'Orologio della Vita

La storia del miracolo della Melatonina

Morlacchi

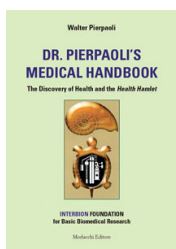


Walter Pierpaoli, William Regelson, Carol Colman

The Melatonin Miracle

Nature's Age-Reversing, Disease-Fighting, Sex-Enhancing Hormone

Pocket Books, 2000



The discovery of health and the Health Hamlet

Morlacchi

Walter Pierpaoli

Walter Pierpaoli nasce a Milano, si laurea in medicina e si specializza in immunologia. Nel 1960 apre uno studio medico, lavora come assistente all'università e si specializza in cardiologia. Fruisce di una borsa di studio dell'Atomic Energy Commission degli USA nel campo del trasferimento di energia nella reazione fotodinamica. Nel 1963 assume la posizione di direttore di laboratorio per il CNR a Milano. Si trasferisce volontariamente in Svizzera, a Davos, in modo definitivo nel 1969, per isolarsi nei suoi studi di neuroimmuno-modulazione e, nel 1977, con la famiglia, a Zurigo, dove lavora presso l'università fino al 1980, quando fonda l'Istituto per le Ricerche Biomediche Integrative e la Fondazione INTERBION. Alla fine degli anni Ottanta si trasferisce con il laboratorio e la fondazione nel Canton Ticino, dove ha esercitato per molti anni la sua attività. Dal 1987 è l'organizzatore delle Conferenze di Stromboli su «invecchiamento e cancro».

Da una sua intuizione si sta elaborando un prototipo del «Borgo della Salute», luogo di una rinnovata «alleanza terapeutica» tra medico e paziente. È cittadino italiano e svizzero.

Dr. Pierpaoli's Medical School

**Fano (PU)
5-8 Maggio 2016**

RI-SINCRONIZZAZIONE INTER-ORMONALE

Dagli studi ed esperimenti condotti sulla ghiandola pineale, ai veri e propri interventi di riassetto neuro-endocrino-immunitario nelle varie patologie



Interbion Foundation

**Corso riservato
solo a medici-chirurghi
(posti limitati)**



barbara.boniardi1983@gmail.com
+39 345-1795063

Il corso sarà
solo in italiano



www.drpierpaoli.com
www.interbion.ch



Seguici su



Universo PNEI

*La PsicoNeuroEndocrinoImmunologia
ci spiega perché l'intestino
è il nostro secondo cervello e in che modo
le varie parti del nostro corpo comunicano tra loro*

Valerio Pignatta
.....

Le scoperte scientifiche degli ultimi decenni hanno sempre più chiaramente messo in discussione il limite, evidente, dell'interpretazione esclusivamente parcellizzata della realtà. Fisica, biologia, medicina generale, neurologia e scienze ambientali hanno evidenziato che le connessioni biochimiche, fisiche e molecolari di tutti i sistemi viventi sono molto più efficaci e numerose di quello che il modello classico di alcune scienze tende ancora a utilizzare per la spiegazione dei fenomeni, sia della natura che dell'essere umano.

In principio furono i ratti e lo stress

Una rivoluzione che permette una visione più ampia e interrelata di tutti i fenomeni è per l'essere umano quella che ci viene dai lavori di Robert Ader e Nicholas Cohen che negli anni Settanta e Ottanta del Novecento coniarono il termine psiconeuroimmunologia (1) poi divenuta psiconeuroendocrinoimmunologia (PNEI).

In sostanza si tratta della convergenza di discipline scientifiche diverse quali le scienze comportamentali, le neuroscienze, l'endocrinologia e l'immunologia. Il tutto prende il via cinquant'anni prima, quando l'endocrinologo austriaco Hans Selye (1907-1982) mise a punto, con i suoi feroci esperimenti sui ratti, il percorso di comprensione dello stress.

Selye in pratica riuscì a dimostrare che lo stress non è un concetto vago che riguarda i problemi di adattamento dell'individuo al mondo esterno e alle sue manifestazioni materiali o emozionali, ma si tratta di un preciso fenomeno biologico con meccanismi fisiologici oggettivamente descrivibili che si possono suddividere nelle tre fasi di allarme, resistenza ed esaurimento. Queste reazioni specifiche dell'organismo possono essere indotte da qualsiasi agente con effetti sull'intero asse ormonale, nonché sul sistema immunitario. Le sue sperimentazioni sui ratti sottoposti a vari

stimoli stressori dimostrarono gli effetti devastanti dello stress, scientificamente ripetibili, con scatenamento di alterazioni fisiche come ulcere gastriche, atrofia del timo, delle ghiandole linfatiche e ipertrofia surrenale.

Equilibrio e omeostasi

Oggi la PNEI è una branca della medicina che si occupa delle relazioni fra il funzionamento dei sistemi nervoso, endocrino e immunitario, ovvero delle interazioni reciproche tra attività mentale, comportamento, sistema nervoso ed endocrino e reattività immunitaria.

Questi sistemi psico-fisiologici sono stati studiati e analizzati per almeno due secoli in modo separato, portando a conclusioni sulla nascita di molte malattie (sia fisiche che psichiche) del tutto arbitrarie e comunque non complete come visione d'insieme.

La PNEI sottolinea invece che l'essere umano è un unico complesso sistema a regolazione ormonale-immunitaria e neurologica, che deve rientrare all'interno di un delicato equilibrio omeostatico proprio di quell'individuo.

L'iperspecializzazione scientifica (spesso dovuta a motivi economico-storico-politici o tecnologici) ha prodotto ricerche focalizzate su panorami ristretti e unilaterali, che indagano dinamiche biomolecolari specifiche, grazie anche alla forte sovvenzione economica di cui possono disporre.

Tale visione parziale sta mostrando tutte le sue limitazioni. Ader ha invece dimostrato che il corpo umano ha interrelazioni interne molto più ampie. Ad esempio il sistema nervoso centrale è in grado di influenzare il sistema immunitario. Ossia, le esperienze emozionali vengono integrate con risposte funzionali del sistema endocrino, di quello nervoso centrale e di quello immunitario. Il distress (lo stress negativo, che non è l'eustress di tipo positivo) può dare origine a risposte funzionali negative, come ad esempio le malattie.

Dal punto di vista della psichiatria significa che alcuni disturbi dell'umore possono essere messi in relazione con cambiamenti ormonali o neuroendocrini che influenzano il cervello. In prospettiva endocrinologica vuol dire invece che malattie endocrine possono essere associate a disturbi psichiatrici. Ovvero disfunzioni cerebrali come quelle all'ipotalamo sono in grado di agire sul sistema endocrino, il quale a sua volta può causare sintomi psichiatrici.

Tra cervello, sistema immunitario, ghiandole e ormoni si svolge una conversazione *molto* intensa

.....

Neurotrasmettitori, ormoni, citochine: una conversazione molto intensa

In pratica, ogni organo e ogni cellula del nostro corpo comunicano con tutte le restanti parti del corpo e cellule. Per rimanere in salute occorre che questa comunicazione rimanga entro linee determinate.

Tra cervello, sistema immunitario, ghiandole e ormoni si svolge una conversazione *molto* intensa. Le tre diverse categorie di messaggeri chimici, ovvero neurotrasmettitori, ormoni, citochine, sono armonizzate insieme in una sorta di vibrazione unica che è il “suono” delle varie migliaia di attività cellulari, di ogni cellula ogni secondo. La PNEI è tutto questo sistema integrato.

In questa visione, anche le caratteristiche normalmente riconosciute ad alcuni organi cambiano improvvisamente. Ad esempio l'**intestino** viene definito il nostro **secondo cervello** perché ha un elevato numero di neurotrasmettitori, che permettono ad esso e al sistema immunitario di comunicare con il cervello stesso (si pensi che la rete nervosa attorno all'intestino pesa quanto la massa cerebrale). È da questa comunicazione, ad esempio, che scaturiscono le reazioni a cascata determinate dal cibo

che possono interessare parti del corpo completamente differenti e lontane (ad esempio nel caso di certi tipi di reazioni allergiche). Questo “secondo cervello” reagisce quindi a ciò che mangiamo con conseguenze dirette sulle funzioni cerebrali e le emozioni.

Ma anche nel **cuore** si è scoperto un **sistema nervoso intrinseco**, tutto suo, formato da circa quarantamila neuroni in grado di influenzare il cervello. Quest’ultimo è sempre più visto non come una realtà a sé, separata e dominante, ma come un’entità facente parte di una rete di comunicazione dinamica, estesa a tutte le cellule e ai tessuti del corpo, che rappresenta le basi biochimiche delle emozioni. Se il cervello può influire sul sistema immunitario, lo stesso avviene in senso opposto. Idem per gli altri sistemi coinvolti.

Secondo questa decodificazione, lo stress cronico recepito da qualunque tipo di causa (ambientale, emozionale, psicologica, alimentare ecc.) non è più solo un disturbo di tipo psicologico o fisico, ma un insieme complesso di anomalie immunologiche, neurologiche e ormonali. È chiaro che allora anche malattie gravi come il cancro, alcune malattie cardiovascolari, malattie infiammatorie, depressione, invecchiamento possono e devono essere affrontate in maniera del tutto diversa.

PNEI e rapporto uomo-ambiente esterno

Un altro aspetto che stupisce gli studiosi di questa disciplina è l’assenza di gerarchia nell’organizzazione e interazione tra organi e cellule umane. Se è vero che l’ipotalamo è una sorta di centralina di comando dell’omeostasi che regola ogni organismo (esperienze, stati d’animo, emozioni, pensieri ecc. vengono tutti comunicati e valutati a livello ipotalamico), è anche vero che la struttura dell’ipotalamo stessa è così complessa che non vi è nemmeno accordo sui suoi confini anatomico-topografici. Inoltre è del pari vero che nel corpo umano i rapporti tra sezioni di “comando” e di “esecuzione” in realtà si realizzano solo grazie a una gigantesca rete di

interconnessioni, dove la causa produce l'effetto e quest'ultimo, allo stesso tempo, diventa causa grazie a meccanismi controregolatori. Gli stati psicofisici che derivano da questo continuo intersecarsi di informazioni e variazioni sui vari livelli psicologici/neurologici ed endocrini sono in pratica infiniti e dialogano anche con il mondo esterno (relazioni tra sistemi oltre che relazioni all'interno del sistema).

Per capirci meglio si può fare l'esempio della serotonina per la quale, se presa nel contesto delle relazioni all'interno di un sistema, l'analisi ci dice che nell'intestino svolge un'azione peristaltica, nel sangue vasocostrittrice, nel cervello modulatrice dell'umore, nel midollo spinale un'azione antinocicettiva. Nel contesto delle relazioni tra sistemi, in particolare nelle relazioni tra fibra nervosa periferica e sistema immunitario, emerge una nuova funzione, ossia quella infiammatoria (2).

Ciò vale ancor più per l'individuo preso nella sua totalità, dove la biologia sistemica diventa ecobiosistemica e cioè immette nell'ambito dell'indagine le relazioni tra individuo e ambiente fisico e sociale (3).

Oggi infatti la PNEI ha confermato quanto è importante l'interazione sociale per la salute, in quanto che essa accelera la guarigione. In un libro di prossima pubblicazione la biologa austriaca Simone Grazioli Schagerl (4) riporta uno studio sui criceti che dimostra come quelli che tra essi hanno interazioni sociali guariscono due volte più in fretta dalle ferite di quelli che sono tenuti in isolamento. L'eccesso di produzione di cortisolo, in risposta all'isolamento, è la causa di questo indebolimento.

Dato che l'essere umano è del pari un essere sociale è stato dimostrato come l'aggregazione a una comunità con cui si condividono degli interessi abbia un effetto notevole sul miglioramento dello stato di salute e sul sistema immunitario. Lo stress cronico sopprime la funzione del sistema immunitario, anche nell'uomo.

Esposti al mondo nella nostra totalità, non solo abbiamo infinite terminazioni nervose coinvolte (per vasodilatazione, calore, sudorazione ecc.) così come meccanismi di riconoscimento, trasduzioni e risposte

immunitarie, ma anche a livello endocrino sono presenti cellule recetttrici-effettrici dislocate in modo ubiquitario. Molti autori parlano a tal fine di sistema neuroendocrino diffuso (SNED). In questa interfaccia endocrino-immunitaria la vitamina D₃ (che in effetti è una sorta di ormone mediatore intercellulare sistemico) svolge un ruolo importante.

L'intestino viene definito il nostro secondo cervello perché ha un elevato numero di neurotrasmettitori che gli permettono di comunicare con il cervello stesso

.....

Un essere umano naturalmente anarchico

Per concludere, la focalizzazione della PNEI sulla connessione esistente tra processi psichici e immunità, il fatto che l'ipotalamo sia ritenuto il centro delle emozioni e che sia collegato non solo al sistema nervoso autonomo, ma anche a quello endocrino e che le reazioni immunitarie siano influenzate dallo stato d'animo e viceversa, può portare questa disciplina verso due diverse possibili interpretazioni della realtà, a livello filosofico e spirituale.

Da una parte i sostenitori della scienza materialista a oltranza potrebbero vedere in queste connessioni e in queste “molecole di emozioni” (come le ha definite notoriamente la neuroscienziata Candace Pert) la spiegazione definitiva di ogni meccanismo psicobiologico, negando quindi totalmente la possibilità di realtà spirituali di qualsiasi genere.

Ci troveremmo di fronte cioè a un riduzionismo di tipo biologico (la psiche/mente e “l'anima” come esclusivi prodotti del corpo).

D'altro canto, sempre in questi stessi meccanismi, i fautori di una spiritualità superficiale, esoterica o molto new age potrebbero rinvenire una dimostrazione amplificata di ciò che molte medicine tradizionali, come quella cinese, tibetana o indiana, hanno da millenni esplorato ed

esposto, propendendo per una interpretazione della realtà dominata esclusivamente dallo spirito o dal pensiero (vedi ad esempio le derive abnormi del cosiddetto pensiero positivo). In questo caso si può parlare di negazione del corpo come realtà munita di funzionamenti e proprietà chimico-fisiche autonome, che possono pure prescindere dalla mente.

Una via di mezzo, invece, è probabilmente la soluzione migliore, dato che l'organismo umano sempre più va dimostrando come sia un perfetto insieme di strutture/entità diverse (corpo, cervello, mente, psiche, anima, spirito), nessuna delle quali, appunto come la PNEI ci insegna, prevarica sulle altre.

Un Essere, perciò, naturalmente anarchico.

E dato che «con la PNEI si ha il limpido superamento della separazione tra cultura e Natura, tra scienze dello spirito e scienze della natura, tramite la dimostrazione, basata su solide verifiche sperimentali e osservazionali, che la dimensione culturale comunica con la dimensione biologica e che entrambe si influenzano vicendevolmente» (5), si potrà finalmente arrivare a vedere quello che il filosofo e sociologo Edgar Morin auspicava già decenni fa, ossia che l'essere umano non sia più studiato in modo separato tra il laboratorio di fisiologia e la facoltà umanistica, ma in un'unica prospettiva e ambito di insieme che analizzi gli sviluppi della sua salute e della sua organizzazione societaria nello stesso tempo, perché essi sono, come provato, intimamente e fortemente connessi (6).

I 3 sistemi principali di comunicazione nel corpo

i neurotrasmettitori, che sono i messaggeri del sistema nervoso (dopamina, serotonina, epinefrina, norepinefrina, acetilcolina, GABA ecc.);

gli ormoni, i messaggeri del sistema endocrino (ossitocina, vasopressina, ACTH, somatostatina, CRF, neurotensina, TRH ecc.);

le citochine, messaggeri del sistema immunitario (interleuchine, neuropeptidi vari ecc.).

I cinque assi neuro ormonali studiati dalla PNEI

1. l'asse ipotalamo-ipofisi-surrenalico;
2. l'asse ipotalamo-ipofisi-tiroideo;
3. l'asse ipotalamo-ipofisi-gonadico.
4. l'asse ipotalamo-ipofisi-immunitario;
5. l'asse ipotalamo-spino-midollare.

Note

1. Ader, Robert, *Psychoneuroimmunology*, Academic Press, Orlando 1981. La IV edizione, vol. 1 e 2, è invece uscita nel 2007 (Academic Press, Amsterdam).

2. Bottaccioli, Francesco, *Il paradigma della psiconeuroendocrinoimmunologia*. Saggio storico ed epistemologico, s.d. (ma dopo il 2008), in www.sipnei.it, sito della società italiana di psiconeuroendocrinoimmunologia.

3. Bottaccioli, Francesco, *Epigenetica e psiconeuroendocrinoimmunologia*, EDRA LSWR, Milano 2014, p. 10.

4. Grazioli Schagerl, Simone, *Stress, stanchezza ed esaurimento*, Macro Edizioni, Cesena 2016.

5. Morin, Edgar, *Introduzione al pensiero complesso*, II edizione, Sperling & Kupfer, Milano, 1993, p. 58.
6. Ottaviani, E., Malagoli, D., Capri, M., Franceschi, C., *Ecoimmunology: is there any room for the neuroendocrine system?*, in «BioEssay», vol. 30, 2008, pp. 868-874.

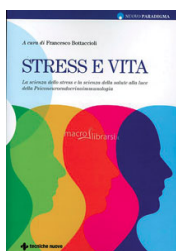
Consigli di Lettura



Candace B. Pert
[Tutto quello che devi sapere per Stare da Dio](#)
Le basi scientifiche della salute emozionale e psicosomatica
Xenia, 2014



Francesco Bottaccioli
[Psiconeuro Endocrino Immunologia](#)
I fondamenti scientifici delle relazioni mente-corpo. Le basi razionali della medicina integrata
Red, 1995



Francesco Bottaccioli
[Stress e Vita](#)
La scienza dello stress e la scienza della salute
Tecniche Nuove, 2013

Scritto da Valerio Pignatta

Valerio Pignatta è nato a Vigevano nel 1959. Laureato in Scienze Politiche all'Università di Pavia e laureato in Storia all'Università di Genova, lavora come traduttore, redattore e collaboratore di riviste e case editrici. Ha pubblicato diversi articoli su periodici nazionali inerenti al rapporto salute/ambiente e testi divulgativi di medicina naturale. Ha scritto inoltre testi di storia per l'editoria scolastica, nonché ricerche storiche per istituti universitari. Attualmente prosegue la sua attività di ricerca e studio dedicandosi alla storia delle religioni e della medicina.



viverealcalino
www.viverealcalino.it

**I LIBRI
PIÙ SIGNIFICATIVI SU
pH, REDOX,
ACQUA ALCALINA &
ALIMENTAZIONE
FISIOLOGICA**

A cura del
Dott. **ROCCO PALMISANO**
Editi da **CS SAPIO**
Distribuiti da **MACRO EDIZIONI**



**INVERTIRE
L'INVECCHIAMENTO**
2006



**IL MIRACOLO
DEL pH ALCALINO**
2010



**ALCALINIZZATEVI
E IONIZZATEVI**
2012 / 2014



**LA DIETA MEDITERRANEA
ALCALINA**
2015



**ALCALINIZZATEVI
E IONIZZATEVI**

Via Corsica, 17 - 72018 San Michele Salentino (BR) Tel. 0831 966629 - Cell. 345 467679

Usare il telefonino fa male?

*Ecco uno strumento
che ci protegge con efficacia
dagli effetti nocivi
delle radiofrequenze*



a cura di Skudo®Wave
.....

Il telefonino è diventato irrinunciabile, parte integrante della nostra vita tutti i giorni. Per la prima volta nella storia dell'umanità, una tecnologia consumer sarà presente sul pianeta superando il numero degli abitanti della terra. Arrivati a questo punto di diffusione è opportuno farsi delle domande sull'effettiva pericolosità dei dispositivi smartphone.

Le radiofrequenze sono cancerogene?

Una ricerca condotta da scienziati svedesi guidati da Lennart Hardell del Dipartimento di oncologia dell'ospedale universitario di Orebro (Svezia), ha calcolato che usare per più di dieci anni telefonini o apparecchi senza fili (cordless) moltiplica da tre a cinque volte e mezzo il rischio di ammalarsi di glioma, una forma di cancro al cervello. Si è ufficialmente espressa anche la IARC (Agenzia Internazionale per la Ricerca sul Cancro) che classifica le radiofrequenze come possibili cancerogene per l'uomo (classe 2B). C'è poi il caso di Innocente Marcolini, ex direttore finanziario di una multinazionale bresciana che, avendo utilizzato per anni il cellulare per motivi di lavoro, si è ammalato gravemente di tumore al trigemino (nervo dell'area della testa dove teneva il telefonino a contatto); la sentenza ha confermato il nesso causa-effetto per cui l'INAIL ha dovuto ritenerlo invalido all'80% e corrispondergli una rendita. In questo caso specifico l'INAIL si è rivalsa sul datore di lavoro e sul responsabile per la sicurezza, i quali non avevano preso specifiche precauzioni sul rischio fisico generato dai campi elettromagnetici.

Cosa succede quando si accosta il cellulare al corpo?

Per comprendere il motivo delle raccomandazioni delle case produttrici di tenere il telefonino a 1-2 cm di distanza dal corpo e per valutare in cosa

consista il rischio derivante dall'esposizione ai campi elettromagnetici, analizziamo gli effetti sull'organismo delle radiofrequenze e della batteria inserita all'interno dell'apparecchio (batteria che in molti cellulari non è più estraibile).

Quando utilizziamo il cellulare (ma in misura minore anche quando il telefonino è spento o in stand by), l'eccitazione della batteria viene trasmessa alla materia, cioè a tutte le componenti del telefono. L'energia della batteria per tenere il telefono attivo, unitamente all'energia che serve al telefono per agganciare la cella di un ripetitore, raggiunge un determinato valore che si trasmette sulla testa di chi sta telefonando. Il trasferimento dell'energia è dovuto in gran parte al salto quantico degli elettroni eccitati dall'emissione elettromagnetica della batteria stessa. Sono questi fotoni, generati dal salto di orbita degli elettroni eccitati dalla batteria, che irradiano la testa, generando un disturbo che può diventare un danno biologico al DNA.



Come funziona Skudo®Wave

Il ricercatore di Novara Nicola Limardo ha creato un filtro di stabilizzazione che agisce sugli elettroni, in parte riducendone l'eccitazione che porta al salto orbitale, in parte cambiando la polarità dell'elettrone (da levogiro a destrogiro) rendendola compatibile con le cellule del nostro DNA. Le prove in vitro effettuate dal dottor Massimo Moretti del laboratorio di Tossicologia Genetica dell'Università di Perugia, Sezione Sanità Pubblica, con l'utilizzo del test della cometa hanno evidenziato che «il dispositivo è risultato in grado di ridurre significativamente gli effetti genotossici conseguenti all'esposizione alle radiofrequenze prodotte da un telefono cellulare, riducendone il danno primario al DNA causato dal telefono in trasmissione a livelli praticamente sovrapponibili a quelli del controllo negativo».

Per abbattere il rischio di danno biologico al DNA nel quale si incorre utilizzando il cellulare (l'Ipad, il PC), è sufficiente applicare il dispositivo Skudo®Wave.

È importante sottolineare che Skudo®Wave agisce come un filtro di stabilizzazione e non come un sistema per la riduzione dei campi elettromagnetici artificiali perché, se così fosse, il danno arrecato dalla batteria sarebbe ancora maggiore in quanto costringerebbe il telefonino a ricercare continuamente nuove celle alle quali agganciarsi, con un aumento conseguente dell'eccitazione della batteria e quindi dell'intensità delle onde elettromagnetiche.

Bisogna diffidare dai prodotti che agiscono sulla riduzione delle radiofrequenze perché, oltre a interferire con la funzionalità del telefono stesso (se diminuisco le radiofrequenze rendo difficoltoso il telefonare), innescano un danno maggiore in quanto costringono la batteria, come sopra scritto, a una maggiore attività con il conseguente aumento del campo elettromagnetico generato dall'instabilità degli elettroni.

Perché preoccuparsi solo dei cellulari?

Il telefonino lo appoggiamo all'orecchio mentre gli altri dispositivi (ad esempio le radio) non sono a contatto con la testa: il vero pericolo è dato dal fotone di tipo gamma che ha una "gittata" di alcuni millimetri (ecco perché i produttori scrivono di non tenere il telefonino a contatto con il corpo). I fattori veramente nocivi per la nostra salute sono infatti la vicinanza della fonte al nostro corpo (specie la testa, il cuore e gli organi genitali), la dose di radiazione elettromagnetica e il tempo di esposizione. Grazie a Skudo®Wave, 100% made in Italy, è quindi possibile utilizzare il cellulare (l'Ipad, il PC,) in tranquillità. La moderna tecnologia è un valore aggiunto alla nostra vita e gli strumenti di cui disponiamo sono i mezzi che, in tutta serenità, possono migliorarci l'esistenza, se adoperati con l'ausilio di qualche accortezza.

Promo speciale dedicata ai per i nostri lettori



Fino al 30.3.2016 i lettori di Scienza e Conoscenza possono acquistare Skudo®Wave sul sito www.skudowave.com

*a € **19,90** invece che € 24,90 utilizzando il codice: **sec30316** (spedizione gratuita a partire da 4 pezzi).*

L'acquisto dei nanoprocessori Skudo®Wave utilizzati in ambiente di lavoro (DL 81/2008), è **interamente deducibile dai costi**.

The background of the entire page is a photograph of several high-voltage electrical transmission towers (pylons) standing in a grassy field. The scene is captured during sunset or sunrise, with a warm, orange and yellow glow in the sky. The power lines stretch across the frame, creating a sense of depth. The overall mood is one of industrial presence in a natural setting.

I campi elettromagnetici DANNEGGIANO la ghiandola pineale?

*Esposizione a campi elettromagnetici ad alta
frequenza ed effetti sanitari: i nuovi risultati
delle ricerche scientifiche indipendenti
e il ruolo della ghiandola pineale*

Luigi Maximilian Caligiuri

La possibilità che l'esposizione a campi elettromagnetici non ionizzanti ad alta frequenza generi effetti biologici e sanitari nocivi è oggi una questione di primaria importanza in fisica sanitaria e in medicina in generale. L'esposizione a campi elettromagnetici (EMF) è stata associata a un'ampia varietà di effetti sanitari aventi conseguenze significative sulla salute pubblica, i più seri dei quali riguardano, ad esempio, quelli relativi ai campi a frequenze estremamente bassi (ELF) e/o a radiofrequenze (RF) e microonde (MW) e comprendono, tra l'altro, leucemia (anche di tipo infantile), tumori cerebrali e un elevato incremento del rischio di insorgenza di patologie neurodegenerative quali la malattia di Alzheimer e la sclerosi laterale amiotrofica (SLA).

Inoltre sono stati riportati casi di aumentato rischio di cancro al seno, effetti genotossici (danno al DNA e micronucleazione), forettura patologica della barriera ematoencefalica, alterazione del sistema immunitario, infiammazioni, aborti spontanei ed effetti cardiovascolari. Un'ulteriore categoria di effetti evidenziati riguarda infine disturbi del sonno per esposizioni a campi RF di bassa intensità nelle vicinanze di ripetitori WI-FI e stazioni radio base per telefonia mobile cellulare, effetti cognitivi e comportamentali a breve termine, alterazione dei tempi di reazione agli stimoli, dell'attenzione, della concentrazione ed alterata attività cerebrale (EEG).

Informazione, disinformazione e interessi economici

Le implicazioni sulla salute pubblica dell'esposizione a EMF sono, nella società contemporanea, di enorme portata a causa della sempre maggiore e capillare diffusione, specialmente tra le giovani generazioni, di apparecchi elettronici facenti uso di tecnologie di telecomunicazione senza fili ("wireless") di "vecchia" e "nuova" generazione. Negli Stati Uniti, ad

esempio, lo sviluppo delle infrastrutture di tipo wireless ha subito un'accelerazione esponenziale con circa 250.000 siti cellulari censiti nel 2008. Si stima che oggi, nel mondo, circa 2.2 miliardi di persone posseggono almeno un telefono cellulare e molti milioni in più utilizzano correntemente telefoni cordless, con una percentuale estremamente elevata in Europa e ancora più alta in Italia. Ciò determina un numero incredibilmente elevato del numero di telefonate e, soprattutto, di SMS e altri tipi di dati (Internet, email ecc.) scambiati ogni secondo da tale popolazione di utenti "wireless", con conseguenti enormi guadagni economici da parte dei costruttori delle apparecchiature e dei gestori dei servizi di radiotelecomunicazione, dando luogo così a una forte competizione, tra gli operatori del settore, nell'accaparrarsi fette sempre più consistenti di tale ricco e promettente mercato.

Non sorprende affatto, quindi, lo strategico silenzio tenuto dai principali mezzi di comunicazione sulla questione dei possibili rischi sanitari connessi all'uso di tali tecnologie o peggio l'informazione (o, per meglio dire, la disinformazione) troppo spesso "pilotata" allo scopo di scoraggiare, e a volte addirittura tentare di oscurare, i risultati scientifici indipendenti basati sul corretto equilibrio tra dato empirico, valutazione dell'utilità tecnologica e, solo in ultima analisi, ragioni economiche. D'altra parte, anche ammettendo che il rischio per la salute associato all'esposizione a campi elettromagnetici RF/MW, fosse minimo per singola esposizione di tipo cronico (ossia prolungata nel tempo), il potenziale impatto sanitario per la popolazione in generale sarebbe comunque enorme. Basti pensare, infatti, che la presenza di campi elettromagnetici è oggi ubiquitaria, "saturando" di fatto ogni ambiente esterno o abitativo del mondo industrializzato, coinvolgendo, in tal modo, sia gli utenti intenzionali sia, cosa ancora più grave, quelli cosiddetti "passivi".

Studi specifici hanno evidenziato, quale conseguenza dell'esposizione cronica a EMF (praticamente in corrispondenza a tutto lo spettro di frequenza possibile) importanti effetti di riduzione del livello di melatonina.

.....

Esistono prove scientifiche estremamente fondate degli effetti dell'esposizione a RF sulle funzioni delle membrane cellulari, sul metabolismo e sulla comunicazione di segnali intercellulari, così come sull'attivazione della produzione di proteine dello stress a livelli di esposizione di gran lunga inferiori di quelli ritenuti "sicuri" dalle normative di tutela sanitaria, adottate a livello nazionale e internazionale da parte di molti Paesi europei ed extraeuropei. Un ulteriore effetto che si suppone essere associato all'esposizione a EMF riguarda la generazione di radicali liberi (o, più in generale, di specie di ossigeno altamente reattive) in grado di determinare danni al DNA, aberrazioni cromosomiche e distruzione delle cellule nervose.

I campi elettromagnetici danneggiano la ghiandola pineale

Numerosi altri effetti sul sistema nervoso centrale sono stati ampiamente documentati e includono, in particolare, alterazione delle funzioni cerebrali quali perdita di memoria, ritardi nell'apprendimento, disfunzioni motorie e delle prestazioni nei bambini, incremento nella frequenza di mal di testa, affaticamento e disordini del sonno. In particolare, come vedremo più avanti, studi specifici hanno evidenziato, quale conseguenza dell'esposizione cronica a EMF (praticamente in corrispondenza a tutto lo spettro di frequenza possibile) importanti effetti di riduzione del livello di

melatonina, un fondamentale ormone secreto dall'epifisi, altrimenti nota come ghiandola "pineale".

Tale ormone, come noto, è essenziale per garantire la regolarità del ritmo circadiano e risulta pertanto di fondamentale importanza per il corretto equilibrio fisiologico dell'organismo umano. La sua alterata (ridotta) produzione, dovuta all'esposizione a campi elettromagnetici a RF, si ritiene possa dunque costituire uno dei più importanti fattori di rischio di insorgenza di patologie, anche di natura tumorale.

Tuttavia, nonostante negli ultimi decenni siano state avanzate molte ipotesi sui possibili meccanismi biofisici in grado di spiegare la correlazione tra esposizione a EMF ed effetti biologici e sanitari, sia in riferimento al ruolo giocato dalla ghiandola pineale che alla funzionalità dei diversi organi e apparati, non esiste accordo, tra gli studiosi, sull'origine e sulle caratteristiche di un siffatto meccanismo.

Una proposta interessante, in tal senso, è stata recentemente avanzata dallo scrivente come risultato delle attività di ricerca svolte presso il FoPRC (Foundation of Physics Research Center) ed è in grado di fornire un meccanismo biofisico che spieghi l'interazione dei campi elettromagnetici a RF e MW, come quelli tipicamente emessi dalle principali sorgenti wireless, con le strutture biologiche e i conseguenti effetti biologici.

È importante comunque sottolineare che tali effetti sono in grado di determinare, in caso di esposizioni incontrollate a lungo termine, possibili danni alla salute che possono risultare di particolare gravità quando riferiti a bambini e soggetti in giovane età i quali, oltre a essere caratterizzati da una intrinseca maggiore sensibilità fisiologica legata alla fase di crescita, risultano meno capaci di sottrarsi, rispetto agli adulti, all'azione delle sorgenti di radiazione eventualmente presenti in ambiente abitativo ed esterno.

Gli effetti dell'esposizione a campi RF/MW e il ruolo della ghiandola pineale

La relazione tra una buona qualità e durata del sonno e le prestazioni cognitive e di guarigione dell'individuo è ben nota. Il sonno è un fattore profondamente importante nel garantire la risposta dell'organismo ai processi di natura infiammatoria e nell'assicurare l'efficienza dei processi fisiologici in generale, specialmente di quelli relativi alla funzioni cognitive e comportamentali. In particolare i ritmi circadiani, che sono regolati da schemi sincronizzati dei periodi sonno-veglia, normalizzano la produzione del cosiddetto ormone dello "stress" (il cortisolo, ad esempio).



I soggetti che sono cronicamente esposti alle emissioni EMF di radiazioni RF/MW anche di bassa intensità, generate ad esempio da antenne wireless,

riportano sintomi legati alla mancanza di sonno o alla difficoltà ad addormentarsi, così come altri sintomi specifici che includono affaticamento, mal di testa, vertigini, debolezza, perdita di concentrazione, problemi di memoria, ronzii auricolari, problemi di orientamento ed equilibrio e difficoltà nello svolgere operazioni che richiedono la realizzazione di più attività contemporaneamente.

Mentre rimane da approfondire a che livello d'intensità l'esposizione a campi RF/MW è in grado di alterare le funzioni neurocomportamentali, un numero crescente di recenti prove scientifiche sembra suggerire un possibile meccanismo attraverso cui tali campi interferirebbero con le funzioni cognitive e legate al ritmo sonno-veglia.

Si stima che oggi, nel mondo, circa 2,2 miliardi di persone posseggono almeno un telefono cellulare e molti milioni in più utilizzano correntemente telefoni cordless.

.....

Tale ritmo è infatti regolato dall'oscillatore circadiano centrale collocato nell'ipotalamo, la cui attività è, a sua volta, controllata da un ormone, la **melatonina**, secreto dalla **ghiandola pineale**. Esistono prove scientifiche importanti che dimostrano come l'esposizione a EMF, praticamente su tutto lo spettro di frequenza ad essi associato, dai campi ELF a quelli RF/MW, sia in grado di ridurre considerevolmente il livello di melatonina prodotto dalla ghiandola pineale, sia negli esseri umani che negli animali. In particolare, alcuni studi hanno evidenziato una riduzione notevole della funzione urinaria in ratti esposti a campi RF/MW e della concentrazione del metabolito urinario della melatonina in individui che utilizzavano telefoni cellulari per più di 25 minuti al giorno. In un altro studio condotto su un campione di donne che vivevano nelle vicinanze di trasmettitori radio e televisivi, è stata evidenziata la riduzione della concentrazione di

melatonina nelle urine, in modo particolare nelle donne in post-menopausa.

L'“effetto melatonina”

Tali evidenze sembrano supportare il cosiddetto “effetto melatonina”, proposto per la prima volta da Davis nel 1994, secondo il quale l'esposizione a EMF comporterebbe una riduzione della concentrazione notturna di melatonina e quindi del suo potenziale oncostatico (ossia la capacità di inibire la crescita delle cellule cancerose e/o di stimolare il sistema immunitario).

Finora, tre tipologie di possibili meccanismi sono stati ipotizzati al fine di spiegare in che modo la riduzione di concentrazione di melatonina, associata all'esposizione a EMF, sia in grado di determinare un incremento del rischio di contrazione di patologie tumorali:

1. concentrazioni più basse rispetto al normale di melatonina determinerebbero una maggiore produzione di estrogeni e prolattina determinando, in tal modo, un incremento dell'incidenza delle patologie tumorali mediate da ormoni;
2. considerato l'importante ruolo antiossidativo svolto dalla melatonina, una riduzione del suo livello potrebbe incrementare la suscettibilità del DNA a danneggiarsi, con conseguente aumento del rischio cancerogenico;
3. attesa la funzione che la melatonina esercita nell'inibizione della proliferazione cellulare, un ridotto livello di tale ormone potrebbe risultare molto rilevante nella promozione e sviluppo del cancro in generale.

Tale schema concettuale, noto come “ipotesi della melatonina”, fornirebbe inoltre una possibile base per spiegare una serie di altri effetti dovuti all'esposizione a EMF.

Infatti la melatonina ha un ruolo importante per l'apprendimento e la memoria ed è in grado di inibire le componenti elettrofisiologiche dei processi di apprendimento in alcune aree del cervello. La melatonina, inoltre, come accennato in precedenza, svolge importanti funzioni antiossidanti e di rimozione dei radicali liberi e, di conseguenza, una sua diminuzione potrebbe determinare un'aumentata attitudine allo sviluppo di danni cellulari e, infine, del cancro. L'alterazione dei livelli di concentrazione di melatonina conseguenti all'esposizione a EMF potrebbe rappresentare la chiave per comprendere gli effetti di tali campi sull'insorgenza della malattia di **Alzheimer**.

Con riferimento a tale aspetto, in particolare, uno studio recente ha evidenziato la sussistenza di una relazione di proporzionalità inversa tra l'espulsione dei metaboliti della melatonina e delle particolari strutture proteiche fibrose (amiloide beta) in lavoratori dell'industria elettrica. Proprio la concentrazione di tale struttura proteica risulta particolarmente elevata nei malati di Alzheimer.

Tuttavia, nonostante le numerose evidenze sperimentali di una possibile correlazione tra esposizione a campi a RF/MW ed alterazione dei livelli di concentrazione di melatonina e di cosa ciò potrebbe comportare a livello di effetti biologici e danni sulla salute, nessuna considerazione conclusiva potrà essere tratta finché non sarà elucidato il possibile meccanismo biofisico di tipo non-termico con cui i campi EMF di bassa intensità interferiscono con il funzionamento della ghiandola pineale e con i tessuti viventi in generale.

Le ipotesi sui meccanismi biologici alla base degli effetti non-termici delle radiazioni RF/MW

Negli ultimi decenni, la posizione dominante del mondo scientifico a proposito degli effetti biologici dei campi elettromagnetici a RF/MW è stata basata sulla generale convinzione che il meccanismo principale di

interazione tra questi e gli organismi viventi fosse sostanzialmente di natura termica, vale a dire legato alla quantità di energia elettromagnetica radiante effettivamente rilasciata nei tessuti attraversati dall'onda sotto forma di calore. Tale assunzione implicava, a sua volta, che la pericolosità dell'esposizione fosse proporzionale all'intensità della radiazione incidente.

Recentemente, di fronte a tutta una serie di forti evidenze teoriche e sperimentali, la comunità scientifica ha iniziato a interrogarsi sulla possibile esistenza di effetti biologici o sanitari conseguenti all'esposizione a campi elettromagnetici non ionizzanti, caratterizzati da bassa o bassissima intensità e durata protratta nel tempo, relativamente ai quali un meccanismo diretto di interazione di tipo termico è ovviamente improponibile.

Tale questione è oggi, come visto, di particolare rilevanza attesa la diffusione, specie tra i giovani e giovanissimi, di microdispositivi elettronici (telefoni cellulari, tablet ecc.) capaci di generare campi elettromagnetici d'intensità medio-bassa, ma per intervalli temporali giornalieri significativi.

D'altra parte le attuali normative nazionali (e molte normative internazionali) in materia di protezione dai campi elettromagnetici a RF/MW sono finalizzate a prevenire gli effetti termici di tali radiazioni sui tessuti viventi. Questa impostazione quindi non garantisce la tutela dai possibili effetti non termici. In particolare tali effetti si manifestano quando l'energia radiante assorbita dai tessuti non è sufficiente ad aumentare la temperatura di una cellula, di un tessuto o di un organismo vivente ma, nel contempo, risulta in grado di produrre delle alterazioni fisiche o biochimiche rilevabili.

A titolo di esempio si può affermare che una mezz'ora di esposizione a un campo a RF di bassa intensità, caratterizzato da un SAR (ovvero la grandezza fisica che quantifica la quantità di energia per unità di massa rilasciata in un dato tessuto vivente) nell'intervallo tra 1 W/kg e 4 W/kg, è

in grado di aumentare la temperatura media di un individuo adulto sano di circa 1°C. Tale aumento di temperatura non è in grado di alterare l'equilibrio termico e risulta quindi generalmente considerato come accettabile dal punto di vista della tutela sanitaria.

La melatonina, inoltre, come accennato in precedenza, svolge importanti funzioni antiossidanti e di rimozione dei radicali liberi e, di conseguenza, una sua diminuzione potrebbe determinare un'aumentata attitudine allo sviluppo di danni cellulari e, infine, del cancro

.....

Diverse ipotesi sono state avanzate per spiegare in che modo i campi elettromagnetici a RF, ma anche quelli emessi nello spettro del visibile, dell'infrarosso, possano determinare gli effetti biologici di natura non-termica sopra discussi. Una prima ipotesi riguarda la possibilità che le radiazioni RF siano in grado di modificare la trasduzione dei segnali a livello della membrana cellulare, diminuendo in tal modo la formazione degli ioni calcio e la frequenza di apertura dei relativi canali di trasporto. Un analogo effetto potrebbe inoltre interessare il trasporto, attraverso le stesse membrane, degli ioni Na^+ , K^+ e Ca^{2+} .

L'ipotesi di Fröhlich: l'organismo vivente come antenna radio

Una delle proposte più interessanti, finora avanzate per la caratterizzazione di un possibile meccanismo d'interazione, è quella elaborata da Fröhlich, secondo la quale le macromolecole presenti nei tessuti biologici compiono oscillazioni in corrispondenza a frequenze tali da consentire l'assorbimento di energia elettromagnetica esogena

attraverso un meccanismo di tipo risonante. In tal modo un organismo vivente si comporterebbe, rispetto all'interazione elettromagnetica, in maniera simile a un'antenna radio ricevente in grado di amplificare anche un segnale molto debole se “sintonizzata” sulla frequenza portante di tale segnale elettromagnetico. In altre parole la radiazione elettromagnetica esogena determinerebbe la formazione di un circuito risonante nelle molecole dell'organismo vivente se la frequenza del campo incidente ricadesse nella finestra di frequenza permessa dalla struttura del tessuto biologico interessato dall'esposizione. Un tale processo risonante sarebbe l'unico in grado di spiegare l'insorgenza degli effetti non-termici in presenza di campi elettromagnetici di intensità bassa o bassissima. Nel modello proposto da Fröhlich il “circuito” ricevente sarebbe verosimilmente costituito dalla membrana cellulare, per cui l'interazione con il campo esterno disturberebbe l'azione di diversi neurotrasmettitori, ormoni, enzimi e delle proteine presenti sulla membrana cellulare stessa, attivando potenzialmente la produzione di cascate enzimatiche capaci di trasferire segnali dalla cellula nel sistema intercellulare, inclusi quelli di crescita e divisione cellulare.

Interazione tra campi a microonde e micro tubuli cellulari

Recenti ricerche condotte presso il FoPRC hanno dimostrato che tale meccanismo di risonanza risulta particolarmente importante quando si considera l'accoppiamento risonante tra campo elettromagnetico a MW esogeno e alcune fondamentali strutture biologiche denominate microtubuli (MT) che costituiscono il citoscheletro, ossia l'ossatura stessa, del tessuto cellulare.

I MT sono costituiti da polimeri rigidi formati da gruppi di protofilamenti di lunghezza variabile tra 1 e 30 micron di forma cilindrica e internamente cavi, caratterizzati da un diametro interno e un diametro esterno

rispettivamente dell'ordine di 15 e 25 nanometri e di densità elevate. Strutturalmente sono suddivisi in sottounità detti eterodimeri, a loro volta composti da coppie di tubuline aventi proprietà elettriche che permettono loro di polarizzarsi in presenza di un campo elettrico (o elettromagnetico) esterno (fig. 1).

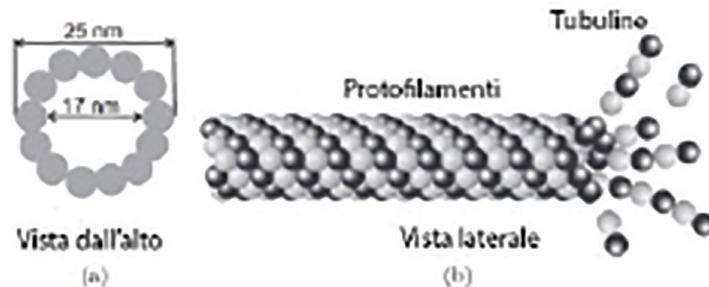


Fig. 1. Struttura di un microtubulo.

Secondo tale innovativa ipotesi, i MT sono schematizzati come degli oscillatori elastici, capaci di compiere vibrazioni trasversali e longitudinali sotto l'influenza del campo elettromagnetico esterno.

La specificità di tale rappresentazione consiste nel fatto che tali oscillazioni sono considerate come non-lineari e tra loro accoppiate (ossia tali che le vibrazioni longitudinali si "sintonizzano" con quelle trasversali e viceversa, rinforzandosi così a vicenda) e pertanto in grado di amplificare in maniera estremamente efficace le vibrazioni indotte anche da un campo elettromagnetico di bassissima intensità, purché caratterizzato dalla "giusta" frequenza (fig. 2).

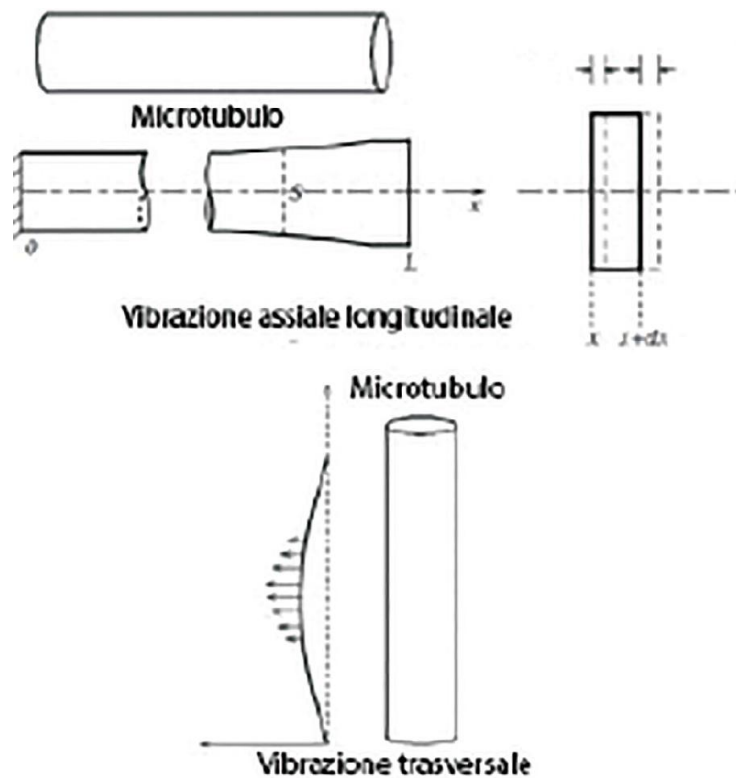


Fig. 2. Vibrazioni meccaniche longitudinali e trasversali di un microtubulo.

La quantità di energia risonante rilasciata nei tessuti biologici da tale tipologia di interazione sarebbe talmente elevata (fig. 3) da essere in grado di “spezzare” la struttura cellulare stessa, dando origine a effetti biologici e sanitari potenzialmente molto rilevanti a carico di diversi organi e apparati.

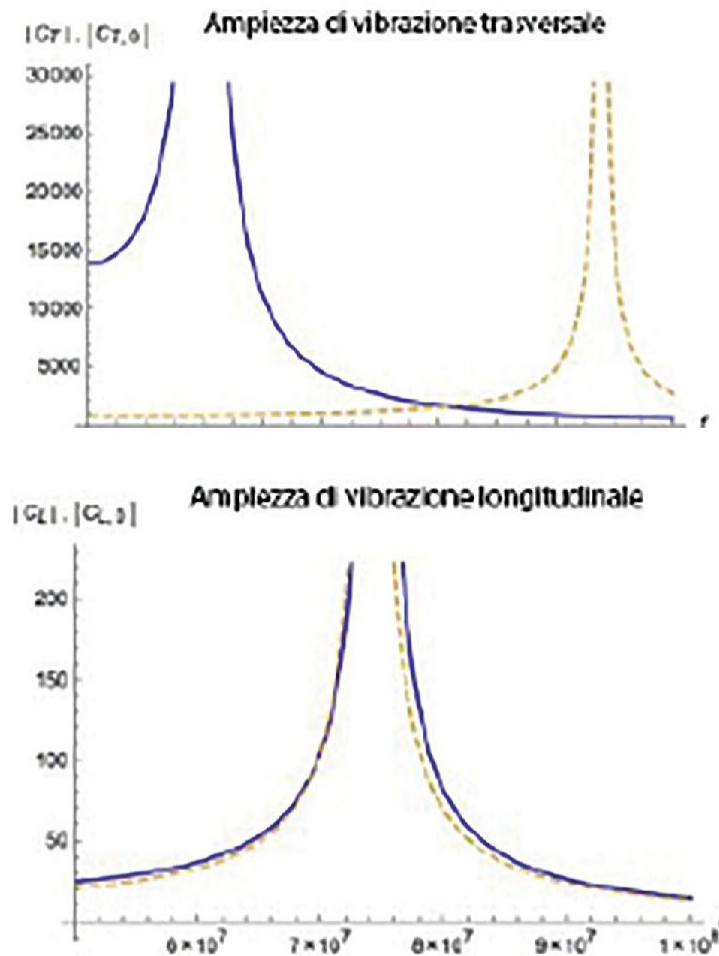


Fig. 3. Risposta risonante dell'ampiezza delle vibrazioni longitudinali e trasversali dei microtubuli ai campi elettromagnetici secondo il modello di L.M. Caligiuri.

Secondo tale modello, inoltre, tale interazione sarebbe specificamente favorita a livello delle cellule e dei tessuti neurologici e cerebrali, spiegando così l'effetto particolarmente importante dell'esposizione a EMF sul sistema nervoso.

La constatazione che valori d'intensità di campo elettromagnetico particolarmente bassi, quali quelli tipicamente emessi, nella maggior parte dei casi, dai dispositivi wireless così diffusi oggi in ambienti abitativi ed esterni, possano determinare effetti biologici e sanitari particolarmente gravi, in particolare nel caso di esposizioni prolungate, diventa

particolarmente preoccupante se si pensa che tali valori sono generalmente inferiori a quelli individuati dalle normative di protezione sanitaria in ambito nazionale e internazionale.

Ciò impone da un lato la necessità di condurre nuovi studi e ricerche finalizzate a ottenere una maggiore comprensione dei meccanismi di interazione tra campi elettromagnetici non ionizzanti e organismi viventi, dall'altro quella di una profonda revisione e riformulazione delle normative nazionali e internazionali atte ad assicurare la tutela della popolazione dai possibili rischi derivanti dall'esposizione a tali agenti fisici.

Radiazioni emesse dai telefonini: effetti sui bambini

Nei bambini, l'esposizione alle radiazioni emesse dai telefoni cellulari è in grado di determinare modificazioni negative dell'attività cerebrale durante lo svolgimento di compiti che richiedono l'impiego di alcune capacità mnemoniche.

Sono stati riportati inoltre:

- effetti legati alla riduzione delle capacità cognitive,
- riduzione della concentrazione,
- accelerazione delle funzioni mentali associata tuttavia a riduzione dell'accuratezza,
- ritardo nei tempi di reazione,
- disorientamento spaziale,
- riduzione dell'abilità motoria e dell'apprendimento e, in generale, una serie di altri sintomi segnalati anche nel caso dell'esposizione dei soggetti adulti.

Esposizione a campi elettromagnetici: effetti sulla salute

Effetti di natura “immediata”:

- riduzione della durata e della qualità del sonno,
- alterazione dei livelli ormonali,
- indebolimento delle funzioni cognitive,
- della concentrazione, dell’attenzione, del comportamento, e del benessere complessivo.

Effetti di tipo cronico:

- trasmissione genetica di danni al DNA,
- stress fisiologico,
- alterazione delle funzioni immunitarie,
- elettrosensibilità,
- infertilità,
- aumento del rischio generalizzato di cancro,
- danni neurologici.

Luigi Maxmilian Caligiuri

È laureato *magna cum laude* in fisica teorica. Ha svolto e svolge attività di ricerca presso l'Università della Calabria. Docente in diversi corsi universitari, è autore di decine di pubblicazioni internazionali su riviste *peer reviewed* e atti di congressi. È membro del comitato scientifico di oltre venti riviste internazionali nel campo della fisica teorica e applicata. La sua attività scientifica più recente riguarda in particolare lo studio dei fondamenti della teoria della relatività e della meccanica quantistica, gli sviluppi e le applicazioni della coerenza elettrodinamica quantistica, la formulazione di modelli quantistici della mente, lo studio di materiali innovativi e, soprattutto, della dinamica del vuoto quantistico con riferimento alla teoria del campo unificato e alla cosmologia, e delle sue possibili applicazioni in campo spaziale ed energetico. È fondatore del *Foundation of Physics Research Center* (FoPRC), struttura di ricerca internazionale indipendente di cui è direttore scientifico.

Per approfondire

1. CALIGIURI, L.M., *A novel model of interaction between high frequency electromagnetic fields and microtubules viewed as coupled two-degrees of freedom harmonic oscillators*, in «Current Topics in Medicinal Chemistry», vol. 15, n. 6, 2015, pp. 549-558.
 2. CALIGIURI, L.M., MUSHA, T., *Superradiant coherent photons and hypercomputation in brain microtubules considered as metamaterials*, in «WSEAS Transactions on Circuit and Systems», vol. 9, 2015, pp. 192-204.
 3. FROHLICH, H., *Long-Range Coherence and Energy Storage in Biological Systems*, in «International Journal of Quantum Chemistry», vol. 2, 1968, pp. 641-649.
 4. VASILE, M., CALIGIURI, L.M., LAMONACA, F., NASTRO, A., BEIU, T., *Non-ionizing electromagnetic radiations (EMF) and their influence on the health of living organisms*, in «Annals Series on Biological Sciences – Academy of Romanian Scientists», vol. 3, n. 2, 2015, pp. 5-18.
-

FONDAZIONE
VALSÉ
PANTELLINI



Per la ricerca e lo studio
delle malattie degenerative

Sito internet: pantellini.org
e-mail: fondazione@pantellini.org
Tel. 055 499634
fax: 055 599616

Non facciamo miracoli.
Non crediamo di essere dalla parte della verità.
Cerchiamo solo di guardare il cancro e le
malattie degenerative da una prospettiva diversa.

Offriamo la nostra "chiave di lettura" attraverso
l'utilizzo di un rimedio fisiologico (l'ascorbato
di potassio con ribosio) e di uno schema che
ne aiuta l'azione e che si basa sulla
somministrazione di vitamine e sostanze
fisiologiche.

Cerchiamo di rispettare nel corpo e nello spirito
coloro che assumono ciò che proponiamo.
Siamo sempre disponibili al confronto ed
al dialogo con tutti, nella convinzione che:

**"La vera risorsa della Scienza sono le idee
e le nuove ipotesi, a prescindere dal fatto
che queste si rivelino giuste o sbagliate"
(F. Crick).**

È in edicola il nuovo numero

LA SALUTE NATURALE RACCONTATA DAGLI ESPERTI

L'altra medicina

n. 49

FEBBRAIO 2016

CURARSI CON L'ARGILLA
È benefica per stomaco e intestino

Tocco Pranico
Scopriamo la bioenergia sprigionata dalle mani

Superfood
Guida pratica agli alimenti più in voga del momento

RAFFREDDORE E FEBBRE
Le piante che vengono in aiuto

Le essenze per rivitalizzare i capelli

AURICOLOTERAPIA
PADIGLIONE DELL'ORECCHIO:
STIMOLIAMO I PUNTI CHE RIDUCONO IL DOLORE

PREPARIAMOLO IN CASA
SUPER ACQUA OSSIGENATA,
UN INGREDIENTE PER LE PULIZIE DOMESTICHE

AMICI ANIMALI
LA STORIA DI GRETA,
IL DOLCE ROTTWEILER
HA CONQUISTATO TUTTI

SCOPERTE IN SOFFITTA

Periodico mensile - Anno VI, numero 49-2016 - € 3,50
Pubblicazione - Sped. in a.p. n. 350/2009 con L. 462/04 art. 1, comma 1

0049
9 773509 120030

**La medicina naturale
raccontata dagli esperti**

Lifevin^C



Solo prodotti
di QUALITÀ



... un nuovo **BENESSERE** per
la tua microcircolazione

SEMI E FOGLIE DI UVA ROSSA, UNITI ALLA **VITAMINA C**

60 capsule
vegetali
cod. Prodotto:
927041362



Novità

UVA ROSSA

- sostiene la microcircolazione
- aiuta le normali funzioni cardiovascolari

VITAMINA C

- protegge le cellule dallo stress ossidativo
- favorisce la normale formazione del collagene

Lifevin C è un'ottima combinazione sinergica di semi e foglie di uva rossa e vitamina C.

L'uva rossa (*Vitis Vinifera*) dalle spiccate proprietà antiossidanti, favorisce le funzioni del microcircolo e la regolare **attività cardiovascolare**; le foglie di uva rossa sono utili per le **funzioni vasoprotettrici**.

Per un'azione ancora più efficace è stata aggiunta la vitamina C che contribuisce a proteggere le

cellule dallo stress ossidativo. La vitamina C inoltre, grazie alla sua capacità di intervenire nella formazione del collagene, concorre al mantenimento della funzionalità dei vasi sanguigni.

L'integratore alimentare **Lifevin C** viene prodotto senza eccipienti, coloranti e dolcificanti.

In vendita nelle erboristerie, negozi di alimentazione naturale, farmacie e parafarmacie.



Natural Point srl - via Pompeo Mariani, 4 - 20128 Milano
tel. 02.27007247 - info@naturalpoint.it - www.naturalpoint.it

**NATURAL
POINT**

PINEALE: **la regina** **del palazzo di cristallo**

*Un viaggio alla scoperta degli enzimi
prodotti dalla ghiandola pineale,
particolari sostanze in grado di
ampliare la percezione ordinaria*



Barbara Goia, Giovanni Vota
.....

È la regina: del cranio essendo l'unica ghiandola del cervello a non essere doppia; del corpo, essendo al centro della testa; della spiritualità, essendo il portale energetico che collega l'essere umano con l'Energia Cosmica.

Come ogni regina alloggia ovviamente in un palazzo. I taoisti lo chiamano il "Palazzo di Cristallo". È rappresentativo di una zona del cervello che comprende la ghiandola pineale, la ghiandola ipofisi e l'ipotalamo. Tre punti fisici fondamentali per creare quel processo chimico che può riportare l'essere *umano* alla sua condizione originale e naturale di essere *pranico*, oltre che contribuire significativamente al mantenimento della salute fisica.

Non esiste aspetto umano, sia esso fisico, emozionale o mentale che non abbia una corrispondenza in termini di reazioni chimiche del corpo. Siamo esseri di luce che conducono esperienza nella densità, quindi tutto ciò che ci accade è sempre collegato a un lavoro biochimico di ghiandole, organi e visceri. Cioè corpi di energia densa.

Sono felice? Posso dire grazie alla mia tiroide. Sono serena? Posso complimentarmi con il mio pancreas. Ho forza di volontà a sufficienza nella vita? Vuol dire che le mie surreni stanno benone. Sono in perfetta forma fisica? Probabilmente i tessuti del mio corpo sono alcalini e quindi gli organi interni lavorano seguendo un processo chimico costruttivo mantenendomi in salute... e così via.

Dunque anche il passaggio da esseri umani a esseri spirituali, aventi canali energetici aperti e predisposti al collegamento con energie più sottili, transita attraverso l'attivazione di alcune sostanze chimiche. La partenza avviene proprio nel Palazzo di Cristallo e, in tutto questo, la pineale è strettamente coinvolta, per non dire determinante.

La chimica che inibisce e la chimica che espande

Ci sono vari motivi per cui la maggior parte degli esseri umani non può essere definita pranica, per quanto questa dovrebbe essere la condizione fisiologica e naturale di tutti. Sappiamo che la pineale dà il suo importante contributo per il mantenimento della salute fisica, ma è anche fortemente inibita nell'espandere le sue capacità chimico/energetiche. Dall'età di circa 7 anni comincia un processo di calcificazione della ghiandola, dovuto a vari fattori quali: alimentazione, stile di vita, educazione, credenze, paure. Questi fattori inibiscono l'utilizzo di questa ghiandola come collegamento a dimensioni diverse e come nutrimento energetico, facendoci vivere da esseri inconsapevoli, relegati a un oblio incomprensibile e affogati in uno stato di opacità e inconsapevolezza. Si sviluppa in modo prepotente la nostra parte razionale e si perde quasi del tutto il collegamento con il mondo interiore, il vero *fiat* di tutto ciò che si manifesta come realtà fisica. È tempo di uscire da questa condizione, e le tecniche per farlo sono assolutamente alla portata di tutti. Si tratta di far ritornare il corpo alle sue origini, attuando un processo d'inibizione all'inibizione. Proprio così. Perché le nostre ghiandole, il nostro intero corpo è programmato per essere e vivere in comunione diretta con il tutto, non lo fa perché c'è un'inibizione chimica a questo processo, dovuta ai motivi di cui sopra. In pratica il corpo vive sotto sforzo per bloccare un processo che invece sarebbe spontaneo. È quindi necessaria l'attivazione di sostanze che hanno lo scopo di inibire la chimica che inibisce.

Il viaggio della serotonina

Tutto parte dall'ipotalamo, struttura del sistema nervoso centrale situata profondamente all'interno del cervello. Esso ha importanti funzioni di omeostasi, e grande influenza sul ritmo circadiano. L'ipotalamo si connette al tronco encefalico situato all'inizio del midollo spinale, creando così un collegamento al Sistema Nervoso Autonomo (SNA). È

proprio il tronco encefalico una delle vie più importanti percorse dal neurotrasmettitore serotonina (messaggero chimico che nasce appunto dall'ipotalamo anteriore e che attraversa le sinapsi).

Il passaggio da esseri umani a esseri spirituali, aventi canali energetici aperti e predisposti al collegamento con energie più sottili, transita attraverso l'attivazione di alcune sostanze chimiche presenti nel corpo e prodotte dal corpo

.....

In età adulta quasi tutti presentano la ghiandola pineale con delle calcificazioni: in questo stato essa non è in grado di lavorare in piena sinergia con ipofisi, talamo e con il resto del corpo. Questo impedisce all'essere umano di percepire con chiarezza il collegamento con la sua vera natura; allineandolo a una visione del mondo esclusivamente materiale e percepito come esterno. Il corpo segue questa tendenza della mente e si comporta di conseguenza. Parte così un processo di inibizione, attraverso degli enzimi chiamati monoammino ossidasi. La serotonina svolge il suo ruolo nelle fessure sinaptiche (spazio fra cellule nervose) e poi viene decomposta in sottoprodotti dai monoammino ossidasi, diventando sostanza inattiva. Questo processo impedisce il proseguimento di quelle che sarebbero naturali reazioni chimiche, e fa sì che prevalga esageratamente il meccanismo mentale, molto utile per la sopravvivenza fisica ma deleterio se usato come unico metro di osservazione.

Accade così che si veda il mondo al contrario, ovvero riconoscendo come primo e reale approccio quello puramente materiale, invece di avere una visione più ampia che ti permette di percepirlo come conseguenza di cosa accade immaterialmente. Quando succede questo, vuol dire che siamo nello schema "credo se vedo". La realtà è limitata. Quando il processo

della serotonina non viene inibito, passiamo invece allo schema mentale “vedo se credo”. La consapevolezza di essere gli unici artefici della nostra realtà è completa. Siamo nella realtà illimitata.

Dalla serotonina alla pinolina

Cosa accadrebbe se fluisse tutto secondo natura? Se non fossimo inseriti in un sistema educativo, di abitudini, di cibo, di credenze, di paure, che portano il corpo e le ghiandole a comportarsi così? Ricordiamo che il corpo segue sempre ciò che le credenze dettano. Soprattutto quelle inconse.

Succederebbe che il neurotrasmettitore serotonina proseguirebbe nel suo viaggio all'interno del cervello, interagendo in modo più massiccio con la ghiandola pineale. Essa, libera dalle incrostazioni, sarebbe stimolata a produrre molta più melatonina (in certe condizioni la melatonina può arrivare a livelli altissimi). La serotonina sintetizzerebbe gli alti livelli di melatonina prodotta dalla pineale. Quando i livelli di queste due sostanze sono così elevati, la pineale comincia a secernere naturalmente degli enzimi chiamati armina, armalina e pinolina: in particolar modo la pinolina è fondamentale per inibire la destrutturazione molecolare della serotonina da parte dei monoammino ossidasi. Così il processo di “illuminazione” può partire con grande efficacia.

La pinolina è un super conduttore molto potente: forse non tutti sanno che lo “stato della pinolina” si verifica in genere quando ci si trova nell'utero, nei sogni in stato di veglia e nelle esperienze di premorte. Tre situazioni di vita decisamente particolari, soprattutto negli ultimi due casi, dove, secondo molte testimonianze, sembrano verificarsi percezioni della realtà indubbiamente non comuni. Con la pinolina in circolo si possono già aprire i canali della chiaroveggenza e chiaroudienza, e si può accedere alla percezione olografica del mondo che ci circonda. A questo punto, la ghiandola pineale è super stimolata, ed è qui che comincia a produrre i

neuro ormoni 5-MeO-DMT e DMT, conosciuti anche come “molecole spirituali”.

La pinolina è un super conduttore molto potente: forse non tutti sanno che lo “stato della pinolina” si verifica in genere quando ci si trova nell’utero, nei sogni in stato di veglia e nelle esperienze di premorte

.....

La 5-MeO-DMT, è estremamente fosforescente a causa della presenza di foscene che trasmette alla corteccia visiva. Questa triptamina aumenta del 40% l’attività della corteccia cerebrale e sveglia il sistema nervoso, rendendolo più consapevole di se stesso. Il segnale del glutammato nelle cellule viene rallentato, questo rende più semplice al sistema nervoso il blocco del fluire degli elettroni tra le cellule, permettendo di entrare in uno stato meditativo molto profondo. L’intera spina dorsale viene attivata. La 5-MeO-DMT prepara il sistema nervoso alla presenza della DMT, prodotta dalla ghiandola pineale in milligrammi psicoattivi.

DMT: la molecola dello spirito

La DMT è la visione del terzo occhio, e avviene quando la pineale ne produce almeno 25 mg.

Qui le dimensioni del tempo e dello spazio vengono trascese. Tutte le cellule del corpo sono in vibrazione risonante con l’universo. La ghiandola pineale, l’ipofisi e l’ipotalamo nel palazzo di cristallo, insieme all’intero corpo fisico, vibrano alla frequenza di circa 8 Hz. I contatti con i “piani superiori” sono aperti e si ha la percezione del pieno flusso della vita.

Come si fa a ottenere questo processo di ritorno alle nostre origini praniche?

Ci sono diversi percorsi, alcuni migliori, più sicuri e decisamente più consigliabili di altri.

Gli sciamani erano a conoscenza di riti e iniziazioni che potevano aprire velocemente i canali, anche assumendo sostanze naturali, come l'ayahuasca, che agiscono direttamente sulla biochimica del cervello. Percorsi non consigliabili perché oltre a essere illegali, sono invasivi, troppo repentini e non rispettano la preparazione e il livello di consapevolezza individuale, se non eseguiti più che perfettamente.

Il ritiro prolungato al buio

Altra iniziazione che è appartenuta ai percorsi spirituali di tutte le culture del passato, è il ritiro prolungato al buio. Oggi in pochissimi seguono ancora questa pratica. Una delle più conosciute darkroom (così viene chiamata) è guidata dall'australiana Jasmuheen e si svolge in Thailandia. Si tratta di vere e proprie camere alchemiche, dove ci si ritira, previa giusta preparazione di pulizia e depurazione del corpo, e si medita, lasciando che la biochimica cambi in modo naturale. Il buio prolungato per 9, 14 o anche 21 giorni, induce le ghiandole del cervello, in particolare la pineale, a lavorare con maggiore e diversa intensità. Il corpo intero, gradatamente, si predispone e si allinea su ritmi circadiani completamente diversi da quelli usuali. La pineale arriva a inondare il cervello di melatonina e il processo di inibizione degli enzimi monoammino ossidasi gradatamente si blocca, lasciando la serotonina libera di agire. Con il tempo e una giusta preparazione, si aprono i portali energetici che permettono la percezione di realtà molto più ampie e complete di quella esclusivamente materiale.

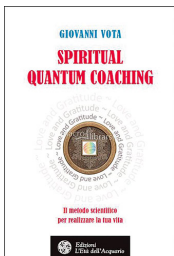
Livelli superiori di percezione: tutto parte dal quotidiano

I tempi odierni sono caratterizzati da grandi cambiamenti, anche le energie presenti sulla terra sono molto diverse rispetto a quelle di dieci, quindici anni fa. Tutto è energeticamente pronto per l'accesso e l'allineamento a livelli superiori di percezione, dunque non è più così strettamente necessario andare alla ricerca di iniziazioni lontane o invasive. Un sano stile di vita, composto da abitudini alimentari giuste (poco, leggero, naturale, vegetale e alcalino); predisposizione mentale positiva; stimolo alle virtù quali la compassione, la cooperazione, la fratellanza senza barriere, il contatto con la natura e un gran lavoro spirituale ed energetico su di sé, accompagnato alla meditazione, portano con gradualità e armonia al cambiamento biochimico del nostro corpo.

Tutto questo nel rispetto della preparazione individuale, senza sofferenze ma con gioia, perché ricordiamo che i percorsi spirituali, a differenza di quello che comunemente si tende a credere, non sono caratterizzati da privazioni mortificanti o annullamento del piacere, ma sono fatti di apprendimento e conoscenza di se stessi, attraverso un cammino di gioia e condivisione. È una rieducazione a ciò che fa bene, che fa sentire felici e che aumenta l'energia. Dove una semplice scelta, ad esempio, fra un alimento troppo "denso" o un alimento naturale e leggero, non diventa più una rigida rinuncia, ma una scelta inevitabile di piacere personale. Questo può avvenire attraverso uno stile di vita che depuri il corpo fisico, il corpo mentale, il corpo emotivo e quello spirituale, per eliminare tutto ciò che inquina e distorce l'orientamento delle nostre scelte e dei nostri comportamenti.

Siamo esseri di luce che fanno esperienza nella materia. Per tornare ad avere percezione di questo è dunque dalla materia che bisogna passare, e se l'esplosione di questa "bomba" è nel corpo, la miccia è certamente la famosa ghiandola pineale.

Consigli di Lettura



Giovanni Vota

[Spiritual Quantum Coaching](#)

Il Metodo Scientifico per realizzare la tua vita

Età dell'Acquario, 2014

Giovanni Vota

Torinese, ingegnere elettronico, è stato funzionario tecnico scientifico presso il Politecnico di Torino, imprenditore, dirigente in diverse aziende in Italia e negli USA, tra le quali IBM e Sun Microsystems. Possiede numerose abilitazioni internazionali in campo motivazionale e nel coaching. È membro della Professional Past Life, Regression & Life Between Life Therapy Association di Londra. Si è diplomato alla scuola «SFERA coaching» di Torino con il professor Giuseppe Vercelli.

Barbara Goia

Torinese, diplomata in lingue è stata assistente di volo per quindici anni, girando il mondo e acquisendo esperienze a livello umano e culturale. Ha conseguito l'attestato di operatore olistico specializzato in riflessologia del piede e del corpo nella scuola triennale MONDO NUOVO ed è iscritta all'albo dei riflessologi olistici italiani (AIMROA, Associazione Italiana Riflessologia Olistica Applicata).

Si è certificata in ipnosi presso la scuola di Andy Tomlinson e accreditata dal "General Hypnotherapy Standards Council".

"Ambasciatrice di Pace" presso l'Ambasciata di Pace fondata da Jasmuheen, segue e studia le tecniche del percorso brethariano.

Opera con metodo 4Bodies Quantum Coaching, da lei ideato, basato su tecniche spirituali e quantistiche quali lo "Spiritual Quantum Coaching". Utilizza pratiche energetiche con campane tibetane.

LIBERA LA TUA GHIANDOLA PINEALE CON I CONSIGLI E LE MEDITAZIONI DI LUMIRA

"Il fluoro è una sostanza chimica tossica che, se si deposita in grandi quantità, può dar luogo a gravi disturbi funzionali del nostro sistema corporeo. La prima a essere attaccata dal fluoro è l'epifisi o ghiandola pineale. L'epifisi è la sede dell'intuizione e della voce divina dentro di noi; questa ghiandola aiuta il corpo ad adattarsi alle nuove risonanze terrestri. Inoltre, è collegata con la parte del cervello che rappresenta il libero arbitrio.

A causa della maggiore assunzione di fluoro, noi esseri umani diventiamo in un certo senso come biorobot facilmente manipolabili. Se la ghiandola pineale è bloccata,

tendiamo ad autodistruggerci, ci viene voglia di cibi non sani e di uno stile di vita nocivo.

Oltre al fluoro, anche il caffè, il tè nero e tutti i prodotti tostati bloccano la ghiandola pineale, rendendola per giunta dipendente.

A causa del pericoloso disturbo dell'epifisi, la mente risulta alterata, diventa più lenta e vibra a frequenze più basse. Ma un livello vibratorio più basso è come un invito a essere posseduti da entità non fisiche, per questo consiglio di evitare tutti i prodotti a base di fluoro, come determinati dentifrici, il sale da cucina fluorato e i cibi precotti".

GHIANDOLA PINEALE

Benefici della pineale libera: guarigione spirituale, telepatia, facoltà di percepire il mondo sottile e di vedere l'aura.

Effetti della pineale bloccata: essere intellettualmente limitato, seguire una strada sbagliata, lavaggio del cervello attraverso i media, programmazioni sociali e familiari.

Messaggio terapeutico: riconosco la mia strada e seguo la mia intuizione. La mia guida interiore è chiara e io seguo il richiamo della mia anima.



Durata 220' - € 24,50



Pag. 240 - € 16,50



Pag. 200 - € 16,50

MEDITAZIONE PER L'ATTIVAZIONE DELLA PIRAMIDE D'ORO

Mediante l'attivazione della piramide d'oro vengono purificati e attivati il chakra della fronte, quello della base cranica, i due chakra delle orecchie, il chakra della corona e la ghiandola pineale. Questo rende possibile l'accesso al nostro Sé superiore.

Siediti con la schiena dritta e i piedi appoggiati al pavimento. Respira a fondo dentro di te e percepisci il tuo corpo. Senti i tuoi piedi e sfrega un paio di volte le dita sul pavimento per radicarti meglio. Poi porta l'attenzione nel tuo spazio del cuore. Riempiti il cuore di amore incondizionato e lascialo fluire in ogni direzione. Senti come quest'amore si trasforma in una sostanza donata di luce che va a riempire le cellule del tuo corpo. La luce ti scorre nella testa e purifica tutto il cervello. La luce donata fluisce anche nella tua ghiandola pineale situata al centro del cervello e la riempie con la vibrazione elevata dell'amore incondizionato. Senti l'epifisi che si risveglia e che, come una stella d'oro, comincia a risplendere in ogni direzione. Ora questo sfavillio fluisce nei tuoi chakra della testa, a partire dal chakra della fronte. Percepisci il risveglio del tuo terzo occhio, come se aprissi una finestra dall'interno e tutto venisse irrorato dalla luce dell'universo che ti illumina da dentro. Poi senti la luce che dalla ghiandola pineale fluisce nel chakra della base cranica. Prendi coscienza di come anche questo chakra si risveglia e inizia a risplendere. Ora la luce fluisce dall'epifisi ai due chakra delle orecchie e li attiva. Anche questi chakra cominciano a brillare. Infine anche il chakra della corona è immerso nella luce donata.

Senti come tutto il tuo sistema risplende colmo di luce. A questo punto la tua piramide d'oro si è ridestata. Sentila nella testa. Il chakra della fronte, quello della base cranica e i due chakra delle orecchie formano un quadrato, che in alto è connesso con il chakra della corona. Al centro c'è la ghiandola pineale, che ora funge da antenna verso il mondo spirituale.

Tratto da *La Guarigione Spirituale*, Lumira, Macro Edizioni 2015

VUOI SAPERNE DI PIÙ?

Scarica l'estratto gratuito del nuovo libro su
www.gruppomacro.com/lumira

www.gruppomacro.com

ANTONIO BERTOLI: POESIA, BELLEZZA E AUTENTICITÀ



Difficile non lasciarsi affascinare da una figura come quella di Antonio Bertoli. Per questo la notizia della sua morte ci ha colti tutti impreparati. Sapevamo da tempo di una malattia, ma nessuno aveva messo in conto che quell'uomo alto, sereno, appassionato di vita e poesia, potesse non farcela, perché sentivamo tutti che Antonio aveva ancora tanto da dire. O forse perché quel tono equilibrato, confidenziale e profondo ci sarebbe piaciuto ascoltarlo un altro po', foss'anche per sentire solo ripetere le stesse cose.



Pag. 328 - € 15,50



Pag. 256 - € 14,50



Pag. 416 - € 15,50



Durata: 350' - € 28,50



Pag. 256 - € 14,50

Quando Antonio parlava si percepiva l'anelito al vero senso dell'esistenza, quello che tutti cerchiamo, consciamente o meno, e che ci accomuna in un destino di ricerca continua. Una caccia al tesoro senza tesoro, perché strada facendo ci si accorge che il tesoro vero è la ricerca stessa. Ed è in questa ricerca che Antonio ci ha accompagnati attraverso i suoi corsi e i suoi libri. Ci è capitato spesso di incontrare Antonio durante convegni, conferenze, presentazioni, interviste e ogni volta venivamo contagiati dalla passione per la bellezza e la costante ricerca della felicità. Bellezza e felicità, due parole così a care a Bertoli, perché in grado da sole di risvegliare la poesia della vita e di trasformarla in un'opera d'arte. Perché, come diceva lui:

"L'opera d'arte è autenticità e la miglior opera d'arte è la vita. Vivila bene. Non ce ne sono altre".

Lui stesso si definiva Terapoeta, uno che ha scelto di curare la vita con la poesia, con lo stesso processo di discesa agli inferi e risalita che accompagna ogni creazione artistica autentica.

E pensare che quand'era lui a spiegarlo riusciva persino a farla apparire una cosa semplice. Abbiamo incontrato Antonio di persona lo scorso maggio e ne abbiamo approfittato per strappargli un'intervista, l'ultima, che come al solito si è rivelata una meravigliosa lezione di vita.

GUARDA GRATIS L'INTERVISTA
www.gruppomacro.com/blog/intervista-bertoli

Alla luce dei fatti quelle di Antonio sembrano le parole di un testamento spirituale che ci invita a mantenere viva l'attenzione su quella lotta interiore e inevitabile tra l'anelito a essere cioè che autenticamente siamo e la necessaria adozione del modello che società e archetipi famigliari ci impongono. Che, uscendo dalla metafora psicobiogeneologica, pos-

siamo ricondurre all'arcaica lotta tra istinto e ragione, cuore e intelletto, parte attiva e parte recettiva. Come ci racconta Bertoli nell'ultimo videocorso e nel dvd (entrambi editi con Macrovideo) sui tarocchi, cuore e intelletto sono due dei 4 arcani minori e si trovano l'uno contrapposto all'altro. Uno a sinistra, uno a destra, ma entrambi nella parte alta delle carte, quella che riguarda la spiritualità ed eleva l'uomo. L'asso di coppe, che rappresenta il cuore, è raffigurato come fosse una vera cattedrale. Ciò sta a indicare che il centro emozionale dell'uomo va costruito lentamente e con cura, come fosse per l'appunto una cattedrale. L'asso di spade invece è la lama che rompe la gabbia del pensiero e libera la mente dall'ossessione del ragionamento. Questi due arcani meglio di tutti ci sembrano rappresentare lo stile "accorato e ragionevole" di Antonio Bertoli, un terapeuta dell'anima che ha scelto di curare la vita con la poesia e ha saputo usare cuore e intelletto per ricordarci che la felicità nasce solo dalla bellezza; bellezza intesa come rispetto e presa di consapevolezza dell'opera d'arte autentica che la vita può e deve essere.

Grazie Antonio

VIDEOCORSO E DVD



Durata 540' - € 69,00



Durata 360' - € 29,50



Gruppo Macro



La Pineale, il Sole e il Perdono

Secondo Daniel Lumer

*la luce solare è una potente
fonte di ricarica energetica
e ci offre la possibilità
di un salto evolutivo
nella coscienza
umana collettiva*

Lorenzo Olivieri
.....

Docente, formatore internazionale, scrittore e conferenziere, Daniel Lumera dirige la Fondazione MyLifeDesign ed è il presidente della International School of Forgiveness. La sua esperienza e le sue ricerche hanno dato vita al modello “Life Design”, ovvero “il disegno consapevole della propria vita”, un percorso formativo diventato sistematico grazie a un lavoro d’equipe di ricerca decennale. Attualmente impegnato nella divulgazione di una cultura del perdono – inteso come abilità di vita e sociale in una dimensione integrata che esprima i valori della cooperazione, della responsabilità, della felicità e della pace – in passato si è dedicato allo studio del rapporto tra essere umano, sole e coscienza collettiva, sempre in una dimensione di crescita personale e globale.

In questa meravigliosa intervista Daniel ci spiega come sole, ghiandola pineale, coscienza e perdono siano intimamente collegati e come lavorare su di essi sia fondamentale per evolvere, come individui e come specie.

La melatonina, sostanza prodotta dalla ghiandola pineale, agisce sulla regolazione del ciclo sonno-veglia e sulla nostra salute globale, inoltre la sua produzione viene influenzata dall’esposizione al sole. Come le frequenze della luce solare possono migliorare il benessere del corpo fisico, l’energia vitale, le emozioni e i pensieri?

Per comprendere l’interessante relazione tra ghiandola pineale, luce solare e stati di coscienza bisogna esplorare l’intima relazione che esiste tra il comportamento del sole e il mondo interiore di ogni individuo. L’attività solare è capace di influenzare potentemente il nostro sistema percettivo,

cognitivo e comportamentale, giungendo ad alterare gli stati di coscienza che viviamo, proprio come accade durante l'assunzione di sostanze psicotrope.

Le tempeste solari influenzano non solo la nostra tecnologia, ma anche la nostra biologia: lo scienziato e biofisico tedesco Dieter Broers ha spiegato che possono alterare tutte le risposte psico-fisiologiche (piano mentale-emotivo-fisico) e quindi anche il nostro comportamento, dato che agiscono sul sistema nervoso centrale e su tutte le attività del cervello. Quando vengono alterati i campi elettromagnetici che circondano e compenetrano gli esseri umani, si possono verificare cambi repentini di umore, irritabilità, nervosismo, ansia, ma anche risposte più gravi come tremore, esaurimento, mal di testa, problemi di memoria, palpitazioni, fino a giungere, quando le distorsioni sono molto potenti, a stati di coscienza simili a quelli causati da potenti allucinogeni o da esperienze mistiche.

Negli ultimi anni sempre più scienziati hanno sviluppato ricerche sulla relazione tra le alterazioni del campo magnetico della terra provocate dalle tempeste solari e l'influenza di questi fenomeni sulla nostra percezione della realtà, a cominciare dalla cognizione di tempo/spazio (il tempo si dilata o si accorcia, cambia la percezione dello spazio ecc.).

La luce solare contiene delle informazioni che possono modificare la materia, l'energia vitale, le emozioni, il campo mentale e la coscienza. Durante una forte tempesta solare queste informazioni arrivano in una quantità molto più elevata, capace anche di accelerare un cambiamento nella coscienza collettiva, oltre che in quella individuale. L'energia fotonica è capace di purificare e innalzare le frequenze delle nostre cellule, delle emozioni e dei pensieri, ripulendo tutte le frequenze basse e distorte.

Per questo durante le tempeste geomagnetiche potrebbero verificarsi dei rilasci emozionali e mentali molto intensi che, dalla mia prospettiva,

appartengono a un processo di purificazione e cambio di frequenze del nostro processo evolutivo.

Intendi dire che le tempeste solari possono innescare un saluto quantico nella coscienza umana collettiva?

Mi piace pensare alle tempeste solari come a delle accelerazioni evolutive che arrivano in questa parte dell'Universo e che possono determinare un'apertura nella coscienza umana collettiva e contribuire a una nuova visione della realtà. Molte persone le avvertono poco prima che accadano: cambi di umore, nuove emozioni e stati d'animo, alcuni sono spinti ad attuare grandi cambiamenti e ad aprirsi a nuove possibilità. Certo è che la coscienza collettiva umana, al livello evolutivo attuale, vive immersa in uno stato ipnotico, alterato e incosciente. Un cambiamento di frequenze potrebbe aprire milioni di coscienze e creare i presupposti per generare un reale cambiamento globale e farci passare da una fase evolutiva basata sulla competizione, sulla violenza e sull'individualismo a un nuovo momento, in cui riusciremo realmente ad applicare coerentemente i principi di cooperazione, di pace e consapevolezza.

Esporsi al sole favorisce la produzione di serotonina, che è la sostanza utilizzata dalla pineale per produrre la melatonina la quale è collegata al buon umore e a buoni livelli di energia.

Per questo da circa dieci anni abbiamo elaborato un sistema per energizzarsi con la luce del sole, *Heliosis*, che ha come obiettivo proprio quello di migliorare qualità della vita, forza vitale ed energia interiore, proprio mediante l'esposizione consapevole alla luce del sole e la coordinazione di una particolare tecnica respiratoria combinata con specifiche visualizzazioni e intenzioni. Luce solare, ghiandola pineale e stati di coscienza sono strettamente relazionati. Conoscendo bene come utilizzare il sole come fonte di ricarica energetica è possibile incidere sulla qualità degli stati di coscienza.

Secondo la PNEI il piacere, l'amore e la spiritualità hanno un potere immunostimolante

.....

Sappiamo che la ghiandola pineale produce melatonina e che la melatonina è fondamentale per il mantenimento della salute. Come possiamo preservare e mantenere giovane e ben funzionante la nostra ghiandola pineale?

Per una ghiandola pineale in equilibrio, capace di produrre la melatonina che ci serve per una buona salute fisica e mentale, abbiamo a disposizione cinque strumenti fondamentali.

Il primo è la risata. Ridere fa bene. Esistono diversi esperimenti i quali dimostrano che la risata e il buon umore, soprattutto la sera, innalzano la concentrazione di melatonina nel latte materno.

Il secondo fattore che attiva la ghiandola pineale è la nostra relazione con il sole. Come ho già detto prima è possibile utilizzare diverse tecniche di esposizione ed energizzazione mediante la luce solare, come ad esempio l'esperienza di *Heliosis*, che incidono positivamente sull'attività della pineale.



Il terzo fattore attivante è la temperatura del corpo: la melatonina contribuisce a regolare la temperatura corporea. Quando la temperatura è troppo bassa ($35,5^{\circ}\text{C}$) potrebbe voler dire che la pineale non sta funzionando bene. Normalmente la bassa temperatura del corpo inibisce il funzionamento della pineale e favorisce la produzione degli ormoni dello stress. Dunque, tutto quello che aumenta la temperatura corporea (bagni caldi, sport, cibi caldi, bevande calde), attiva la pineale.

Il quarto fattore è relativo all'ambiente in cui dormiamo: poiché la produzione di melatonina avviene al buio bisognerebbe dormire in un ambiente completamente oscuro. In questo modo la ghiandola pineale dovrebbe garantire un sonno ottimale e ristoratore. La produzione di melatonina da parte della pineale inizia circa alle 21, raggiunge un picco massimo all'una di notte e finisce alle prime luci dell'alba. Per questa ragione l'utilizzo serale di monitor, pc, telefonini e altre fonti luminose inibisce la sua attività. Il quinto e ultimo fattore è l'Amore. Secondo la PNEI il piacere, l'amore e la spiritualità hanno un potere immunostimolante. Un cuore che ama aumenta la produzione del fattore natriuretico atriale (ANF), un ormone che stimola la ghiandola pineale e la

produzione di pinolina, un ormone neurotrasmettitore presente nella ghiandola pineale durante il metabolismo della melatonina

Hai scritto un libro intitolato *Il Codice della Luce* in cui spieghi che la Luce conosce il linguaggio dell'Anima: potresti spiegarci meglio questo passaggio?

La luce solare, dal mio punto di vista, è uno degli alimenti e delle medicine più potenti a nostra disposizione, ed è anche gratuita. Peccato che questa conoscenza non sia divulgata e utilizzata come dovrebbe.

Sapersi esporre alla luce del sole non vuol dire semplicemente addormentarsi o rilassarsi sotto i suoi raggi, ma è una vera e propria arte, capace di generare un potere rivitalizzante senza eguali. La luce porta un'informazione di vita, ma è necessario sintonizzarsi sulla sua frequenza per poter beneficiare appieno delle sue risorse. Normalmente l'essere umano ignora questa possibilità e si espone alla luce senza avere la capacità di assorbirne gli elementi vitali più profondi ed efficaci. Prendere il sole e accoglierne la luce è un evento straordinario, che mette in moto delle dinamiche chimiche molto potenti e attiva energie capaci di farci progredire nella nostra evoluzione. Ma non è solo una questione chimica: la luce solare è in grado di trasmetterci la saggezza, la bellezza, la pace e l'amore necessari per la nostra evoluzione. Tutto il nostro essere dovrebbe predisporre a ricevere questi doni. Per poter assorbire le informazioni più profonde e benefiche del sole è fondamentale il corretto atteggiamento interiore. Può sembrare strano ma è proprio così: se ci si espone al sole, ma la mente è distratta e i pensieri inseguono le emozioni, non si è in grado di ricevere tutto ciò che questa stella è in grado di dare. L'arte di assorbire gli elementi vitali più potenti ed efficaci della luce solare consiste in un particolare atteggiamento interiore capace di predisporci alla condizione adatta.

Non è solo una questione chimica: la luce solare è in grado di trasmetterci la saggezza, la bellezza, la pace e l'amore necessari per la nostra evoluzione

.....

Dal punto di vista filosofico, possiamo definire il sole come una fonte continua di Amore Incondizionato. Il settimo passo del tuo testo *I 7 Passi del Perdono* è intitolato “Il Perdono con il Sole”. Perché hai unito il Sole con questo metodo che insegni nella Scuola Internazionale del Perdono da te fondata?

Il Sole è considerato dall'antichità il cuore di tutti i fenomeni, il simbolo della verità, l'occhio della giustizia e dell'uguaglianza, l'origine della saggezza e la fonte della compassione divina, il guaritore delle malattie fisiche e spirituali. È innanzitutto la fonte primigenia della vita, della fecondità, della crescita e dell'abbondanza. Non vi è popolazione, dalle più arcaiche alle prime civiltà fluviali, che non lo abbia eletto come Dio che governa i destini umani: dai Persiani agli Inca, dagli Africani ai Celti, dai Giapponesi agli Indiani d'America, dagli Egiziani agli abitanti dell'Oceania. I nomi con cui si è venerata la nostra stella vanno da Horus (poi trasformato nell'egizio Ra o Re Atum), a Mitra, il Dio Sole latino chiamato anche “Sol Invictus”, fino a oltre circa 500 definizioni in tutte le civiltà precristiane della Terra. Durante i miei studi a contatto con le culture ancestrali del pianeta ho recuperato delle tecniche antiche 4000 anni, tra cui una chiamata “Il perdono Solare”, che ci permette di comprendere perché il perdono, essendo un atto di amore incondizionato, ci avvicina alla nostra coscienza solare, al nostro essere un centro di emanazione di amore, vita e luce. Per questo ho deciso di inserirla nel programma di studi della International School of Forgiveness, un progetto

formativo internazionale che studia il profondo impatto del perdono negli individui, nelle relazioni e nella società.

Roma: 11 e 12 marzo 2016

La Giornata Internazionale del Perdono



La Giornata Internazionale del Perdono si celebrerà l'11 e 12 marzo a Roma, presso il Campidoglio.

L'11 marzo sarà un evento internazionale laico, apolitico e apartitico, con lo scopo di celebrare il perdono come strumento indispensabile per costruire un nuovo modo di essere umani.

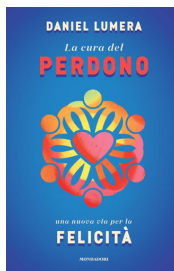
Tra i presenti ci saranno il professor Ervin Laszlo, la scrittrice africana Yolande Mukagasana, l'attore Sergio Rubini, l'ex pm Gherardo Colombo, e altre eccellenze internazionali nel campo della filosofia, della cultura e della scienza. Ci saranno monologhi, dialoghi e anche, in anteprima mondiale un concerto di musica classica interamente dedicato al perdono.

Il 12 marzo, in collaborazione con Macrolibrarsi, ci sarà una giornata esperienziale dal titolo "La Cura del Perdono" dove farò sperimentare il potere del perdono nella qualità delle nostre vite, per la salute, le relazioni e anche il profondo impatto sulla coscienza collettiva. Il perdono fa parte di una nuova educazione alla consapevolezza; una strategia evolutiva necessaria per la salute, il benessere e la qualità della vita. È una delle abilità personali e sociali necessarie nella nuova educazione per tutti gli individui, e soprattutto nella formazione dei nuovi leader.

Il 13 marzo in diverse piazze italiane e anche in Francia faremo un flash mob sul perdono (per partecipare con la propria città potete prendere contatti dal sito www.per-dono.it)

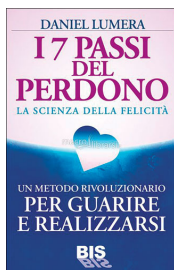
Potete sostenere la Giornata Internazionale del Perdono in molti modi. Sia partecipando alle attività e sia facendo una donazione tramite il sito della fondazione My Life Design www.mylifedesignfoundation.org con la causale GIP 2016.

Consigli di Lettura



[La Cura del Perdono](#)

Una nuova via per la felicità
Mondadori, 2016



[I 7 Passi del Perdono - La Scienza della Felicità](#)

Un metodo rivoluzionario per guarire e realizzarsi
Bis Edizioni, 2013



[Il Codice della Luce](#)

Nutrirti e guarire con il Sole
Anima Edizioni, 2011

Lorenzo Olivieri

Digital Event Organizer, si occupa di organizzazione di eventi da quando era adolescente. È consulente digitale per i professionisti nel campo della formazione personale, professionale e olistica per ideare, pianificare, progettare, gestire l'organizzazione e la comunicazione sul web dei loro eventi dal vivo attraverso l'innovativo progetto eventosoldout.it. Organizza eventi e convegni formativi nei settori benessere e imprenditoria giovanile.

VUOI METTERTI A DIETA? FERMATI, NON FARLO

C'È UNA BUONA NOTIZIA PER TE: SE VUOI DIMAGRIRE SUL SERIO E PER SEMPRE
QUELLO CHE TI SERVE NON È UNA DIETA



I dati reali delle statistiche dimostrano che la dieta restrittiva non funziona mai a lungo termine.

Se lo facesse, tutti avremmo un aspetto favoloso e nessuno dovrebbe mai più scrivere un altro libro sul dimagrimento. Invece, mese dopo mese, spunta qualche nuovo tipo di dieta che promette di svelare i segreti come fare per perdere «5 chili in 10 giorni» o per «Briare il grasso come per magia!».

Senza alcun dubbio gli autori e gli esperti che stanno dietro a tali programmi agiscono in base alle migliori informazioni, ma tutte le diete sono create sulla stessa premessa sbagliata, secondo la quale il solo modo per perdere peso con la forza, la volontà e la restrizione.

Fondamentalmente, si finisce per entrare in guerra con il proprio corpo, lottando giorno e notte contro le voglie alimentari e sperando di riuscire in qualche modo a vincer duro in questa lotta per il resto della nostra vita. La triste realtà è che tutte le diete nascono contenendo in sé il seme del fallimento.

Se non arrivate al fulcro del problema, il vostro corpo saboterà ogni sforzo, rendendovi insaziabilmente affamati di tutti i cibi sbagliati.

Jon Gabriel, esperto internazionale di dimagrimento, ti spiega un rivoluzionario metodo attraverso il quale lui ha perso 100 chili senza ricorrere a diete e privazioni. L'autore riporta i suoi studi sulle ricerche e le tecniche più aggiornate: **il potere della mente**, dimostrando come e perché questa tecnica di dimagrimento è così efficace. Grazie a qualche minuto di visualizzazione quotidiana imparerai a:

- liberarti da credenze e schemi negativi riguardo al cibo
- ridurre la fame e velocizzare il metabolismo
- superare le forme di stress e i problemi emotivi che possono indurre l'aumento di peso
- riscoprire la gioia del movimento
- creare abitudini sane per tutta la vita
- eliminare le voglie e la dipendenza dal cibo spazzato
- migliorare il sonno e aumentare l'energia

Tutti questi fatti
insieme alle visualizzazioni
uniche e personali spiegate dall'autore
condurranno a una **perdita di peso naturale**
è come se il corpo volesse
veramente essere magro

JON CI SPIEGA COME HA PERSO 100 CHILI IN POCO TEMPO SENZA RICORRERE A DIETE

Nel 2001 Jon Gabriel pesava circa 185 chili. Era sovrappeso, lavorava troppo, era infelice e sull'orlo della rinuncia. Poi, l'11 settembre 2001, Jon ricevette un campanello d'allarme importante quando, per puro caso, non salì sul volo 93 della United Airlines che si schiantò. L'evento fece comprendere a Jon che la vita è una preziosa opportunità da non sprecare.

Nel corso dei successivi due anni e mezzo, Jon perse più della metà del suo peso senza ricorrere a diete, pillole o interventi chirurgici, utilizzando solo la tecnica della visualizzazione, che sfrutta il potere della mente.



L'uomo prima e dopo

“ Perché dovrete ascoltarci? **Una volta pesavo 185 chili.** Ero fortemente obeso, la mia salute e la mia vita erano a rischio. Per undici anni ho provato qualunque dieta, da quelle ipocaloriche a quelle prive di grassi, da quelle ad alto contenuto proteico a quelle a basso contenuto di carboidrati. Ho visto medici, naturopati, omeopati, personal trainer e nutrizionisti, ma nessuno di loro sembrava comprendere il vero problema. All'inizio perdevo peso, ma dopo qualche settimana (o qualche mese) di dieta, le mie intense voglie di cibo riprendevano completamente il sopravvento e facevo una grossa abbuffata. Nel giro di pochi giorni riprendevo tutto il peso perduto.

Intuitivamente sapevo di dovermi rivolgere al vero motivo per cui il mio corpo mi stava obbligando a ingrassare:

Fu così che, per pura disperazione, cominciai a usare la pratica mente-corpo della visualizzazione guidata. Due anni dopo avevo raggiunto il mio peso ideale e il mio corpo ideale. Quando dico ideale, voglio dire proprio questo. Pesavo 85 chili ed ero magro e sano.

Com'era possibile? La sfida più grande del dimagrimento non consiste nel trovare la dieta perfetta o la serie perfetta di esercizi fisici; consiste piuttosto nel **convincere il vostro cervello che il vostro corpo ha bisogno di essere magro.** Da lì tutto consegue in modo naturale. E queste pratiche di visualizzazione vanno direttamente alla radice delle cause dell'aumento di peso, per far desiderare al vostro corpo di volere realmente essere magro.



Tratto da *Il Metodo Gabriel*, Jon Gabriel, Macro Edizioni 2016

Scopri il Metodo Gabriel su:
gruppomacro.com/metodogabriel

- Scarica l'estratto gratuito del libro
- Guarda i video di presentazione
- Leggi le testimonianze

IL LIBRO IN PILLOLE



IL LIBRO IN UNA FRASE: "Anziché andare contro al vostro corpo, esiste un'altra soluzione molto efficace: potete usare la visualizzazione per far funzionare la mente e il corpo all'unisono".



FOCUS SULL'AUTORE: è la testimonianza vivente che il suo metodo funziona, e per sempre.



PERCHÉ LEGGERLO: per ottenere e mantenere una volta per tutte il peso che desiderate.



POTREBBE PIACERTI ANCHE: *Il potere invisibile della visualizzazione*, Genevieve Behrend, Macro Edizioni



Gruppo Macro

Scienza e Conoscenza è anche sui Social!

**Seguici
anche tu
su Facebook!
Siamo già
70.000
persone**



diventa fan su
facebook

Oppure su



Gli articoli più letti on line degli ultimi mesi

BUDDHISMO, FISICA QUANTISTICA E GUARIGIONE

La rottura dell'armonia tra macrocosmo universale e microcosmo individuale è all'origine della malattia

LA FISICA QUANTISTICA SPIEGATA IN MODO SEMPLICE: L'ENTANGLEMENT

INTESTINO ED EMOZIONI

Scopri come le emozioni sono alla base dei più comuni disturbi intestinali

QUARTA DIMENSIONE: COS'È DAVVERO?

Spiegata in modo semplice, la quarta dimensione ci fa capire come il tempo scorre

CHE COS'È LA SCRITTURA??

Scopri questa terapia psicologica su basi quantistiche

SAI CHE COS'È L'ALIMENTAZIONE MORFOFI- SIOLOGICA?

Scopri cosa significa mangiare in accordo con la fisiologia del nostro organismo

COSA SONO I NUMERI PRIMI?

Dal matematico e filosofo Euclide fino alla non ancora risolta Congettura dei numeri primi: un curioso viaggio nel favoloso mondo della matematica

PERDERE PESO CON L'ERBA DI GRANO

Scopri perché l'erba di grano è utile per perdere peso e mantenersi in salute

TUMORE AL SENO: UNA VALIDA ALTERNATIVA DIAGNOSTICA ALLA MAMMOGRAFIA

DOBI Comfortscan è un innovativo strumento per la diagnosi precoce del tumore alla mammella che evita i fastidi della mammografia

VEGETARIANO O VEGANO?

I germogli sono la tua miglior fonte di proteine!

Scopri tutti

www.scienzaeconoscenza.it/classifica_articoli.p



La meditazione aiuta a guarire

*L'umanizzazione delle cure
oncologiche e il metodo
ArmoniosaMente*

Gioacchino Pagliaro

In questi ultimi decenni la concezione dell'uomo in ambito sanitario si è profondamente modificata. Se in passato l'essere umano era considerato un soggetto passivo, un oggetto della cura, oggi è ritenuto un fruitore di servizi da informare e coinvolgere. Negli ultimi anni, diversi fattori hanno contribuito ad alimentare questo interessante cambiamento e due in particolare si sono rivelati determinanti. Il primo è costituito da una critica sempre più forte alla “cultura organizzativa” delle Aziende Sanitarie che, nell'intento di riorganizzare le attività cliniche in modo efficace ed efficiente, ha finito per produrre percorsi terapeutici rigidi e standardizzati, coerenti con una visione protocollare ma distanti dalle necessità e dai bisogni espressi dai pazienti. Emblematico e paradossale è il fatto che la definizione dei percorsi terapeutici, che doveva favorire l'umanizzazione dell'intervento, finiva per disumanizzarlo, conferendo più importanza alle procedure, alle esigenze economiche che alla comunicazione e alla relazione con il paziente e con i suoi familiari. In tal modo si ignorava così il fatto che la comunicazione e la relazione rappresentano i costituenti fondamentali della tanta evocata centralità del paziente.

Il secondo fattore corrisponde alla necessità di ricomporre il sapere sanitario, facendolo uscire dalla logica della frammentazione disciplinare iper-specialistica e da quella della “riparazione meccanica” della parte malata.

Una revisione dei concetti di salute e malattia

Come accennavo, tale cambiamento ha permesso un passaggio importante anche nella rappresentazione del concetto di salute e di malattia.

La malattia viene riletta più correttamente come un processo di squilibrio che riguarda la persona nella sua unità Mente-Corpo, in relazione con la dimensione energetica della realtà circostante

.....

Nella cultura occidentale, ancora dominata dal modello deterministico e riduzionista, la tendenza è quella di considerare la malattia come un'alterazione, una lesione o un'aggressione dall'esterno. Spesso e in modo particolare nel caso del cancro, viene utilizzata la metafora bellica, sia in riferimento all'aggressione effettuata dalla malattia sul corpo, sia in riferimento all'idea di battaglia da combattere per sconfiggerla. Questa modalità interpretativa anziché consentire di percepire la malattia come qualcosa di legato alle abitudini o agli stili di vita, all'inquinamento e come tale parte di un processo più ampio, aumenta soltanto il sentimento di timore verso di essa e ne impedisce una corretta comprensione.

Secondo il nuovo paradigma la malattia non viene più considerata aprioristicamente entro certe teorie meccanicistiche, ma come una delle reazioni possibili dell'organismo a uno squilibrio con l'ambiente in cui vive.

Questa nuova visione, partendo da premesse eco-sistemiche, consente di collocare il processo patologico entro una dimensione più vasta di tipo olistico, che comprende il piano energetico, mentale e spirituale.

La malattia viene riletta più correttamente come un processo di squilibrio che riguarda la persona nella sua unità Mente-Corpo, in relazione con la dimensione energetica della realtà circostante.

Conseguentemente, anche la salute assume il significato di condizione ideale di interconnessione tra il microcosmo individuale e il macrocosmo della realtà più vasta, tale per cui la malattia – come ho detto – appare come una disfunzionalità all'interno di quell'interazione.

Il modello olistico in oncologia

Oggi, determinismo e riduzionismo, tanto in biologia quanto in medicina e psicologia, sono finalmente costretti a ridimensionarsi e a misurarsi con nuove teorie che si basano sui principi dell'interconnessione e che considerano il piano biologico in costante interscambio con l'ambiente circostante, attraverso flussi di energia.

La persona viene considerata come un soggetto attivo del processo di guarigione, in grado di contribuire con gli atteggiamenti mentali e con le emozioni, a mobilitare le proprie capacità di guarigione.

Ecco perché un programma efficace di cura deve sempre porsi come obiettivi prioritari quelli di sollecitare ogni persona ad attivare le proprie risorse interne, a sviluppare una nuova forma di consapevolezza di sé e della cura, allo scopo di partecipare in modo efficace alla sua guarigione, operando cambiamenti nelle sue convinzioni e nei suoi sistemi di credenze.

Una visione olistica della cura del tumore non può non prendere in considerazione le seguenti sfide:

- la ricomposizione dei saperi,
- l'umanizzazione degli interventi,
- l'azione sugli stili di vita e la diffusione delle pratiche Mente-Corpo-Energia.

Consideriamole una per volta.



Per alcuni secoli si è creduto che per conoscere il funzionamento dell'organismo bastasse frammentarlo, ovvero scomporlo nelle sue parti più semplici. Questo, da un lato, ha permesso di conoscere in modo estremamente dettagliato il funzionamento delle singole parti di ogni organo, sistema, apparato o processo ma, dall'altro ha prodotto saperi iperspecialistici che non trovano un'adeguata ricomposizione all'interno di una visione più unitaria.

Ricomporre i saperi significa innanzitutto creare una nuova rappresentazione dell'organismo umano come costituito da un'unità Mente-Corpo-Energia, in cui ogni cambiamento nello stato energetico o mentale è accompagnato da un cambiamento nella condizione fisiologica. Il corpo e la mente sono concepiti come due aspetti dell'energia, in quanto il corpo ne costituisce la manifestazione più visibile, mentre invece la mente costituisce la sua manifestazione più sottile.

Anche per quanto riguarda l'umanizzazione delle cure e gli interventi sugli stili di vita vorrei fare due brevi considerazioni.

La diagnosi di tumore e tutto ciò che ne consegue hanno spesso, sulla vita dei malati e della loro famiglia, un impatto fortemente negativo che va ben aldilà dei sintomi fisici su cui di solito si concentra tutta l'attenzione.

Accade di frequente che l'intero sistema familiare venga colto da vissuti negativi quali paura, ansia, sgomento o depressione e che la presenza di questi stessi disturbi possa limitare l'individuo e i suoi familiari nella gestione delle attività e della vita quotidiana, innescando alle volte anche problemi di natura sociale ed economica.

Nonostante l'importanza di questi aspetti e le evidenze scientifiche a riguardo, presenti in letteratura ormai da almeno quattro decenni, succede ancora molto frequentemente che i bisogni psicologici dei pazienti e delle loro famiglie non siano considerati così come sarebbe opportuno fare. È quindi necessaria una maggiore sensibilità, da parte dei professionisti sanitari, rispetto al danno potenziale che una mancata attenzione verso gli aspetti psicologici delle cure può avere sul processo di guarigione dalla malattia, e più in generale sulla qualità della vita dei pazienti.

In tal senso sono emblematiche le ricerche, condotte in ambito oncologico, che evidenziano come l'assistenza psicologica contribuisce a ridurre i tempi del percorso di cura o addirittura incide in modo significativo sul prolungamento della vita.

L'obiettivo dell'umanizzazione delle cure è anche quello di riconoscere e di prendere in considerazione tutti gli effetti che la diagnosi oncologica e i successivi trattamenti hanno sullo stato mentale e sul benessere emotivo del paziente e dei suoi familiari o *caregiver*, che a volte condiziona pesantemente l'aspettativa di guarigione.

Saper accogliere il disagio della persona malata, saperla sostenere, aver sviluppato una buona empatia e saper comunicare e discutere con lei anche le notizie più negative, rappresentano elementi di centrale importanza nella cura.

All'interno di una prospettiva di umanizzazione delle cure vi sono quindi due aspetti nodali.

Da un lato vi è la presenza di una relazione terapeutica forte tra medici, professionisti sanitari e pazienti, in quanto la possibilità per i pazienti di essere accompagnati durante la malattia e di sentirsi sempre accolti e mai

abbandonati costituisce un elemento importante nel processo di guarigione. Dall'altro vi sono, come si accennava poco sopra, gli aspetti più strettamente relativi alla comunicazione: nel momento della comunicazione della diagnosi o della discussione del piano di trattamento, accade spesso che le figure professionali sovrastimino le conoscenze o il livello culturale dei loro pazienti e che utilizzino una terminologia altamente specialistica difficile da comprendere.

L'educazione olistica del paziente

Se i pazienti non vengono adeguatamente istruiti e se non hanno ben chiaro il loro percorso terapeutico, possono aumentare i loro livelli di stress e di tensione, assumere i farmaci in modo inadeguato o scorretto e questo può, di conseguenza, causare una riduzione della loro qualità di vita, un aumento della frequenza delle visite mediche in urgenza o addirittura costringerli a delle ri-ospedalizzazioni. In questo senso l'educazione del paziente e di chi si occupa di lui, intesa come una comunicazione di informazioni da parte dei sanitari il più completa ed esaustiva possibile, rappresenta un aspetto davvero molto importante.

Proprio perché fornire informazioni corrette e complete, ai pazienti e ai loro familiari o caregiver, rappresenta uno degli elementi più delicati del trattamento oncologico, anche gli interventi sui corretti stili di vita non devono passare in secondo piano.

Quando si parla di interventi sugli stili di vita, non si tratta solo di far evitare condotte a rischio ma si fa riferimento al fatto di fornire informazioni ai pazienti anche riguardo all'importanza dell'alimentazione, del riposo, dell'attività motoria e del tempo libero.

Come ha dimostrato il World Cancer Research Fund International and American Institute for Cancer Research, sono numerose le ricerche che dimostrano come un'attività motoria giornaliera, costante e moderata, sia in grado di diminuire i rischi di recidiva in pazienti affette dal tumore alla

mammella (World Cancer Research Fund International and American Institute for Cancer Research, 2007).

La meditazione, il qi-gong, il thai qi, lo yoga che contribuiscono a liberare la mente dal logorio mentale, a favorire il risveglio della coscienza e a ristabilire il benessere globale della persona attraverso il suo riequilibrio energetico

.....

Una buona informazione e interventi di educazione alla salute risultano essere utili sin dal momento della diagnosi per aiutare le persone malate, ma anche i familiari e i caregiver, a orientarsi sui nuovi stili di vita, a introdursi in modo più attivo nelle procedure cliniche, e a prendere parte nel processo di cura.

Ecco allora che anche il processo informativo-educativo, rispetto agli stili di vita, assume un enorme rilievo.

Le pratiche Mente-Corpo

Un ruolo determinante è svolto anche dalla meditazione, dal qi-gong, dal thai qi, dallo yoga che contribuiscono a liberare la mente dal logorio mentale, a favorire il risveglio della coscienza e a ristabilire il benessere globale della persona attraverso il suo riequilibrio energetico. Il risveglio della coscienza e il riequilibrio energetico operato da queste pratiche consentono ai praticanti di modificare stabilmente le abitudini scorrette.

Alcune di queste pratiche, pur mantenendo intatta la loro struttura di fondo, sono state adattate alla cultura occidentale, affinché potessero essere messe poi a disposizione di un pubblico più vasto (vedi i lavori fatti da H. Benson e da C. Simonton).

Negli ultimi decenni in Occidente si sta assistendo a una sempre più rapida espansione delle pratiche Mente-Corpo. Non è un caso che oggi nei due centri oncologici più prestigiosi al mondo, l'Anderson Cancer Center e lo Sloan Memorial Kettering Cancer Institute, siano utilizzate la meditazione, lo yoga e il qi-gong.

Quando si parla di meditazione va detto, innanzitutto, che può avere molteplici definizioni, non sempre coincidenti tra loro. Questo dipende dal fatto che essa assume connotazioni e sfumature differenti in base alle tradizioni culturali e filosofiche a cui si fa riferimento.

La meditazione in ambito psicologico e medico è considerata come un addestramento alla presenza mentale che, attraverso l'acquietamento della mente e l'attivazione di una particolare forma di consapevolezza, agisce beneficamente sul piano mentale, spirituale, energetico e fisico.

Quando si medita l'attività del pensiero viene, infatti, lasciata fluire liberamente, accettando quello che accade senza che gli venga attribuito alcun giudizio o valore. A oggi la meditazione può essere ritenuta anche una vera e propria forma di terapia poiché si è rivelata una pratica utile a liberare l'essere umano dalla sofferenza. In questo senso lo scopo della meditazione è quello di migliorare la qualità della vita, liberandosi da emozioni e fattori mentali nocivi e da tutto ciò che turba o affligge (Pagliaro, 2004).

La meditazione è una pratica accessibile a tutti, per la quale non ci sono limiti di età, di ordine culturale o di tipo religioso. Si può meditare senza dover modificare la propria fede, senza doversi avvicinare a una qualche religione e senza dover modificare la propria cultura di appartenenza.

Non va scordato che la meditazione nelle medicine orientali, in particolare in quella ayurvedica, nella medicina cinese, nella medicina tibetana e nella medicina taoista, è considerata un'importante pratica di cura finalizzata al ristabilimento della salute.

In Occidente il medico che per primo ha studiato gli effetti della meditazione nel trattamento di alcune patologie organiche, è stato Herbert

Benson, all'epoca cardiologo e direttore del Mind-Body Institute della Harvard Medical School.

C. Simonton sosteneva che quando nella nostra mente creiamo un'immagine è come se, nello stesso momento, stessimo già creando anche le condizioni per realizzare ciò che stiamo immaginando

.....

Gli studi di K. Wallace, Benson, R. Davidson sono riusciti a dimostrare l'efficacia della meditazione anche nel trattamento dell'ansia, dello stress, della depressione, dei disturbi digestivi, delle patologie cardiovascolari, delle patologie del colon irritabile, delle cefalee e dell'insonnia e in ambito oncologico.

Anche Miller, Fletcher e Kabat-Zinn, studiosi del Dipartimento di Psichiatria del Massachussets, hanno dimostrato l'efficacia della meditazione, nel trattamento di alcuni importanti disturbi psicopatologici. I tre ricercatori, infatti, hanno effettuato un follow-up, dopo 3 anni, su 22 pazienti sottoposti a un programma di meditazione per disturbi di ansia e attacchi di panico, dimostrando ottimi risultati di efficacia della pratica di meditazione per la cura di queste patologie.

Il metodo ArmoniosaMente in Oncologia

In ambito oncologico sono stati in particolare gli studi di C. Simonton a dimostrare l'efficacia della meditazione unita a una corretta informazione, alle ristrutturazioni cognitive e all'associazione con le più tradizionali cure mediche (C. Simonton, S. Simonton, J. Creighton; *Getting well again*, 1980). Alla fine degli anni Settanta, C. Simonton iniziò una fervida attività di ricerca, utilizzando l'applicazione del suo metodo su 159 pazienti considerati incurabili dal punto di vista medico.

Fu con questa sperimentazione che riuscì a dimostrare che era aumentata la sopravvivenza da 3 a 4 volte in ben 63 di quei pazienti, favorendo in loro anche un netto miglioramento della qualità della vita (C. Simonton, 1980).

A oggi il metodo Simonton è uno dei metodi più noti di trattamento del tumore con l'utilizzo di pratiche di visualizzazione, di Meditazione e di terapia cognitiva ed è attualmente praticato non solo in America ma anche in Europa e in Italia. Negli USA, dopo i trattamenti chirurgici, le cure farmacologiche e la radioterapia, è riconosciuta dal National Institute of Health come la quarta forma di cura del tumore.

I risultati delle ricerche compiute da Simonton sono stati confermati anche da altri studi realizzati in ambito oncologico.

Focalizzando l'attenzione su situazioni di malattia cronica, diverse ricerche hanno cercato di evidenziare gli effetti della meditazione sui sintomi fisici e psicologici ad esse connesse, dimostrando una diminuzione dei livelli di dolore, ansia, depressione, stress e un miglioramento dell'umore e dell'autostima. Altri recenti studi hanno analizzato gli effetti delle pratiche meditative nel trattamento del dolore connesso a patologie mediche.

In Italia, il metodo più diffuso di applicazione della meditazione, basato sullo sviluppo di questi principi, è rappresentato dal sistema "ArmoniosaMente".

Il nome ha volutamente una "M" maiuscola per definire la centralità della mente in questo metodo che, rifacendosi ai principi teorici della fisica quantistica, intende creare una condizione di armonia nel sistema energetico della persona malata.

Nel Dipartimento Oncologico dell'AUSL di Bologna, la meditazione è stata introdotta dal 2003: l'esperienza era rivolta per la prima volta alle pazienti con tumore alla mammella e integrava la meditazione con un'azione di educazione sanitaria, con trattamenti di tipo cognitivo e con attività di supporto psicologico.

Questo progetto si basa su tre pilastri:

- informazione sanitaria;
- informazione sui corretti stili di vita;
- apprendimento della Meditazione e ristrutturazione in chiave cognitiva dell'esperienza di malattia.

Il metodo si articola in due fasi.

La prima, condotta da diversi medici specialisti, prevede nove incontri a cadenza settimanale e ha l'obiettivo di:

- offrire una corretta informazione sul tumore alla mammella;
- sviluppare nelle pazienti un atteggiamento mentale fiducioso nei confronti delle terapie, per mobilitare le risorse interne del paziente;
- consentire ai medici di potenziare la dimensione relazionale della cura.

All'interno di questa prima fase, le pazienti hanno la possibilità di incontrare tutti i medici specialisti che si prenderanno cura di loro durante l'iter terapeutico e quindi più nello specifico: il senologo, l'anatomopatologo, il chirurgo, il chirurgo plastico, l'angiologo, l'oncologo, il radioterapista, il dietologo e il medico dello sport.

I risultati di questi primi incontri, solitamente, consistono in un'aumentata fiducia nei confronti delle terapie, in un aumentato senso di controllo verso l'esperienza di malattia e in un accrescimento del sentimento di speranza rispetto alle possibilità di guarigione.

La seconda fase prevede cinque incontri, sempre a cadenza settimanale tenuti dallo psicologo, esperto in pratiche meditative, con l'obiettivo principale di insegnare alle pazienti una pratica curativa di meditazione derivante dalla medicina tibetana. L'apprendimento di tale pratica è finalizzata a:

- aiutare le pazienti a gestire meglio stati emotivi negativi quali ansia, tensione, stress, depressione;
- migliorare il rapporto delle pazienti con il proprio corpo malato;
- generare un atteggiamento più funzionale nei confronti della malattia;
- rafforzare il sistema immunitario;
- operare ristrutturazioni cognitive rispetto ad alcune convinzioni disfunzionali.

All'interno di questa seconda fase è prevista anche la somministrazione di un Test (Profile Of Mood States; POMS) al fine di rilevare i miglioramenti sul piano psicologico.

Dopo un mese dall'ultimo incontro ogni gruppo viene riconvocato per una valutazione delle condizioni psicologiche e dello stato di apprendimento della pratica per poi continuare a incontrarsi, a cadenza mensile, per i tre mesi successivi, così da consentire un senso di continuità richiesto dalle stesse pazienti.

Grazie a questo metodo le pazienti vengono aidate a dare un nuovo senso alla loro esistenza, a riprendere pieno controllo sull'esperienza di malattia, conferendole un nuovo significato e soprattutto a risvegliare il loro potenziale interno di guarigione, facendole sentire partecipanti attive all'interno del loro processo di cura.

H. Benson ha definito ArmoniosaMente una pratica educazionale-terapeutica completa, innovativa e pluralista, basata sull'approccio PNEI e sul Modello Mente-Corpo, finalizzata a occuparsi della persona malata nella sua multidimensionalità: mentale, corporea, energetica e spirituale.

Attualmente ArmoniosaMente viene utilizzato in diverse realtà italiane, da medici e psicologi, opportunamente formati all'interno di un apposito percorso.

La meditazione guarisce

I principali effetti fisiologici delle pratiche meditative rilevati dalle ricerche mediche degli ultimi 15 anni

A livello corticale: si registra un generale stato di quiete; sono presenti onde cerebrali tipiche del rilassamento (di tipo alfa, theta), simili a quelle del sonno profondo; il soggetto resta però in uno stato molto ricettivo agli stimoli esterni; le onde cerebrali rilassanti persistono per un certo periodo dopo la fine della seduta di meditazione.

A livello cutaneo: la resistenza della pelle aumenta. Questo è un indicatore di rilassamento, laddove per contro la resistenza cutanea sotto stress diminuisce notevolmente.

A livello cardiovascolare: diminuzione del ritmo cardiaco, come conseguenza della riduzione dell'attività nervosa, cerebrale e simpatica; aumento del flusso sanguigno nei muscoli (fino al 300%), specialmente negli arti inferiori e superiori per la riduzione delle resistenze vascolari periferiche; abbassamento della pressione.

A livello della chimica del sangue: regolazione degli ormoni adrenalinici; regolazione dei globuli rossi; regolazione dei globuli bianchi; aumento della serotonina, del DHEA e diminuzione del colesterolo.

A livello metabolico: il consumo di ossigeno da parte dell'organismo diminuisce mediamente del 20% con conseguente riduzione del metabolismo e dei suoi prodotti finali.

A livello muscolare: diminuzione della tensione muscolare; modificazione della temperatura corporea e conseguente miglioramento nella circolazione del flusso sanguigno.

A livello respiratorio: la frequenza del ritmo respiratorio è all'incirca dimezzata rispetto a quella di un soggetto a riposo; parallelamente diminuisce anche la resistenza delle vie bronchiali al flusso dell'aria.

A livello del sistema immunitario: migliore funzionalità del sistema immunitario (laddove per contro lo stress favorisce un indebolimento della risposta immunitaria).

(G. Pagliaro, E. Martino 2010)

Che cos'è la PNEI quantistica?

Secondo i principi della PNEI l'intero corpo "pensa", ogni cellula "sente e prova emozioni", riceve e le trasmette a sua volta all'intero organismo, attraverso una fittissima rete di interconnessioni di grande varietà comunicativa.

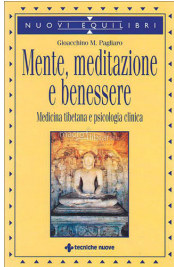
Numerose ricerche hanno dimostrato che le emozioni negative (quali la rabbia, l'aggressività, la tristezza, l'egoismo o il lutto mentale) possono essere connesse all'insorgenza di patologie quali l'asma, la cefalea, l'ulcera gastrica o l'ipertensione e allo stesso modo hanno dimostrato che emozioni positive (come la calma, la fiducia e l'altruismo) rafforzano l'attività del sistema immunitario e contribuiscono al processo di guarigione.

La PNEI ha contribuito allo sviluppo di una cultura della Medicina Integrata che prevede l'integrazione delle migliori cure mediche della medicina organicista con le cure derivanti dalle Medicine non Convenzionali.

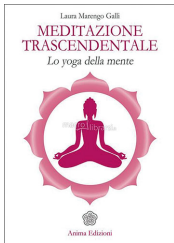
Attualmente il modello più innovativo di PNEI è quello che viene definito come "PNEI Quantistica", la quale negli ultimi vent'anni ha portato nel mondo occidentale alla nascita di una cinquantina di società scientifiche che si occupano a vario titolo di Medicina Quantica. La PNEI Quantistica, oltre all'integrazione del modello biomedico con le Medicine non Convenzionali, promuove l'integrazione dei principi quantistici nelle scienze umane.

L'introduzione di questo nuovo modello contribuisce alla creazione di un sapere trasversale a tutte le professioni. Ciò naturalmente non significa perdere i singoli ruoli professionali, quanto piuttosto fare in modo che ogni professionista, entro i limiti concessigli dalla sua professione, sia in grado di utilizzare le conoscenze teoriche dei colleghi con cui lavora e di integrarsi al meglio nell'azione di cura.

Consigli di Lettura



Gioacchino Pagliaro
Mente, meditazione e benessere
Medicina Tibetana e Psicologia Clinica
Tecniche Nuove, 2004



Laura Marengo Galli
Meditazione Trascendentale
Lo yoga della mente
Anima Edizioni, 2014



Enrico Facco
Meditazione e ipnosi
Tra neuroscienze, filosofia e pregiudizio
Edizioni Altravista, 2014



Dalai Lama
Felicità & Meditazione
Un percorso spirituale
Sperling & Kupfer, 2009

Bibliografia

1. Armstrong T.S., Gilbert M.R., (2008), *Use of complementary and alternative medical therapy by patients with primary brain tumors*, in «Curr Neurol Neurosci Rep», vol. 8(3), 2008, pp. 264-268.
2. M. Galli, G. Pagliaro, *Il metodo ArmoniosaMente con i pazienti oncologici l'esito di uno studio su otto gruppi di pazienti*, in «Scienze dell'Interazione» n. 1-2, 2014, pp. 88-94.
3. Liu CJ, Hsiung PC, Chang KJ ecc.. *A study on the efficacy of body-mind-spirit group therapy for patients with breast cancer*, in «J Clin Nurs»; vol. 17(19), 2008, pp. 2539-49.
4. Ott M.J., Norris R.L., Bauer-Wu S.M., *Mindfulness Meditation for Oncology Patients: a discussion and critical review*, in «Integrative Cancer Therapies», vol 5, 2006, pp. 98-108.
5. Pagliaro G., *Mente, Meditazione e Benessere. Medicina tibetana e psicologia clinica*. Milano, Tecniche Nuove, Milano 2004.
6. Pagliaro G., Martino E., *La mente non localizzata*, UPSEL Domeneghini, Padova 2010.
7. Simonton C., Simonton S., Creighton J., *Getting well again*. Bantam Books, New York 1980.
8. Witek-Janusek L., Albuquerque K., Chroniak K.R., *Effect of mindfulness based stress reduction on immune function, quality of life and coping in women newly diagnosed with early stage breast cancer*, in «Brain Behav Immunology» vol. 22(6), 2008, pp.969-81.
9. World Cancer Research Fund International and American Institute for Cancer Research, (2007), *Food, Nutrition, Physical Activity and the Prevention of Cancer. A global perspective*, 2007.

Gioacchino Pagliaro

Direttore UOC Psicologia Ospedaliera, Dipartimento Oncologico, Ospedale Bellaria AUSL di Bologna.

Vice Presidente Associazione Internazionale di Ricerca sull'Entanglement in Medicina e Psicologia (AIREMP).

gioacchino.pagliaro@ausl.bo.it



METODO FELDENKRAIS®

**Corso professionale per la formazione
di insegnanti del Metodo Feldenkrais**

**Formazione Strigara 4"
2016 - 2019**

Centro Scientifico del Movimento
Via Castello, 11 - 47030 Strigara di Sogliano al Rub.(FC)
Cell. 333 4421233 - Tel. 0541 948035
www.centrofeldenkraiscsm.it
e-mail: info@centrofeldenkraiscsm.it



La danza della guarigione

*Fisica quantistica
e medicina, tra spirito
e materia*

Erica Francesca Poli
.....

Oggi le scienze di frontiera, le neuroscienze e la fisica quantistica, ci conducono a riaffermare il principio antico per il quale noi siamo un campo energetico emotivo, che si manifesta per mezzo di un corpo.

Stiamo prendendo sempre più coscienza che questo stato energetico ed emotivo è oggettivo e interagisce a un livello profondo con la rete in cui siamo immersi, un ecosistema che arriva sino all'Universo e oltre.

Lo stato energetico emotivo necessita sempre più di essere considerato per comprendere realmente chi siamo e come funzioniamo, come ci ammaliamo e come guariamo.

Noi medici abbiamo dedicato finora il nostro impegno a studiare sistematicamente la materia di cui siamo composti; ora giunge il tempo di studiare sistematicamente l'energia di cui siamo fatti e le vie di integrazione della nostra parte materiale con la nostra parte energetica.

Una materia che si muove, vibra e danza

I fisici moderni hanno rappresentato la materia non come passiva e inerte, ma come in una danza e in uno stato di vibrazione continui, le cui figure ritmiche sono determinate dalle strutture atomiche, molecolari e nucleari. Ed è così che anche i mistici orientali e gli uomini che hanno tramandato i Veda parlano del mondo materiale, un universo che dev'essere afferrato nella sua dinamicità, mentre si muove, vibra e danza.

La natura è sempre in equilibrio dinamico, non statico e per i fisici moderni la danza di Shiva è la danza della materia subatomica, un processo infinito di creazione e distruzione. La metafora della danza cosmica unifica antica mitologia, religione e fisica.

Neuro-quantistica e guarigione

La guarigione è letteralmente il riallineamento con questa danza: allora l'ordine implicito, che tutto informa, torna a essere percepito e, quando siamo allineati con il campo, immagini, informazioni e consapevolezza giungono e si palesano come concrete possibilità di coscienza lucida immediata.

Oggi è stato dimostrato che molti fenomeni biologici possono essere spiegati solo con le leggi della fisica quantistica

.....

Questo è il salto quantico istantaneo che avviene per irradiazione o autoirradiazione e trasporta su altri piani di energia e di coscienza. Le conferme sperimentali supportano sempre di più la nozione fisico-quantistica di “Campo Unificato di Informazione”, elegante e novella modalità di definizione dell’Inconscio Collettivo di Jung e oggi comincia a svilupparsi la Neuro-Quantistica, ricerca interdisciplinare integrata sul ruolo che la nostra mente ha nel relazionarsi al Campo Unificato di Informazione. Essere coscienti a livello del campo equivarrebbe a essere in comunicazione istantanea con tutto e con tutti, di fatto con tutta l’informazione contenuta nell’Universo a tutti i livelli. È così che empatia, neuroscienze e neurocardiologia prendono anche una connotazione quantistica. Allora studiare il fenomeno della “risonanza” come punto di partenza per “accordare” il nostro vivere al campo olografico diviene possibile e persino necessario.

Fenomeni biologici e fisica quantistica

I delicati fenomeni quantistici dell'entanglement, del salto quantico e della coerenza si esplicano nella natura vibrazionale delle proteine e del DNA, e costituiscono il “corridoio” biochimico per il trasferimento di energia con un'altissima efficienza. Questa scoperta mette in discussione l'idea secondo cui alcune proprietà quantistiche siano troppo “delicate” per partecipare attivamente ai processi biochimici, e un'ipotesi molto diffusa tra i ricercatori cioè che i sistemi viventi si basino su meccanismi biochimici insensibili a proprietà quantistiche come la coerenza o l'entanglement (la correlazione che può legare a distanza diversi stati quantistici di particelle). Oggi si è dimostrato che molti fenomeni biologici possono essere spiegati solo con le leggi della fisica quantistica, in particolare, per fare qualche esempio, l'effetto tunnel per attività enzimatiche, l'entanglement per fenomeni che devono avvenire contemporaneamente a distanza (il taglio del DNA o l'oscillazione dei microtubuli nell'encefalo). L'organismo mette in atto dei sistemi per mantenere uno stato di coerenza per permettere l'espressione del fenomeno quantistico. È così che le proprietà quantistiche giocano un ruolo nei processi della vita a più livelli.

Suono, biofrequenze e parole che curano

Appurata dunque l'interazione quantistica con il genoma umano nel processo di generazione delle proteine, la questione aperta riguarda come, considerando diversi potenziali quantici, possiamo sintonizzarci su quelli che catalizzano uno stato vibrazionale elevato, caratterizzato da una perfetta salute, ad esempio. La ricerca è giunta a ipotizzare che il nostro DNA rechi in sé la codifica, nella sua parte esonica, dei nostri caratteri biologici, mentre la parte intronica sia la depositaria di una vera e propria programmazione di potenziali quantici.

In altri termini negli introni del DNA risiederebbe il potenziale di cocreazione della realtà, tradizionalmente attribuito all'Anima. E tale

programmazione è cablata con un linguaggio caratterizzato da una semantica simile alla lingua umana, tant'è che l'equipe russa di Garjev si è avvalsa del contributo di linguisti per studiarlo. Così se da un lato rileviamo il ruolo fondamentale del suono, della biorisonanza, e della medicina delle biofrequenze, per la strutturazione degli schemi neurali e delle geometrie frattali cellulari, dall'altro abbiamo il ruolo della parola per codificare potenziali quantici inerenti a ciò che andremo a esperire. Per questa ragione acquisisce sempre più senso una medicina che integri la strumentazione di biorisonanza, che sfrutta il potenziale terapeutico delle stesse radiofrequenze che esprimono le cellule del nostro organismo, come ad esempio l'applicazione della terapia con AKTom, con tecniche di lavoro psichico e coscienziale atte a dialogare con la matrice semantica del DNA. Quando iniziamo a integrare questi piani che procedono tra biofisica e anima, incontriamo la meravigliosa melodia di un'informazione sintropica che tende a strutturare e coordinare tutte le forme di vita, per massimizzare il loro stato di salute e la naturale biodiversità. Questa è quella che la scienza colloca in un campo di coscienza intelligente, la noosfera, che contiene il ventaglio dei potenziali quantici: guarire significa in ultima analisi poterci allineare con la noosfera, abbandonando l'idea di essere una personalità separata, collocandosi in questa rete di informazioni e imparando a selezionare il nuovo potenziale attraverso l'uso potente delle radiofrequenze, del suono e della parola.

Consigli di Lettura



Erica Francesca Poli

Anatomia della Guarigione

I sette principi della Nuova Medicina Integrata
Anima, 2014

Erica Francesca Poli

- È medico psichiatra, psicoterapeuta e counselor. In continuo aggiornamento, si dedica allo sviluppo della medicina integrativa con l'implementazione della farmacopea tradizionale con fito e nutraceutici, e l'utilizzo di tecniche terapeutiche innovative e fortemente radicate nelle nuove conoscenze di medicina quantistica e sulle scoperte neuro scientifiche sul funzionamento della unità psichesoma. È autrice del libro *Anatomia della Guarigione. I sette principi della Nuova Medicina Integrata*, Anima Edizioni, del libro+CD *Autoipnosi*, Anima Edizioni e del libro *Anatomia della coppia*, Anima Edizioni. www.ericapoli.it



“ il salto quantico ”

con



QUANTUMBELLE® & AKTOM®

wellness & anti-aging sistem



Chi non desidera vivere per sempre o rivivere il periodo della gioventù, felice ed in salute? Questo è il nostro sogno.

Con il dispositivo AKTOM®, per prevenzione e riabilitazione, creato da Alexander Kozhemyakin è possibile agire con radiazioni specifiche ultra sottili sui processi biologici degli organismi degli esseri viventi e in modalità esclusiva BRR (Back Ground Resonance Radiation) è possibile registrare informazioni ed emozioni di un essere vivente dal soggetto, da una foto, dal cordone ombelicale e dal sangue alle apposite card QUANTUMBELLE® o sul diodo oscillatore.

Il nostro organismo è in grado di riconoscere le informazioni contenute nella memoria di QUANTUMBELLE® o del diodo oscillatore e di avviare un processo di recupero delle funzioni deteriorate del DNA. Tutti i processi vitali possono essere rimodulati con effetto anti invecchiamento, benessere, riduzione di problemi fisici e psicologici.

Autorevoli studi di scienziati e centri di ricerca russi sul DNA (Garajev) confermano la possibilità di prevenire e rimodulare le funzioni deteriorate del DNA ed avviare un processo di prevenzione, riabilitazione e anti invecchiamento con le informazioni quantiche.

Ottimismo, sensazione di benessere, energia, serenità, curiosità, convinzione di un futuro lungo e radioso sono solo alcuni dei successi del trattamento.

Straordinaria sinergia con altri trattamenti.

Il procedimento è semplice, non ha effetti collaterali e di basso costo.

GLOBAL MEDICAL srl

viale Mezzetti 9 0634 Foligno (PG)

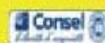
te/fax +39 0742 352621 +39 3389789179 +393921390402

www.globalmedicalquantum.it www.quant.med.it www.aktom.it www.quantumbelle.it

info@quant.med.it



ACQUISTA CON
FINANZIAMENTO



ESSICCARE IN CASA, NATURALMENTE.

STUDIO GRUPPO



#collezionebiosec



Condividi le tue creazioni essiccate con l'hashtag **#collezionebiosec** e diventa protagonista della prossima campagna.

Biosec è il pratico essiccatore **Made in Italy** che completa la tua cucina con preziose e sane delizie. Con **Biosec** tutti i sapori si preservano e si concentrano per conservare il buon gusto della natura in modo nuovo ed originale.

Crea nuovi ingredienti, **arricchisci** le ricette di ogni giorno, **regala** una nota inaspettata ai tuoi piatti, scopri l'**autoproduzione** ed il riciclo creativo: **Biosec** è l'alleato perfetto per chi sceglie un'alimentazione **sana, naturale e sicura**.



TAUROESSICCATORI

www.tauroessiccatore.com

accoglienza cordialità
professionalità agopuntura
enrica maffi eav
corsi pre-parto dislessia



sorriso competenza
pediatria omeopatica
urbano baldari
medicina integrata mto

riabilitazione nutrizione omotossicologia ricerca **psicoterapia**
doposcuola **ascolto** patologie metaboliche prevenzione omeopatica
riabilitazione visiva **educazione** identificazione precoce formazione
prevenzione malattie autoimmuni **intolleranze alimentari** gravidanza
disturbi del linguaggio **innovazione** neuralterapia **impegno sociale**
sandra valgimigli omeopatia classica fitoterapia tradizione
disponibilità supporto al territorio **approccio olistico** ritardi cognitivi
medicina dell'informazione **barbara capellini**

10 ANNI AL SERVIZIO
DELLA SALUTE



KIMEYA S.R.L. VIA RASI E SPINELLI 194, 47521 CESENA (FC) T 0547610024 - DA LUN A VEN DALLE 9 ALLE 19 - INFO@KIMEYA.IT - WWW.KIMEYA.IT

Succhi di lunga vita

*Mai più senza succhi
ed estratti freschi:
finalmente stare bene
è facile!*

La redazione per Signor Salute

Non credo che qualcuno di noi smetta mai di pensare a se stesso come a una persona giovane: il tempo passa ma se ci sentiamo in forma e pieni di energia, il suo scorrere ha un effetto totalmente diverso, molto meno difficile da sopportare.

Gli anni aumentano ma il vero problema nasce quando dimentichiamo di prenderci cura di noi stessi, costantemente stressati da impegni e responsabilità, sempre di corsa in un mondo che ci vorrebbe ancora più veloci. Le nostre energie diminuiscono, così come la voglia di fare ed è in quel momento che ci rendiamo conto di sentirci “più vecchi”.

Fermare l’invecchiamento non si può. Rallentarlo, sì!

Uno stile di vita sano e qualche suggerimento mirato possono realmente fare la differenza.

A questo proposito, una delle migliori abitudini da conquistare è quella di mangiare frutta e verdura fresche, biologiche e di stagione tutti i giorni: dalle cinque alle sette porzioni durante l’arco della giornata, anche se le attuali ricerche scientifiche alzano la media ad almeno dieci. Mangiare così tanta frutta e verdura può risultare difficoltoso, ma una soluzione c’è: berla!

Succhi estratti a freddo: un pieno di vitamine, minerali, enzimi e acqua buona

Cherie Calbom, famosa nutrizionista americana, nel suo ultimo libro *Detox completo con succhi freschi*, ci spiega nei dettagli perché bere succhi fa bene.

«Il succo fresco contiene una quantità di nutrienti che danno energia, salute e resistenza alle malattie. Il succo apporta all’organismo acqua, aminoacidi facilmente assimilabili e carboidrati, più una vera e propria montagna di vitamine, minerali, oligoelementi, enzimi, antiossidanti,

fitonutrienti, biofotoni e fibra solubile. Gli scienziati stanno dimostrando che i fitonutrienti delle piante potrebbero essere per la salute ancora più importanti delle vitamine e dei minerali. Senza tutte queste sostanze vitali, presenti soprattutto nella verdura e nella frutta, il nostro sistema immunitario si indebolisce, lasciandoci esposti a disturbi di vario genere, a spossatezza persistente e al rischio di ammalarci seriamente.

Dato che i succhi freschi sono vere e proprie miniere di antiossidanti, che si legano alle tossine e le eliminano, impedendo loro di danneggiare le cellule, sono contemporaneamente un modo per cominciare delicatamente a disintossicare tutto il sistema. L'apparato digerente non spreca energia per demolire i succhi e quindi può impiegarla per disintossicare l'organismo, riparare i tessuti danneggiati e promuovere la salute».

Succhi freschi vs succhi industriali

«I succhi industriali – continua la Calbom – non importa se in lattina, in bottiglia o surgelati, hanno un difetto: durante la preparazione hanno perso la maggior parte dei loro nutrienti, enzimi e biofotoni, quindi non riescono a ridare vitalità all'organismo. In sostanza, non possiamo considerarli alimenti vivi.

Probabilmente l'argomento più convincente a sostegno dei succhi è che rappresentano il sistema più sicuro di assumere vitamine e minerali, un sistema ancora migliore che mangiare ortaggi interi, perché il succo ci mette a disposizione gli stessi nutrienti in una forma estremamente assimilabile. Cominciando il vostro viaggio verso una salute di ferro, dunque, consumate tanti alimenti integrali, dei quali almeno il 50-75% crudi. Bevete molta acqua. Ma soprattutto preparate tanti succhi quasi ogni giorno della settimana».

Perché scegliere i succhi estratti a freddo?

I succhi vivi di frutta e i succhi di verdura sono carburante per l'organismo: una vera e propria carica di intensa energia. Il loro maggior vantaggio è quello di essere digeriti in pochissimo tempo: un estratto mediamente richiede 3 minuti per essere digerito. A differenza del cibo solido, che impiega ore per essere assimilato (frutta e verdura biologiche circa una mezz'ora), con i succhi freschi il nutrimento arriva direttamente nello stomaco, sottoforma di acqua vitalizzata. I nutrienti sono subito a disposizione dell'organismo, che non fa alcuna fatica ad assorbirli.

Nel suo libro *Super Succhi* la scrittrice e chef specializzata in alimenti biologici al 100%, Julie Morris, condivide ricette e consigli nutrizionali volti al benessere di tutti noi e ci spiega l'importanza e i benefici dei succhi freschi: «L'american Heart Association raccomanda un consumo base di almeno 8 porzioni di frutta e verdura fresca al giorno, un numero che si raggiunge facilmente (o si supera anche) bevendo quotidianamente solamente uno o due bicchieri da 250-500 ml di succo fresco. L'inclusione regolare di succhi nella propria dieta per qualche settimana, può portare a cambiamenti positivi che potete genuinamente sentire e vedere e, anche se la vostra alimentazione è già assolutamente naturale, tutti i nutrienti aggiuntivi presenti nei succhi possono servire solo a innalzare ulteriormente il vostro livello di benessere personale.

C'è sempre spazio per migliorare un po' se stessi, vero?».

Sempre tratta da questo libro, ecco la lista dei benefici che derivano dal bere succhi crudi:

- miglior equilibrio del pH
- miglior risposta immunitaria
- invecchiamento rallentato
- miglior ripresa e guarigione
- disintossicazione e depurazione cellulare
- chimica corporea normalizzata

- perdita di grasso corporeo in eccesso
- pelle più giovane
- occhi più brillanti
- più energia
- meno voglie di cibo
- miglior qualità del sonno
- umore e concentrazione migliori.

Estrattore o centrifuga?

Le centrifughe hanno due grossi limiti: tendono a surriscaldare frutta e verdura a causa dello sfregamento delle lame, le quali arrivano a compiere dai 6000 ai 18.000 mila giri al minuto. Questo mina la qualità degli alimenti, impoverendoli e distruggendo molte vitamine ed enzimi che non sopportano le alte temperature.

Gli estrattori invece non superano i 100 giri al minuto (quelli di ultima generazione arrivano anche a 40) e lasciano intatti tutti i principi nutritivi di frutta e verdura.

In più, l'estrattore permette di estrarre in media il 30% in più di succo: vengono pressate tutte le parti di frutta e verdura, compresi i semi, che così rilasciano i loro polifenoli. Il succo si mantiene "vivo" e qualitativamente migliore.

Bere un estratto significa bere la parte più pura e sana di frutta e verdura.

La scelta è ampia: frutta e verdura, meglio se di stagione, sono gli ingredienti che avete a disposizione. Le loro combinazioni di sapore delizieranno i vostri sensi, con un'esplosione straordinaria di gusto. Julie Morris ci dà prova con due ricette facili e veloci, tratte dal suo libro *Super Succhi*: quanto sapore e salute ci sono in un bicchiere di succo!

Succo fresco di cavolo nero rinfrescante

Ingredienti per circa 500 ml

- 1, ½ cetrioli
- ½
- melone d'inverno, senza semi e sbucciato
- 1 mela senza torsolo
- 5 foglie grandi di cavolo nero
- 1 manciata abbondante di menta fresca
- 1 limone spremuto a piacere (facoltativo)
- ½ cucchiaino di erba di grano

Procedimento

Spremete i cetrioli, il melone, la mela, il cavolo nero e la menta e poi aggiungete il succo di limone e l'erba di grano che, visto il suo contenuto di clorofilla, aumenta l'azione depurativa. Assaggiate e aggiungete stevia o il dolcificante preferito se necessario.

Succo fresco di cacao e pera

Ingredienti per circa 500 ml

- 4
- pere ultra mature (come le Kaiser) senza la parte centrale
- 2 cucchiaini di burro di mandorla
- 1 cucchiaino di estratto di vaniglia
- 2 cucchiari di cacao crudo
- 1 pizzico di cannella

Procedimento

Spremete le pere. Versate il succo fresco in un frullatore, aggiungete i restanti ingredienti e frullate fino ad avere un composto omogeneo. La dolcezza del cacao polverizzato, in questa ricetta, gioca con la freschezza delle pere come una sinfonia nelle vostre bocche.

SIQUR salute
Body Natural Caring



estraggoPRO & **Germoglio**

**LA COMBINAZIONE PERFETTA
PER LA TUA SALUTE**

SIQUR SALUTE S.r.l. - Via Padova 69/D, 35010 Vigonza (PD)

Tel. 049 502872 - info@siqursalute.it - www.estraggo.it

facebook.com/EstraggoSuccoVivo

A close-up photograph of a white ceramic bowl filled with a vibrant red soup. A single white daisy with a yellow center floats on the surface of the soup. In the foreground, another daisy is partially visible, slightly out of focus. The background is a soft, out-of-focus green and yellow.

L'OROLOGIO che è dentro di te

*Dalla Medicina
Tradizionale Cinese
l'eccezionale metodo
per vivere in armonia con
i ritmi naturali del corpo*

Francesca Rifici
.....

La vita degli uomini è scandita in maniera imperativa dal tempo, in questo momento storico più che in altri: un orologio composto di ore, minuti e secondi messi a disposizione per svolgere le tante attività della giornata. Quante volte capita di pensare: “Vorrei una giornata di 48 ore!». Succede spesso. Il tempo a nostra disposizione sembra non bastare mai.

Questo accade perché abbiamo dimenticato che esiste un orologio ben più importante di quello appeso alle pareti o di quello che portiamo al polso: è l’orologio che scandisce i ritmi della vita, della natura e del corpo stesso. Purtroppo non siamo più in grado di ascoltarne il ticchettio: il libro *L’orologio degli organi* di Li Wu spiega in maniera magistrale come tendere l’orecchio e mettersi all’ascolto di noi stessi.

Sempre di corsa

«Nel corso del XXI secolo – scrive Li Wu – l’uomo si è allontanato sempre più dal suo naturale ritmo di vita. Spesso il programma delle nostre giornate non è più stabilito dalla naturale alternanza di giorno e notte, dal ritmo che ci viene imposto dal sole o da quello determinato dal cambio delle stagioni, ma è strutturato da una serie di obblighi e di compiti impellenti, ai quali adattare, di giorno in giorno, la nostra quotidianità. Non importa se a livello lavorativo o privato, se di giorno o di notte: bisogna essere raggiungibili e disponibili in qualsiasi momento, e possibilmente mettersi subito in moto, e di corsa. Dopotutto non c’è nulla come la lentezza per portare gli altri sull’orlo della disperazione. Ormai sono pochi i momenti in cui ci si può davvero fermare a riprendere fiato. E anche se sprecare una giornata di tanto in tanto fa bene alla psiche, i sensi di colpa cronici finiscono per annullare in fretta l’effetto rilassante. Per questo molte persone si sentono in continuazione stressate, sono sotto pressione, hanno i nervi a fior di pelle e si esauriscono. Oppure sviluppano

i tipici sintomi da stress, che in seguito verranno curati con i farmaci, senza minimamente intervenire sulle cause effettive. Prima o poi la maggior parte di noi finisce per soffrire di disturbi ricorrenti del sonno, di emicrania, di problemi gastrointestinali o di perdita di energia, fino a provare sbalzi di umore di tipo depressivo. Anche se spesso sono “soltanto” disturbi psicosomatici, andrebbero comunque sempre interpretati come segnali di allarme. Ci indicano che dovremmo prestare più ascolto al nostro corpo, al nostro orologio interno. Ogni allontanamento dai processi ritmici della natura si ripercuote infatti negativamente sulla nostra salute e sul nostro benessere a lungo».

Prima o poi la maggior parte di noi finisce per soffrire di disturbi ricorrenti del sonno, di emicrania, di problemi gastrointestinali o di perdita di energia, fino a provare sbalzi di umore di tipo depressivo

.....

Un check up immediato con la Medicina Tradizionale Cinese

Immaginiamo di poter avere tra le mani gli strumenti per indagare e scoprire cosa succede all'interno del nostro corpo, come se avessimo una piccola telecamera che riprende in tempo reale la condizione dei nostri organi e il loro lavoro interno. Sarebbe davvero utile poter salvaguardare la nostra salute in questo modo! Sembra fantascienza? E invece no, è realtà tangibile e applicabile: i medici che utilizzano la MTC (Medicina Tradizionale Cinese) possiedono gli strumenti per conoscere in tempo reale la salute degli organi interni. Come fanno? Indagano le principali funzioni fisiologiche dell'organismo.

Le più importanti a cui si presta attenzione sono:

- la motilità gastro-intestinale (ad esempio: regolarità di evacuazione, consistenza e colore delle feci, colore dell'urina, gonfiore addominale, reflusso gastrico);
- la qualità del sonno;
- le condizioni e i segni presenti sulla lingua;
- per le donne, il ciclo mestruale.

Ovviamente si raccolgono anche informazioni di varia natura, dai dolori diffusi a eventuali disturbi sporadici o cronici. Ogni disturbo ha un'origine e la MTC è in grado di leggerla.

L'analisi che viene svolta si basa sul concetto di yin e yang e sulla complementarità di questi due elementi. Da essi nasce l'affascinante teoria dei 5 elementi che attribuisce ad ogni soggetto una "costituzione", ovvero una predisposizione fisica ed emotiva che lo contraddistingue dalla nascita.

Scoprendo a quale costituzione si appartiene, si inizia un viaggio alla scoperta di se stessi che racchiude l'essenza di chi siamo nel profondo.

La teoria dei 5 elementi

«La Medicina Tradizionale Cinese – continua Li Wu – considera l'uomo come un'unità di corpo, mente e anima. Secondo questa teoria universale, tutte le cose possono essere suddivise in cinque elementi fondamentali o costitutivi, ovvero: legno, fuoco, terra, metallo e acqua. Per rendere comprensibili questi concetti, ecco una breve sintesi delle loro proprietà:

- Il **legno** rappresenta la natura animata e ogni genere di vegetazione. È espressione di crescita, e perciò simboleggia l'infanzia e la primavera, quando tutto germoglia e cresce, la nascita di nuova vita. Sotto forma di radici e di fusto spesso e pesante, va classificato come *yang*, mentre i rami sottili e flessuosi e le foglie appartengono allo

yin. Questo elemento persegue con **tenacia** i propri obiettivi. Se glielo si impedisce e sorgono disarmonie, la reazione sarà di collera e aggressività.

- Il **fuoco** è luminoso, caldo e facilmente infiammabile. A questo elemento vanno perciò attribuiti l'**entusiasmo** e la **gioia di vivere**, l'**esaltazione**. Nella fase di fuoco si manifestano l'esuberanza ancora tipica dell'adolescenza e il risveglio della sessualità, abbinati al dinamismo e allo spirito d'avventura. Nello stesso tempo, il fuoco si consuma e, se non viene alimentato, può spegnersi a poco a poco. Il fuoco è anche indice di dipendenza e va tenuto sotto controllo e alimentato. La luminosità e il calore sono *yang*, mentre il fuoco senza fiamma e il tepore sono *yin*.
- La **terra** è simbolo di perseveranza, **chiarezza, solidità e stabilità**. Ci procura nutrimento, sia in senso fisico che spirituale. L'uomo diventa sedentario, è in cerca di sicurezza e si concentra sul fondare una famiglia. La fase di terra è considerata la parte centrale della vita. A questo elemento vengono ascritti anche il potere e il possesso materiale, ma chi ne accumula troppo soffre di uno squilibrio. Il suolo umido è un esempio di *yin*, mentre il terreno secco e le grandi e possenti masse rocciose e continentali sono *yang*.
- Un metallo come l'oro suscita ardenti desideri ed è simbolo di cupidigia e di vanità. Per via della sua durezza esprime anche la **capacità di imporsi, la risolutezza** e l'attitudine a concentrarsi sull'essenziale. Nello stesso tempo, il metallo può anche rappresentare l'irrigidimento e un'eccessiva fedeltà ai principi. Il metallo contraddistingue la fase dell'autunno e del decadimento: il periodo in cui non solo si immagazzina il raccolto, ma ci si può anche accostare alle cose con un atteggiamento maturo e pacato.

- Nell’**acqua** rientra tutto ciò che scorre e si raccoglie. Questo elemento rappresenta la **concentrazione**, ma anche la **flessibilità**, il **mutamento** e l’**indipendenza**. Per via della sua chiarezza simboleggia la razionalità. Quando è in eccesso raduna forze immense che testimoniano la sua capacità di affermarsi. Nella vita, è la fase del declino e dell’accumulo, in cui si guarda indietro, si ricorda e ci si stacca da tutto. Il ciclo ricomincia da capo».

Il metodo dell’orologio degli organi

Oltre alla conoscenza della costituzione di base, la MTC segue l’importante ritmo dell’orologio degli organi, anche definito “Ciclo Circadiano”. Esso definisce il ciclo di rigenerazione che ogni organo compie, a turno, ogni due ore. Sapendo l’orario in cui un organo si rigenera, si può meglio intervenire per sostenerlo.

«L’orologio degli organi – continua Li Wu – permette di riconoscere, diagnosticare e valutare meglio le malattie psichiche e fisiche. Per esempio, il fatto di svegliarsi sempre alla stessa ora può essere un segnale di qualche disturbo energetico nell’organo che in quell’ora ha la propria massima attività. Se il risveglio avviene fra l’una e le tre di notte, per esempio, è possibile dedurre la presenza di disarmonie del circolo funzionale del fegato. Spesso chi soffre di emicrania si sveglia con il mal di testa in questo periodo della notte. Se strutturerete la vostra giornata regolarmente in base all’orologio biologico e riuscirete a individuare per tempo gli eventuali squilibri nella vostra vita, potrete recuperare la salute e il benessere con una terapia tempestiva, dolce e riequilibrante, senza bisogno di ricorrere a farmaci o a principi attivi chimici».

Il fatto di svegliarsi sempre alla stessa ora può essere un segnale di qualche disturbo energetico nell’organo che in

quell'ora ha la propria massima attività

.....

Ora non saresti curioso di scoprire a quale costituzione appartieni? Qual è l'elemento che ti contraddistingue in base alla tua struttura fisica? Cosa rivelano i sintomi che si manifestano o cosa indicano quelle che troppo comunemente vengono definite abitudini?

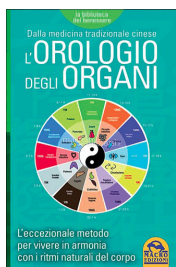
La conoscenza è alla base della salute, perché ognuno di noi possiede caratteristiche fisiche particolari: saperle individuare permette di mantenere in equilibrio la salute fisica e psichica.

Le terapie della Medicina Tradizionale Cinese

Nella Medicina Tradizionale Cinese la terapia è calibrata individualmente sul paziente ed è sempre mirata a un cambiamento delle abitudini di vita seguite fino a quel momento, le quali hanno condotto a una disarmonia. Solo così è possibile ristabilire l'equilibrio disturbato. È solo dopo aver sciolto i blocchi e i ristagni, e aver riportato in equilibrio le cinque fasi di mutamento, che il Qi, ovvero l'energia vitale degli organi, può riprendere a fluire liberamente attraverso i circuiti organici.

- La Medicina Tradizionale Cinese basa le proprie cure, per l'armonizzazione dei flussi energetici, su cinque pilastri:
- fitoterapia,
- agopuntura e moxibustione,
- alimentazione,
- massaggio,
- terapie che fanno uso del movimento.

Consigli di Lettura



Li Wu

L'Orologio degli Organi

L'eccezionale metodo per vivere in armonia con i ritmi naturali del corpo

Macro Edizioni, 2016

Francesca Rifici

Studiosa e appassionata di discipline naturali da anni, ha conseguito una laurea specialistica in Sociologia e, successivamente, il diploma di laurea in Naturopatia presso l'Istituto di Medicina Naturale di Rimini, seguendo corsi di approfondimento in Naturopatia Pediatrica. Collabora con diverse riviste e portali come autrice di articoli di medicina naturale, salute e benessere e svolge attività libero-professionale come naturopata.

DI LAVORO "BIOBARMAN": MARCO DALBONI E LA SUA SCELTA GREEN E SALUTAI

Vivi, colorati, salutari gli estratti di frutta e verdura sono tra le bevande migliori in assoluto per chiunque abbia intenzione di prendersi cura del suo benessere. Quando poi a prepararli è un BioBarman, diventano quasi un'arte! Abbiamo fatto qualche domanda a Marco Dalboni, BioBarman di professione e autore del libro *Estratti per le 4 stagioni* (in uscita con Macro Edizioni nel 2016) per saperne qualcosa di più.



Pag. 96 - € 9,80

intendono sottolineare le persone quando mi chiamano "BioBarman": creare alchimie che aiutino a sintonizzarci con la natura per ritrovare le radici della vitalità. Alcune di queste alchimie sono proprio gli "Estratti" di frutta e verdura.

Succhi ed estratti iniziano a essere di moda. Tu prediligi gli estratti, come conferma il libro *Estratti di frutta e verdura per le 4 stagioni*. Ma qual è davvero la differenza tra le due tipologie?

Come Barman ho utilizzato molto la centrifuga, ma ha sempre, in parte, deluso le mie aspettative. Il colore dei centrifugati cambia rapidamente ed anche il sapore. Alcuni anni fa feci un acquisto online di un estrattore. L'estrattore di succhi a freddo, pur non avendolo mai visto in funzione, mi convinse subito che sarebbe stata una possibile rivoluzione. "Spremeva" lentamente a freddo, come un frantoio. Il sapore dei succhi fatti con questa macchina parlava da sé! E da allora ho studiato e bevuto succhi per conoscerne meglio le potenzialità.

Tu sostieni che ci sono tipi di frutta e verdura più adatti a determinati momenti della giornata rispetto ad altri. Ci fai qualche esempio?

Al mattino consiglio frutta, ortaggi e radici colorate, dal bianco al giallo, dall'arancione al rosso che ci donano una qualità energetica che ci potrà avviare alle attività fisiche e intellettuali. Al pomeriggio le verdure con tutte le sfumature del verde, ricche di sali minerali e clorofilla, che ci aiuteranno ad entrare in quella fase naturale di rilassamento e disintossicazione che avviene durante la notte.

Quando hai deciso di diventare un BIOBARMAN? Spiegaci anche cosa si intende con questo appellativo.

Ho due cuori che battono, uno per il bar e l'arte della miscelazione (sono insegnante e formatore) e l'altra per l'alimentazione naturale. La ricerca della vitalità è da sempre al centro della mia ricerca ed è questo che

Quale potrebbe essere un estratto perfetto per il risveglio? Perché?

Naturalmente con ingredienti di stagione e "biologici". La combinazione tra la barbabietola rossa, la mela, il limone e lo zenzero è una delle mie preferite. Il rosso della barbabietola, ricca di ferro, aiuta ad ossigenare in maniera profonda il sangue; il limone, ricco di vitamina C, aiuta ad assimilare meglio il ferro vegetale; lo zenzero, alcalinizzante che combatte l'acidità e le infiammazioni del corpo; la mela, ricca di enzimi digestivi, ci aiuta ad alleggerire la digestione, rendendo questo succo particolarmente energetico.

E uno invece da bere subito dopo un'intensa attività sportiva? Perché?

Nel suo piccolo libro *Succhi freschi di frutta e verdura* Norman Walker fa un vero e proprio elogio al sedano, dice che dovrebbero usarlo tutti, ma soprattutto gli sportivi. Ha infatti proprietà remineralizzanti e depurative che dopo un'intensa attività sportiva aiuta a recuperare l'equilibrio dei sali minerali persi durante l'attività e aiuta a eliminare le tossine prodotte. In combinazione con la mela o la pera è molto gradevole.

Confidaci la ricetta del tuo estratto preferito. La tua esperienza va sfruttata... e bevuta!

Semplicità e freschezza. Una mela Fuji, un quarto di limone con buccia, alcune foglie di basilico.

Parlaci del tuo libro, in uscita con Macro Edizioni dal titolo *Estratti di frutta e verdura per le 4 stagioni*. Come nasce questa idea e cosa ci dobbiamo aspettare?

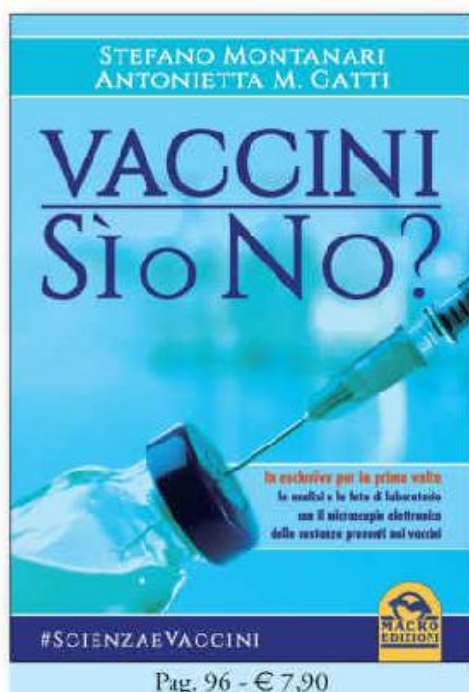
L'idea nasce da un incontro fatto con Giorgio Rosso, fondatore del Gruppo Editoriale Macro, durante una mia conferenza sugli estratti freschi di frutta e verdura. In quell'occasione mi chiese di lavorare a questo progetto. È un lavoro durato un anno, sono infatti 52 ricette per il mattino e 52 per il pomeriggio, come le 52 settimane dell'anno, più alcune ricette di latte vegetali. Un vero e proprio ricettario della "nonna" che possa aiutare a realizzare, in modo chiaro e semplice, le prime ricette fatte con l'estrattore e a creare questi succhi o meglio questi cibi fluidi mantenendo colori brillanti, belli e invitanti. Un invito per le persone e i bambini ad utilizzare cibi e bevande piene di vitalità.



Pag. 192 - € 12,90

Per saperne di più sul libro di Marco Dalboni visita la pagina: www.gruppomacro.com/dalboni

VACCINI: SÌ O NO?



Che cosa sono i **vaccini**? Quanto sono efficaci e quanto sono **dannosi**? Cosa contengono? Come sono nati? Come vengono somministrati? Che collegamenti ci sono tra i vaccini, l'**autismo** e altre malattie?

Queste le tante domande a cui **Stefano Montanari** e **Antonietta Gatti** rispondono nel loro instant book *Vaccini: sì o no?* cercando di guidare i genitori in una scelta molto difficile, da fare con piena consapevolezza.

Riceviamo quotidianamente innumerevoli informazioni dai giornali, nazionali e locali, dalle radio, dalla televisione e da internet sull'importanza di vaccinare i nostri figli e di farlo secondo il calendario stabilito dall'ASI e dell'efficacia dei **vaccini antinfluenzali**.

È molto importante che ognuno di noi possa avere tutte le conoscenze per **scegliere liberamente**. La salute è nostra e non siamo obbligati a metterla nelle mani di altre persone, soprattutto quando si tratta di bambini.

Spesso invece chi cerca di informarsi riceve risposte scostanti e superficiali. Ecco cosa ne pensano in merito Stefano Montanari e Antonietta Gatti, gli autori dell'istant book *Vaccini: sì o no?*

"Noi troviamo a dir poco sinvagante il fatto che porre domande sia fatto passare per essere 'contro i vaccini'. Se i vaccini sono il toccasana che, magari del tutto a ragione, si pretende che siano, non si vede perché ci dovrebbero essere problemi a rispondere ad ogni questione e ad ogni dubbio senza artifici retorici, senza spocchia, senza bugie e senza reticenze.

Crediamo che nessuno possa toglierci il diritto di sottolineare le tante incertezze che circondano la materia e che noi stessi, andando a ficcare il naso nelle fiale, almeno in parte condividiamo. Incertezza significa che ci sono particolari, a volte enormi, che restano avvolti nella nebbia e quello dei vaccini è un argomento troppo importante per poterci permettere una situazione simile o per inchinarci a un ingiustificabile principio di autorità. Chi ha il dovere di farlo spieghi onestamente le cose e tutti saremo in grado di capire. Chi ha qualcosa da eccepire sulle nostre analisi, faccia ciò che è suo fare in campo scientifico: le rifaccia".

Tratto da *Vaccini: sì o no?*, Stefano Montanari e Antonietta Gatti, Macro Edizioni 2015

Per saperne di più scarica l'estratto gratuito su
www.gruppomacro.com/vaccini



Stefano Montanari, scienziato e divulgatore di fama internazionale, vive a Modena. Laureato in Farmacia e da sempre impegnato nel campo della ricerca medica, collabora dal 1975 con la moglie Antonietta Gatti nella ricerca.

Antonietta Gatti, già professoressa all'Università di Modena, una carriera da Visiting Professor all'Institute for Advanced Science una carriera fatta di ricerca e di docenza universitaria in Italia e all'estero, compreso il ruolo di Visiting Professor all'Institute for Advanced Science, Convergence (Dipartimento di Stato americano); già membro del Comitato Scientifico Nazionale del Ministero della Difesa (CPCM), Consulente della Commissione governativa sull'uranio impoverito e le malattie correlate, coordinatrice di progetti di ricerca europei e italiani.

Volo antigravitazionale: fantascienza o realtà?

*Dall'ornitottero di Leonardo, alla mongolfiera,
alla macchina volante di Tesla e agli UFO:
un affascinante viaggio nel mondo
della fisica dell'(im)possibile*

Una delle più grandi aspirazioni dell'uomo è sempre stata quella di riuscire a volare: le antiche leggende tramandate dai popoli di tutto il mondo testimoniano quanto fosse forte questo desiderio.

Il primo progetto “moderno” di una tecnologia volante venne realizzato dal genio indiscusso di Leonardo Da Vinci tra il XV e il XVI secolo. Leonardo ideò un “esoscheletro” con ali meccaniche a propulsione manuale che era in grado di trasportare un uomo in volo per qualche decina di metri. La sua invenzione è passata alla storia con il nome di “Ornitottero” e, anche se non può essere considerata una vera e propria macchina volante a causa della scarsa autonomia di volo, può sicuramente essere annoverata come un efficiente prototipo del moderno deltaplano.

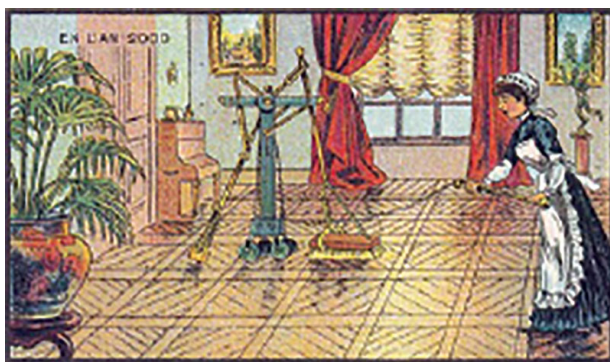


Una ricostruzione dell'ornitottero di Leonardo.

Il grande limite di quest'invenzione era nell'eccessivo sforzo fisico necessario per far flettere le ali dell'Ornitottero in totale assenza di un motore, ma Leonardo sapeva perfettamente che prima o poi l'uomo sarebbe riuscito a volare e per tale ragione volle scriverlo ai posteri: «Le ali verranno! Se non per merito mio, per merito di un altro, ma l'uomo volerà. Se la pesante aquila può sostenersi volando nell'aria rarefatta, se le grosse navi possono, con l'aiuto delle vele muoversi sul mare, perché non potrebbe l'uomo, solcando l'aria con ali, signoreggiare i venti e levarsi in alto da vincitore?». ».

Il primo vero volo però non venne effettuato con le ali ma con il pallone di una mongolfiera nel 1783, quasi 300 anni dopo la previsione di Leonardo. Ma l'invenzione della mongolfiera non era ancora abbastanza, perché all'uomo non bastava volare appeso a un pallone, voleva padroneggiare il cielo come gli uccelli, anzi meglio!

Eppure le grandi intuizioni destinate a cambiare il mondo trovano spesso i loro principali oppositori proprio nell'establishment scientifico che per primo dovrebbe comprenderle, e più un'idea è rivoluzionaria, più incontra opposizione, poiché le forze conservatrici tendono a predominare su quelle innovatrici. Per questo motivo non può stupire se più di un secolo dopo la grande impresa che consentì all'uomo di sorvolare Parigi in mongolfiera, un illustre scienziato come Lord Kelvin (famoso fisico eletto presidente della Royal Society britannica) dichiarò pubblicamente nel 1895: «È impossibile che qualcosa più pesante dell'aria possa volare!». Episodi come questo non sono l'eccezione ma la regola, basti sapere ad esempio che nel 1879 anche Erasmus Wilson (presidente dello Stevens Institute of Technology) ebbe a dichiarare «questa invenzione dell'energia elettrica è un fallimento totale». La storia della scienza dimostra che i suoi progressi sono dovuti al pensiero di quelle “pecore nere” che perseverano nel seguire le loro intuizioni anche quando tutti gli altri sono loro contro. E chissà che faccia avrà fatto Lord Kelvin nel 1906, quando l'ingegnere Alberto Santos-Dumont riuscì a far spiccare il primo vero volo a una “macchina più pesante dell'aria”!





Illustrazioni futuristiche di inizio 900 in cui è possibile vedere come i contemporanei immaginavano l'anno 2000.

La costruzione dei primi aerei diede inizio all'era dell'aviazione moderna, alimentando ulteriormente il grande entusiasmo popolare nei confronti dei progressi tecnologici di fine Ottocento (l'energia elettrica alternata iniziò a diffondersi dopo la fiera di Chicago del 1893) e inizio Novecento. Quel periodo storico è stato caratterizzato dal boom di raffigurazioni artistiche sull'anno 2000 in cui venivano disegnati robot che lavoravano al posto degli uomini e pompieri volanti equipaggiati con ali meccaniche.

Nel 1938 la tecnologia aerea fece un ulteriore balzo in avanti con l'arrivo dei motori a reazione dell'Henkel He 178, che garantivano prestazioni notevolmente migliori sia a bassa quota che in alta quota, dove l'aria è più rarefatta. Oggi potremmo dirci soddisfatti dei progressi compiuti nel campo dall'aviazione, ma anche i jet e gli elicotteri di ultima generazione presentano dei limiti di utilizzo insormontabili. Si tratta cioè di macchine concepite per planare nell'atmosfera mediante lo spostamento di una notevole massa d'aria e la loro stabilità dipende da complesse leggi di portanza e di aereodinamica che ne condizionano enormemente le possibilità d'impiego. Gli aerei, ad esempio, hanno bisogno di grandi spazi di manovra mentre gli elicotteri non possono raggiungere le alte velocità dei primi ed entrambi i mezzi possono andare in stallo durante le evoluzioni in volo o perdere la loro stabilità per un semplice vuoto d'aria. Peraltro, non possiamo più aspettarci grandi progressi da una tecnologia di

volo che ha già raggiunto il suo massimo grado di sviluppo. L'unica vera rivoluzione in ambito aeronautico e astronautico può provenire esclusivamente dall'invenzione di dispositivi capaci di agire direttamente sulla gravità, per annullarla e manipolarla secondo necessità. Per la stragrande maggioranza degli scienziati contemporanei si tratta di un sogno irrealizzabile, come è sempre accaduto per tutte le invenzioni e le scoperte più innovative, ma alcuni geniali scienziati, come Nikola Tesla (l'inventore del motore elettrico a corrente alternata) erano convinti del contrario. Da qui in avanti esamineremo gli esperimenti della fisica sulla tecnologia antigravitazionale, insieme ai fatti storici e ai documenti più controversi che dimostrano l'effettiva possibilità del volo antigravitazionale.

Non possiamo più aspettarci grandi progressi da una tecnologia di volo che ha già raggiunto il suo massimo grado di sviluppo

.....

La teoria sulla gravità: perché Einstein non basta più?

Per capire se la tecnologia antigravitazionale è realmente possibile o se si tratta di una semplice chimera della fantascienza, dovremmo sapere innanzitutto cosa è esattamente la gravità. Il problema è che attualmente esiste solo una teoria in grado di descrivere il comportamento della gravità, teoria che però non ci dice nulla, a livello scientifico, sulla sua effettiva natura. La stessa cosa accade per la forza d'inerzia, in quanto sappiamo esattamente come si manifesta, senza conoscere la causa che produce il fenomeno. In pratica tutta la nostra conoscenza in materia si esaurisce in ipotesi e congetture matematiche che in futuro potrebbero rivelarsi completamente errate.

Il principale ostacolo allo studio e alla comprensione della vera essenza della gravità e dell'inerzia risiede senza ombra di dubbio nella teorie scientifiche formulate da Einstein un secolo fa. L'establishment accademico le considera come verità inviolabili e il solo metterle pubblicamente in dubbio significa ricevere una "scomunica scientifica" che funziona da efficace deterrente contro la libera ricerca.

Nonostante l'autorevolezza attribuita alla teoria della relatività, alcuni dei concetti espressi da Einstein sono viziati da paradossi così evidenti da rendere la fiducia cieca nella sua correttezza un atteggiamento molto simile alla fede religiosa nei dogmi. Einstein infatti, stabilì che l'etere ipotizzato dagli scienziati dell'Ottocento non esiste (per etere si intendeva una energia priva di massa che pervade ogni cosa, compreso lo spazio vuoto) e successivamente attribuì allo spazio vuoto delle caratteristiche fisiche e geometriche che il nulla non potrebbe mai avere. Affermò inoltre che la gravità non è una forza ma l'effetto della curvatura geometrica dello spazio che si verifica come reazione alla presenza di una massa (ad es. un pianeta). La conseguenza di questa ipotesi è che l'antigravità (intesa come forza di opposizione alla forza di gravità) non può esistere. Einstein insomma, immaginava il tessuto spazio-tempo come un amaca che viene deformata al passaggio di una massa: maggiore è la massa maggiore è la deformazione (gravità). Anche questa seconda affermazione però nasconde un paradosso, poiché pur volendo attribuire proprietà geometriche allo spazio vuoto, la sua presunta curvatura potrebbe avvenire solo a seguito dell'azione di una forza. La contraddizione logica di tutto il ragionamento einsteiniano è di un'evidenza così imbarazzante che il premio Nobel per la fisica Rober Laughlin, pur sostenendone la sostanziale correttezza per equilibrismo diplomatico, non ha potuto fare a meno di sottolinearne la totale mancanza di fondamento: «La visione dello spazio-tempo come una non-sostanza non è né logica né compatibile con i dati sperimentali. Potremmo piuttosto considerarla una ideologia [...]. I fisici non sono mai riusciti a sanare il conflitto tra la filosofia della relatività generale e

quanto viene in realtà affermato dalla teoria stessa, e ciò finisce per dare alla materia una particolare connotazione kafkiana. Da un lato abbiamo la visione, basata sul successo della relatività, che lo spazio sia qualcosa di fondamentalmente diverso dalla materia che si muove in esso, e che quindi non sia comprensibile sulla base di un'analogia con i fenomeni ordinari. Dall'altro, abbiamo le più che ovvie somiglianze tra la gravità einsteiniana e la distorsione dinamica delle superfici reali, che ci porta a descrivere lo spazio-tempo in termini di struttura. Tra i giovani studenti, i più perspicaci si rendono immediatamente conto dell'inghippo e chiedono al professore che cosa si muove al propagarsi della radiazione gravitazionale. Per tutta risposta viene detto loro che è lo stesso spazio-tempo a muoversi, e ciò li lascia piuttosto delusi. È un po' come apprendere che la superficie del mare ondeggia perché è una superficie ondeggiante. Nessuno dei più saggi si sognerà mai di porre la domanda una seconda volta» (1). Lo spazio vuoto di Einstein inoltre creava insormontabili problemi anche nel campo della legge della gravitazione, perché in assenza di campi di forza lo scienziato non sapeva come spiegare la stabilità delle orbite dei pianeti e dello stesso universo. Per risolvere il problema Einstein si inventò il concetto di universo stazionario sorretto in equilibrio dalla "costante cosmologica", ovvero da una forza intrinseca allo spazio-tempo non dovuta a nessuna sorgente. Nel 1929, l'astronomo americano Edwin Hubble dimostrò invece che l'universo non è stazionario e che al contrario di quanto affermato da Einstein, si sta espandendo in maniera uniforme (del 5%-10% ogni miliardo di anni). Einstein allora corse ai ripari modificando il valore della sua costante cosmologica mediante l'introduzione di nuove equazioni in grado di far tornare i conti con le osservazioni astronomiche. In pratica, con la matematica si può fare tutto e la relatività, oltre a essere una teoria datata, è interamente costruita su paradossi e finzioni matematiche (giri di equazioni create *ad hoc* per ottenere il risultato desiderato) che sembrano sostenerne il fondamento. Anche il Nobel Robert Laughlin ha definito la

costante cosmologica «uno scheletro orribile nell'armadio della relatività» (2).

« Secondo alcuni autorevoli testi di tecnica di aeronautica, il calabrone non può volare, a causa della forma e del peso del proprio corpo in rapporto alla superficie alare. Ma il calabrone non lo sa e perciò continua a volare».

Igor Sikorsky, inventore dell'elicottero

.....

L'etere è l'energia vuoto quantistico

Tutto ciò è già di per sé sufficiente per ritenere inspiegabile l'adozione della relatività come base della fisica moderna, ma i suoi sostenitori obiettano che grazie a Einstein è stato possibile prevedere il ritardo degli orologi atomici sui satelliti e altri eventi come l'orbita di Mercurio. Quello che però non viene detto è che sia il ritardo degli orologi atomici quanto l'orbita di Mercurio e gli altri grandi successi attribuiti alla relatività, possono essere spiegati perfettamente e senza paradossi anche dalla vecchia teoria dell'etere fortemente sostenuta da Nikola Tesla (3), uno scienziato misteriosamente scomparso dai libri di storia nonostante sia il padre di quasi tutte le invenzioni moderne (dalla radio ingiustamente attribuita a Marconi fino alla trasmissione di energia senza fili che abbiamo appena iniziato a riscoprire). La vecchia diaatriba scientifica sull'etere è di fondamentale importanza poiché, secondo Tesla, è la matrice nascosta di tutte le forme di energia conosciute (compresa la gravità) e la sua effettiva esistenza è stata confermata oltre ogni ragionevole dubbio dalla fisica quantistica che gli ha semplicemente cambiato nome in "energia del punto zero (o energia del vuoto

quantistico)”(4). Peraltro, come dichiarato dal grande fisico Burkhard Heim (tra il 1978 e il 1989 pubblicò una voluminosa teoria sui campi Mesonici o Mesofield, con cui mostrava l’inclusione della antigravità nelle equazioni di Maxwell) anche lo stesso Maxwell elaborò la moderna teoria sull’elettromagnetismo contemplando l’esistenza dell’etere e dell’antigravità. La teoria di Einstein però sembra intramontabile, con il risultato che oggi dobbiamo sopportare l’ulteriore paradosso scientifico di avere una teoria fisica valida per il mondo macroscopico (dall’atomo in su) e una teoria fisica valida per il mondo microscopico (dall’atomo in giù). Tale situazione di stallo scientifico ha impedito lo studio dell’etere come fonte di energia inesauribile e ostacolato lo sviluppo della tecnologia antigravitazionale. Questo almeno è ciò che è successo a livello ufficiale.

Eppur si muove!

Quando Galileo venne condotto davanti al tribunale della Santa Inquisizione esclamò “eppur si muove!” per sostenere che i fatti contano più delle dottrine, delle teorie e delle opinioni. E se ci guardiamo bene attorno scopriamo che i fatti a favore della tecnologia antigravitazionale sono di indubbia consistenza.

Nikola Tesla è un personaggio chiave per la ricostruzione del grande puzzle che riguarda la ricerca scientifica sull’etere e sull’antigravità, in quanto dichiarò di essere riuscito a imbrigliare l’energia del vuoto e a costruire una macchina volante che aveva le stesse caratteristiche dei cosiddetti UFO. Durante la sua vita realizzò più di 700 straordinarie invenzioni ma quando morì, nel 1943, gli agenti dell’FBI corsero a requisire tutto il materiale del suo laboratorio insieme alle sue ultime invenzioni (un TIR pieno di casse e documenti). John Edgar Hoover, che all’epoca dei fatti era il capo dell’FBI appose il segreto di stato sul materiale appartenuto a Nikola Tesla, imponendo il massimo silenzio su

tutta la vicenda.

Nel 1911 Tesla aveva rilasciato la seguente misteriosa dichiarazione a un cronista del New York Times: «La macchina volante del futuro, la mia macchina volante, sarà più pesante dell'aria ma non sarà un aeroplano, non avrà ali e a, differenza di un aereo, sarà solida e stabile. Se la vedeste stazionare sul terreno non credereste mai che si tratta di una macchina volante. Sarà in grado di muoversi a piacimento nell'aria in qualsiasi direzione e in massima sicurezza, a velocità mai raggiunte prima d'ora da un aereo, indipendentemente dalle condizioni atmosferiche, dai vuoti d'aria o dalle correnti discendenti. Sarà addirittura in grado di ascendere tali correnti e potrà rimanere assolutamente stazionaria nell'aria anche in presenza di forte vento».

A tale descrizione tecnica delle caratteristiche di volo fece seguito la pubblicazione dei disegni della sua nuova macchina a forma di disco volante (gli originali vengono conservati al museo di Belgrado) e chiunque li osservi a mente aperta non potrà non riconoscerli la sagoma inconfondibile del classico UFO dell'era moderna (i primi avvistamenti di velivoli a forma di piatto volante risalgono al dopoguerra). Tra i disegni originali di Tesla è visibile anche un oggetto volante a forma di sigaro che è praticamente identico ad alcuni avvistamenti UFO dalla sagoma cilindrica.



Due disegni di Tesla sulle sue macchine volanti di nuova concezione, una a forma di sigaro e l'altro a forma di discoidale.

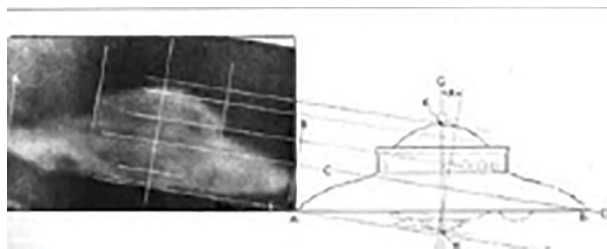
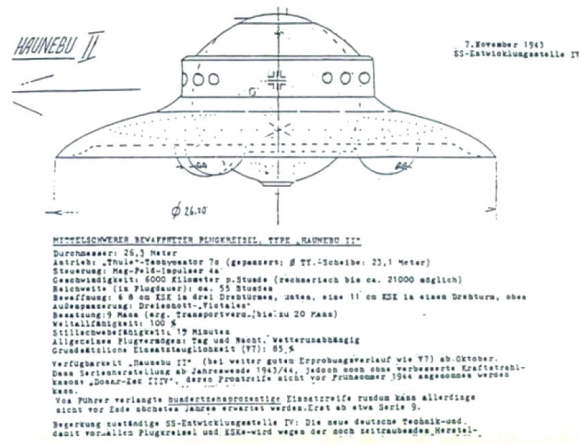
Dalla battaglia di Los Angeles all'UFO del Belgio

Durante il secondo conflitto mondiale, il lavoro e le scoperte di Nikola Tesla non devono essere passate inosservate al regime nazista e in particolare a George Sylvester Viereck, un poeta americano di origine

tedesca che divenne amico dello scienziato. Tesla era un grande estimatore delle poesie di Vierek, mentre quest'ultimo era molto interessato alle sue nuove scoperte e alle loro applicazioni pratiche. Ciò che Tesla non sapeva è che Vierek era anche un uomo di fiducia di Adolf Hitler (venne arrestato negli USA nel 1942 come agente nazista) e che con ogni probabilità gli riferiva tutto ciò che sentiva e vedeva nel suo laboratorio. Sta di fatto che verso la fine del secondo conflitto mondiale i nazisti iniziarono effettivamente a costruire delle macchine volanti discoidali denominate "Haunebu" la cui esistenza è stata documentata da fonti autorevoli come Luigi Romersa (inviato speciale del Duce) (5), Giuseppe Belluzzo (ministro dell'economia del governo Mussolini dal 1925 al 1928) (6), Rudolf Schriever (ingegnere e pilota), Richard Miethe (ingegnere delle V2) e altri ufficiali tedeschi (7).

Belluzzo ad esempio, dichiarò quanto segue: «I dischi volanti furono ideati nel 1942 in Italia e in Germania [...]. Ci sono stati dubbi sull'esistenza di questi nuovi strumenti di distruzione. La verità vera è che già nel 1942 erano stati studiati e disegnati in Germania e in Italia [...]. Non si tratta per niente di un qualcosa di soprannaturale o di marziano, ma di un semplice e razionale sfruttamento della tecnica più evoluta e recente»(8).

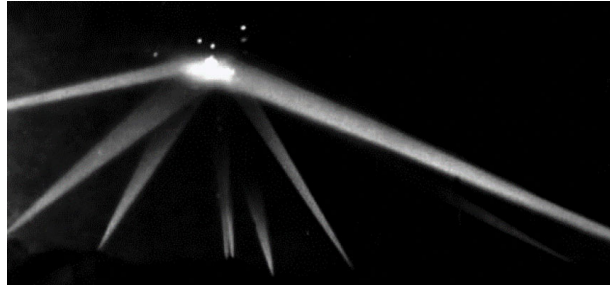
Le numerose testimonianze di fonti qualificate come l'ex ministro Belluzzo trovano riscontro anche in documenti, foto e filmati originali delle SS che nessun esperto ha mai smentito come falsi. Dalle testimonianze sappiamo anche che alcuni modelli dei velivoli discoidali come la "trottola" pilotata da Schriever, erano spinti da turbine a reazione montate sotto la fusoliera mentre altri modelli più avanzati come gli Haunebu possedevano una nuova tecnologia non convenzionale (antigravitazionale) in quanto totalmente privi di motori a elica o a reazione.



A sinistra un disegno tecnico originale delle SS di un Haunebu II. A destra la foto di un avvistamento UFO dei primi anni Cinquanta dalla forma e le proporzioni perfettamente compatibili con degli Haunebu nazisti.

Nella notte tra il 24 e il 25 febbraio del 1942, un velivolo discoidale venne intercettato dai radar sul cielo di Los Angeles e fu bersagliato dalla contraerea americana che non riuscì ad abbatterlo. L'episodio passò alla storia come “la battaglia di Los Angeles” e lo strano velivolo a forma di disco venne immortalato da terra con fotografie e filmati. La 37^a brigata d'artiglieria costiera andò nel panico ed esplose quasi 1500 proiettili da 5,8 kg senza riuscire a colpire l'oggetto. Lo strano avvistamento è rimasto un fatto inspiegabile, ma le autorità statunitensi hanno cercato di chiudere il caso come se si fosse trattato di un semplice pallone sonda scambiato per un aereo nemico dalla contraerea. Di certo sappiamo che se fosse stato un pallone aerostatico sarebbe finito in mille pezzi al primo colpo di artiglieria, per via dell'onda d'urto provocata dall'esplosione. Peraltro, sia nelle immagini che nei filmati dell'epoca è chiaramente visibile una

sagoma discoidale con una piccola cupola sulla fusoliera sviluppata orizzontalmente, la quale non risulta in alcun modo compatibile con la forma di un pallone sonda.



A sopra, una foto originale dell'epoca con l'oggetto illuminato dai riflettori della contraerea. I punti luminosi intorno al velivolo sono stati prodotti dalle esplosioni dei proiettili sparati dalla contraerea. A destra, la prima pagina del Press Telegram di Los Angeles del 25 febbraio 1942.

Negli ultimi anni del secondo conflitto bellico, sui cieli della Germania gli avvistamenti di oggetti non identificati come sfere luminose (chiamate “foo-fighters” dai piloti dei caccia alleati) e velivoli discoidali completamente privi di eliche o di motori a reazione, si moltiplicarono a tal punto che i giornali dell'epoca parlarono apertamente di nuove armi segrete naziste.



Floating Mystery Ball Is New Nazi Air Weapon

SUPREME HEADQUARTERS, Allied Expeditionary Force, Dec. 13.—A new German weapon has made its appearance on the western air front, it was disclosed today.

Airmen of the American Air Force report that they are encountering silver colored spheres in the air over German territory. The spheres are encountered either singly or in clusters. Sometimes they are semi-transparent.

SUPREME HEADQUARTERS, Dec. 13 (Reuter).—The Germans have produced a "secret" weapon in keeping with the Christmas season.

The new device, apparently an air defense weapon, resembles the huge glass balls that adorn Christmas trees.

There was no information available as to what holds them up like stars in the sky, what is in them, or what their purpose is supposed to be.

Articolo del «New York Times» del 14 dicembre 1944.

Con la resa incondizionata della Germania è molto probabile che la tecnologia antigravitazionale nazista sia stata trasferita in basi segrete americane come l'area 51, un luogo dove gli avvistamenti di UFO sono particolarmente frequenti. Nei decenni dal dopoguerra fino a oggi, gli avvistamenti e i filmati che documentano l'esistenza di questo tipo di tecnologia hanno raggiunto una tale mole da non essere più contestabili. Le fonti d'informazione istituzionali continuano a smentire e a ridicolizzare chiunque tenti di rivelare l'esistenza della tecnologia antigravitazionale ma alcuni episodi come l'avvistamento del Belgio del 1990, sono inconfutabili. Nella notte tra il 30 e il 31 marzo 1990, i radar dell'aviazione belga individuarono un oggetto volante non identificato che oltre ad essere stato inseguito dai caccia militari, venne anche fotografato e visto contemporaneamente da circa 13.500 persone (9). I tracciati radar

hanno inoltre documentato un'accelerazione da 280 a 1700 km/h orari in un solo secondo e se si fosse trattato di un velivolo convenzionale, la forza d'inerzia avrebbe ucciso all'istante qualsiasi pilota umano. Alcuni ricercatori hanno ipotizzato che si fosse trattato di un drone, ma l'assenza completa del rumore tipico dei motori a reazione, l'andatura a zig zag con accelerazione e arresto immediato della velocità sono evoluzioni impossibili da compiere per qualsiasi velivolo a propulsione convenzionale. Tali caratteristiche di volo dell'UFO del Belgio non possono essere smentite come una bufala o le acrobazie di un pallone sonda e pertanto l'atteggiamento negazionista di tutte le istituzioni rispetto alla realtà del fenomeno è il sintomo evidente di una censura di Stato che si manifesta a livello internazionale. Inoltre, l'esistenza di UFO terrestri non esclude certo la possibilità che esistano anche dei velivoli antigravitazionali di origine non terrestre e in tal caso l'unica differenza che può distinguerli dai primi è il diverso livello di sviluppo tecnologico, che possiamo immaginare incredibilmente più avanzato per le civiltà provenienti da galassie lontane.

Capire cos'è veramente la gravità e come può essere manipolata artificialmente potrebbe avvicinare l'uomo a comprendere come imbrigliare l'energia del vuoto

.....

I motivi della censura

La posizione negazionista delle istituzioni probabilmente non è legata al segreto militare, ma a motivi di potere e di controllo sulle fonti energetiche.

Ammettere ufficialmente la possibilità di costruire dei velivoli antigravitazionali (l'unica in grado di annullare sia la forza di gravità che la forza d'inerzia) non è come rivelare l'esistenza di un nuovo tipo di

aeromobile, poiché si tratta di rivedere completamente le attuali teorie della fisica. In pratica, potrebbe diventare evidente che, in accordo a quanto dichiarato da Nikola Tesla, la teoria di Einstein è completamente sbagliata (un ostacolo al progresso) e che la gravità, quanto la materia e ogni forma di energia sono sottoprodotti dell'energia del vuoto, una fonte di energia inesauribile (quindi infinita e gratuita), presente in ogni punto dello spazio.

Peraltro, un esperimento noto come effetto Biefeld-Brown consente ai condensatori asimmetrici (accumulatori di energia elettrica) di levitare nella direzione voluta (con degli accorgimenti tecnici è possibile guidarne il volo) senza alcun motore di tipo tradizionale, proprio come se si trattasse di propulsione antigravitazionale (10).

Secondo l'interpretazione ufficiale, invece, i condensatori asimmetrici verrebbero spinti "meccanicamente" in volo da un getto di particelle cariche (vento ionico) nello stesso modo in cui funziona un comune jet.

Tuttavia, la stessa NASA ha effettuato l'esperimento con successo, anche sottovuoto (quindi in assenza di vento ionico sufficiente a sollevare l'oggetto) (11), mentre un laboratorio militare americano ha concluso le ricerche sull'effetto Biefeld-Brown dichiarando che la causa della levitazione è tuttora sconosciuta in quanto il vento ionico generato dal dispositivo è almeno tre volte inferiore a quanto necessario per sollevarlo da terra.

**Force on an Asymmetric Capacitor**

by Thomas B. Bahder and Chris Fazi

ARL-TR-XXX

March 2003

When a high voltage (~30 kV) is applied to a capacitor whose electrodes have different physical dimensions, the capacitor experiences a net force toward the smaller electrode (Biefeld-Brown effect). We have verified this effect by building four capacitors of different shapes. The effect may have applications to vehicle propulsion and dielectric pumps. We review the history of this effect briefly through the history of patents by Thomas Townsend Brown. At present, the physical basis for the Biefeld-Brown effect is not understood. The order of magnitude of the net force on the asymmetric capacitor is estimated assuming two different mechanisms of charge conduction between its electrodes: ballistic ionic wind and ionic drift. The calculations indicate that ionic wind is at least three orders of magnitude too small to explain the magnitude of the observed force on the capacitor. The ionic drift transport assumption leads to the correct order of magnitude for the force, however, it is difficult to see how ionic drift enters into the theory. Finally, we present a detailed thermodynamic treatment of the net force on an asymmetric capacitor. In the future, to understand this effect, a detailed theoretical model must be constructed that takes into account plasma effects: ionization of gas (or air) in the high electric field region, charge transport, and resulting dynamic forces on the electrodes. The next series of experiments should determine whether the effect occurs in vacuum, and a careful study should be carried out to determine the dependence of the observed force on gas pressure, gas species and applied voltage.

Nell'immagine il documento ufficiale del laboratorio militare americano con la conclusione degli studi sull'effetto Biefeld-Brown.

L'esperimento dimostra un'interazione tra campi elettrici e gravità che può essere la chiave per comprendere come annullare la gravità e l'inerzia (12). Capire cos'è veramente la gravità e come può essere manipolata artificialmente potrebbe avvicinare l'uomo a comprendere come imbrigliare l'energia del vuoto (che Tesla chiamava "etere"), liberandolo dal petrolio e dal nucleare sporco (centrali a fissione).

Ovviamente si tratta solo di un'ipotesi, ma poiché disponiamo della prova dell'esistenza di velivoli a propulsione antigravitazionale, che secondo Einstein non potrebbero esistere, e siccome questi ultimi corrispondono perfettamente a quelli descritti da Nikola Tesla, possiamo ragionevolmente supporre che lo scienziato più ingiustamente dimenticato dai libri di scienza, abbia avuto ragione anche sulla possibilità

d'imbrigliare l'energia del vuoto, la famosa *free energy* di cui hanno paura i poteri forti.

Consigli di Lettura

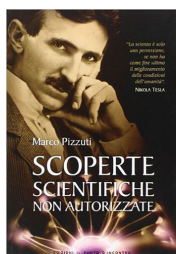


Marco Pizzuti

[Esperimenti Scientifici Non Autorizzati](#)

Finalmente svelate le invenzioni che possono cambiare il mondo - Tecnologie straordinarie facilmente applicabili da chiunque sappia usare un cacciavite o svitare una lampadina - Un libro da leggere prima che venga fatto sparire per sempre

Punto d'Incontro, 2013



Marco Pizzuti

[Scoperte Scientifiche non Autorizzate](#)

Punto d'Incontro, 2011

Note

- (1) Robert Laughlin, *Un universo diverso*, Le scienze, Torino 2006, pp.141-142.
- (2) *In*, p.142.
- (3) Marco Pizzuti, *Scoperte scientifiche non autorizzate*, Il Punto d'Incontro, Vicenza, 2011.
- (4) Sciamia, D. W., Simon Saunders e Henry R. Brown, *The Philosophy of Vacuum*, Clarendon Press, Oxford, 1991.
- (5) Luigi Romersa, *Le armi segrete di Hitler*, Mursia, 2005.
- (6) Intervista a Giuseppe Belluzzo pubblicata su «Il Giornale d'Italia» del 24 marzo 1950.
- (7) Luftfahrt, *Der Spiegel*, 31 marzo 1950.
- (8) Dichiarazione di Giuseppe Belluzzo pubblicata il 24 marzo 1950 su «Il giornale d'Italia».
- (9) *Sunday Express Newspaper*, 17 settembre 1995.
- (10) Marco Pizzuti, *Esperimenti scientifici non autorizzati*, Il Punto d'Incontro, Vicenza, 2013.
- (11) Esperimento eseguito dalla Gravitec Inc. presso il NASA's NSSTC LEEIF di Huntsville, Alabama - <https://www.youtube.com/watch?v=xYMUv1VJ3VQ>
- (12) Marco Pizzuti, *Scoperte scientifiche non autorizzate*, Il Punto d'Incontro, Vicenza, 2011.

Marco Pizzuti

Marco Pizzuti è nato a Roma nel 1971. Ex ufficiale dell'esercito, dottore in Legge, scrittore e conferenziere ha lavorato presso le più prestigiose istituzioni dello Stato (Camera dei Deputati, Senato della Repubblica e Consiglio di Stato). Nel campo della divulgazione scientifica ha collaborato con il Museo dell'Energia e nel 2011 ha stabilito il nuovo record mondiale (TEDxBologna 2011) nella trasmissione di corrente elettrica senza fili direttamente in forma di corrente alternata (senza l'impiego del sistema wi-tricity) applicando esclusivamente la tecnologia Tesla di fine Ottocento. Autore di numerosi best seller, frutto delle sue ricerche indipendenti nei campi della scienza, della medicina e della storia, ha tenuto decine di conferenze in tutta Italia ed è ospite frequente di diverse emittenti radio in qualità di esperto di controinformazione.



COMILVA ONLUS
libertà di scelta nelle vaccinazioni

**COMILVA è l'acronimo di
Coordinamento del Movimento Italiano per la Libertà di Vaccinazione.**

**Si articola in Gruppi, Comitati o Associazioni radicate sul territorio il cui scopo
è quello di ottenere la Libertà di Scelta in materia di Vaccinazioni
e la tutela dei Diritti dei Danneggiati da vaccino.**

Aiutaci con il Tuo
 per mille
Informazione, Supporto agli Obiettori,
Sostegno ai Danneggiati da Vaccino

**ASSIEME POSSIAMO
DAVVERO FARE LA DIFFERENZA**

Associazione COMILVA
C.F.: 911 28 88 04 07
www.comilva.org

**Hai dei dubbi sulle
vaccinazioni?
Visita il nostro
sito internet
www.comilva.org**





Quelle strisce bianche nel cielo

*Le scie chimiche e la guerra
per il controllo del clima:
intervista a Gianni Lannes*

Emanuele Cingini

Ma il cielo è sempre più blu, cantava Rino Gaetano nel 1975 con la sua voce roca e il piglio ironico e tagliente. A quarant'anni di distanza, dei nostri cieli blu è rimasto ben poco, ed è evidente e sotto gli occhi di tutti il fenomeno identificato come scie chimiche, una realtà provata e tangibile, che non può più essere liquidata come un indistinto farneticare complottista.

Dall'alto dei cieli, a furia di esperimenti, i padroni del mondo hanno fatto impazzire il clima. Secondo l'Organizzazione Meteorologica Mondiale (World Meteorological Organisation) ben «26 governi hanno condotto esperimenti di alterazione del clima dal 2000».

Gianni Lannes, giornalista indipendente sempre da sempre votato all'informazione libera e senza pregiudizi, ha condotto un'inchiesta giornalistica coraggiosa e di rilievo, ora raccolta in un libro a breve disponibile per Arianna Editrice, che molta luce ha gettato sul fenomeno delle striature biancastre (*chemtrails*) rilasciate a bassa quota dagli aerei sui centri abitati.

La realtà tratteggiata da Lannes in questa intervista esclusiva rilasciata a Scienza e Conoscenza è tutt'altro che rassicurante e completa, purtroppo, il fosco quadro di escalation nella tensione geopolitica globale prospettatosi negli ultimi mesi del 2015.

Ricordo che, da piccolo,olgevo spesso lo sguardo al cielo: non solo come appassionato di astri ma, soprattutto, con quello stupore di chi, ammirando il cielo terso, si nutre di quel blu-vivo che dovrebbe essere patrimonio di tutti. Bene, già da diversi anni, mi è precluso godere di quei cieli tersi, che spesso vedo annebbiati da scie biancastre che si allargano come coperte, ad abbracciare, con il passare delle ore, spazi sempre più ampi di blu. Cosa sta accadendo nei nostri cieli?

Sia chiaro: non sono un esperto di scie chimiche a differenza dei tuttologi in libera uscita, bensì un ricercatore libero e indipendente. Ho dedicato alla guerra ambientale appena tredici anni della mia trentennale professione di fotoreporter in giro per il mondo, prima di parlare del fenomeno. Un giornalista ha il dovere di documentare i fatti che racconta, e non altro. Ho raccolto prove ufficiali. Così, ora, è impossibile negare l'evidenza che tracima ogni giorno dalla realtà, proprio dinanzi a noi.

Aria, acqua, terra e fuoco, elementi sacri e fondamentali per la vita, non sono più in grado di rigenerarsi, da quando l'uomo è riuscito a manipolarli per estendere il suo dominio sull'umanità.

Solo i piccoli segreti vanno protetti. Per quelli grandi sarà sempre sufficiente l'incredulità della gente. La cosa più difficile da vedere è quella che si ha sotto gli occhi, ma io ho una certa età per dire, sostenere e provare, insieme a milioni di altri esseri umani, che queste scie chimiche, o belliche, qualche decennio fa, in Europa non c'erano proprio.

Che cos'è una scia nel cielo? Secondo la fisica è una zona di fluido liquido o gassoso situata puntualmente dietro un solido in movimento relativo rispetto al fluido stesso, caratterizzata dal fatto che in essa il moto è prevalentemente formato da vortici.

Il termine *chemtrails* appare nel 1990 come titolo in un manuale dell'Us Air Force. Nel 2001 in un documento ufficiale degli Stati Uniti d'America, si legge ancora *chemtrails*. Si tratta dello *Space Preservation Act 2001*. Comunque è riduttivo parlare solo di scie chimiche, poiché sono soltanto l'aspetto più evidente di una guerra ambientale in atto da tempo.

Le scie che possiamo vedere tutti i giorni, sono scie particolari, del tutto diverse dalle scie di condensazione

.....

Sappiamo che i parametri termoigrometrici per i quali si verificano le scie di condensazione sono tre e devono attuarsi all'unisono, necessariamente; altezza minima di volo 7000 m, temperatura di -40 °C, umidità relativa di almeno il 70-75%. In virtù di questi dati, come spiegare le scie chimiche? Come discuterle? Occorre ridefinire i parametri fisici appena illustrati o sono corretti già secondo tale nomenclatura?

Le scie di condensa sono provocate dalla condensazione del vapore acqueo prodotto dalla combustione del carburante causata dalle condizioni di umidità, pressione e temperatura che si riscontrano ad alte quote di volo. La formazione delle scie di condensa è un fenomeno rarissimo. La fisica non è una mera opinione. Secondo definizione FAA, una *contrail* si forma sopra gli 8000 m circa, a temperature minori di -40°C e con umidità relative superiori o uguali al 70%. Questi parametri possono subire delle lievi variazioni, ma ci si può discostare di poco da tali indici alle nostre latitudini.

Pertanto è praticamente impossibile che si formino scie di condensazione a bassa quota, con bassi valori di umidità e con

temperatura lontana dai -40C°. Si tratta di un fenomeno del tutto naturale. I gas caldi (mix tra vapore acqueo e gas combustibili) che fuoriescono dai motori degli aerei venendo a contatto con l'aria fredda dell'atmosfera innescano il processo della condensazione: il vapore acqueo si trasforma in piccoli cristalli di ghiaccio soggetti all'evaporazione. **Per la loro natura, le scie di condensazione si dissolvono in circa 30-50 secondi (in casi particolari possono permanere nell'aria per pochi minuti)** e pertanto non possono essere lunghe. Essendo un fenomeno del tutto naturale, le scie di condensazione seguono determinate leggi fisiche, le quali si possono riassumere in tre principali condizioni fondamentali: quote superiori agli 8000 m; umidità relativa non inferiore al 70%; temperatura inferiore ai -40°C. Questi valori si possono trovare nelle definizioni di *contrails* riportate da alcuni manuali di meteorologia, dai siti della NASA, FAA, NOAA, EPA e US Air Force. Le scie che possiamo vedere tutti i giorni, sono scie particolari, del tutto diverse dalle scie di condensazione. Non servono titoli di studio particolari per rendersene conto: è sufficiente alzare lo sguardo al cielo. Alle nostre latitudini è praticamente impossibile vedere scie di condensazione, e anche qualora ci fossero le condizioni minime necessarie perché si producano, l'aereo risulterebbe invisibile a chi osserva da terra. Inoltre, i motori degli aerei di nuova generazione non possono emettere nessuna scia di condensa in base alla loro struttura fisica.

È noto che le chemtrails contengono elementi chimici e biologici dannosi

.....

Si parla di dispersione da parte di velivoli militari e civili, non contrassegnati, di corpuscolato metallico elettro-conduttivo in forma nanoparticellare. Non solo, secondo ricerche condotte trasversalmente, si accenna pure a presenza di sali di bario, alluminio e scorie tossiche, prodotto queste di processi di decadimento radioattivo. Conferma tutto ciò? Quali fonti autorevoli può citare a sostegno di questa tesi?

Possono queste sostanze essere collegate in maniera più o meno diretta con gli incrementi tumorali nella popolazione?

È stata alterata l'omeostasi ambientale. L'asfissia da particolato provoca mancanza di ossigeno nei tessuti, e, quindi, predisposizione ai tumori secondo i rinomati studi del premio Nobel Otto Warburg. Incapace di contenere la sua invadente impronta ecologica, l'uomo tecnologico prima ha inquinato l'aria mediante le esplosioni nucleari a partire dagli anni Cinquanta, poi ha deciso di manipolare il clima progettando degli interventi attivi per riscaldare l'atmosfera. Si chiama "geoingegneria", l'emergente filone legato alla scienza dell'atmosfera che usa tecnologie che intervengono sulla struttura fisica degli elementi e sui processi climatici per cercare di regolare la radiazione solare e sequestrare i gas serra nel suolo, nelle piante, negli oceani.

Queste azioni sono idee estreme al limite della fantascienza. Parliamo di lanciare in orbita degli specchi per deviare la luce solare: far sì che la luce solare venga riflessa dalle nuvole verso lo spazio modificando la struttura stessa delle nuvole; trasformare gli oceani in gigantesche spugne che incamerano CO₂: progetti faraonici dagli effetti collaterali difficilmente prevedibili e svincolati da regolamentazione. Si tratta di azioni di guerra

non convenzionale che sfruttano le energie della natura, vietate dalla convenzione internazionale Enmod, approvata dall'ONU nel 1978.

Nel 1997, a Erice, in un convegno scientifico, fu presentato il famigerato progetto Teller, che dal 2002 la NATO manda in onda in Europa. Le analisi chimiche condotte in questo continente, Italia inclusa, hanno accertato la presenza delle seguenti sostanze: bario (proprietà igroscopiche, ossia assorbe l'umidità dell'atmosfera); alluminio (proprietà riflettenti: le particelle di alluminio, riverberando la luce solare, sono funzionali all'operazione denominata "copertura", che consiste in una diminuzione dell'irraggiamento solare con il fine di compromettere la fotosintesi clorofilliana, con gravi danni per gli ecosistemi e l'agricoltura). Sono stati rintracciati anche altri elementi e composti: torio e cesio radioattivi, rame, titanio, silicio, litio, cobalto (scie azzurre?), piombo (scie nere?), etilene dibromide o dibromuro (un insetticida molto tossico ufficialmente bandito dall'EPA, l'Agenzia per la protezione dell'ambiente negli Stati Uniti) ecc. Sono stati rintracciati agenti patogeni, come *pseudomonas aeruginosa*, *pseudomonas fluorescens*, *serratia marcescens*, *streptomiceti*, virus, viron, ossia virus modificati geneticamente. Nel vecchio continente dal 2002, singolare coincidenza, non si monitora più l'inquinamento dell'aria. Non a caso, il registro Ines non viene aggiornato da allora.

Su quelle che i ricercatori indipendenti hanno definito "scie chimiche", esistono parecchi studi, a partire dalle sperimentazioni segrete con il bario, condotte dalla Nasa e dal Max Planck Institute in Sardegna e in Germania nei primi anni Sessanta.

Vari studiosi, tra cui l'ingegner Clifford E. Carnicom, il meteorologo Scott Stevens, il fisico Neil Finley, il medico statunitense Michael Castle, la tossicologa Hildegard Staninger, il giornalista indipendente canadese William Thomas, il ricercatore ed attivista Jerry E. Smith, il ricercatore statunitense Tom Montalk, il biologo e senatore statunitense Michael Castle, il biologo Giorgio Pattera, e molti altri hanno investigato gli effetti di queste famigerate scie belliche. È logico che le scie chimiche si

possono correlare a varie patologie. Come si accennava sopra, è noto che le *chemtrails* contengono elementi chimici e biologici dannosi. È quindi possibile collegare il massiccio spargimento di vari veleni nell'ambiente, sia all'insorgenza di nuove patologie, sia all'incremento di malattie un tempo meno diffuse.

L'inseminazione atmosferica con particolato pare avere effetti diretti anche sull'evoluzione termodinamica e chimico-fisica dei cumuli. Si può presumere una deliberata volontà di attuare un controllo del clima? Può, un atto di questo tipo, avere ripercussioni anche in ambito bellico? Conferma l'esistenza di un patto, tra Governo italiano e USA, risalente al 2003, che legalizzava le opere di ingegneria ambientale?

Nel 1996 l'Us Air Force ha lanciato il programma di sperimentazioni dal titolo *Il clima come forza moltiplicatrice: possedere il clima entro il 2025*, nel quale si evidenzia la necessità, per l'aviazione militare di Washington, d'intervenire localmente sul clima in modo tale da ottenere «una dominazione del campo di battaglia fino a un livello mai immaginato prima». Le voci del programma comprendono: «Aumento della visibilità diradando nebbia e nubi; diffusione della nebbia per disturbare i sistemi di comunicazione dei nemici; incoraggiamento della formazione di instabilità provocando, a richiesta, nuvole o tempeste; distruzione della logistica nemica attraverso acquazzoni, alluvioni; riduzione delle riserve di acqua nemiche, siccità, scarsità di acqua dolce e impoverimento dei terreni». Attesta il predetto documento: «Nel 2025 le forze aerospaziali USA potranno avere il controllo del clima se avranno capitalizzato le nuove tecnologie sviluppandole nella chiave delle applicazioni di guerra. [...] Dal miglioramento delle operazioni degli alleati e dall'annullamento

di quelle del nemico tramite scenari climatici “su misura”, alla completa dominazione globale delle comunicazioni e dello spazio, la modificazione climatica offre a chi combatte una guerra un’ampia gamma di possibili modi per sconfiggere o sottomettere l’avversario».

Addirittura l’Organizzazione Meteorologica Mondiale (OMM) gode di privilegi e immunità per “giocare” con il clima planetario: una prova in tal senso è il Rapporto numero 15, pubblicato nel 2011. Il 19 luglio 2001, a Genova, mentre le forze dell’ordine sotto le direttive del ministero dell’Interno mandavano in onda la mattanza dei pacifisti, l’allora primo ministro *pro tempore*, Silvio Berlusconi e il presidente nordamericano Bush junior siglavano un accordo sulla sperimentazione climatica, al quale hanno aderito varie università tricolori, il CNR, l’INGV, la Fiat altri soggetti. Un simile accordo segreto e bilaterale è stato firmato allora, dal capo della White House con altri governanti europei.

Ultimamente sono salite alla ribalta diverse fonti per le quali sarebbero presenti, nei prodotti irrorati, agenti patogeni appartenenti ai generi *Mycoplasma pneumoniae* e *Chlamydia pneumoniae*. Questi micoplasmi paiono essere collegati alla Sindrome di affaticamento cronico, oltre che alla Sclerosi multipla. Può confermare tutto ciò? Cosa può dirci del morbo di Morgellons?

A proposito di precedenti storici. Il governo USA a distanza di tempo ha ammesso di aver lanciato armi batteriologiche in Corea. Oggi una sindrome causata dalle scie chimiche è il Morgellons, un terribile morbo che si manifesta con fibre di materiali sintetici che fuoriescono dalla pelle. Questi filamenti, contenuti nelle scie chimiche, al loro interno ospitano nanostrumenti in grado di replicare il DNA di insetti, virus, parassiti con

cui vengono a contatto. Ecco perché la malattia insorge di solito in seguito alla puntura di un insetto. Il Morgellons, caratterizzato da un prurito insopportabile, provoca un grave deperimento dell'organismo. La connessione tra scie chimiche e Morgellons è stata appurata da vari medici tra cui la dottoressa Hildegard Staninger, il dottor Michael Castle, il dottor Edward Spencer, il dottor Karyo.

Poiché con le *chemtrails* sono sparsi vari metalli (l'alluminio, il bario, il piombo ecc.), si diffondono sempre più malattie come il Parkinson e l'Alzheimer. La causa del Parkinson è probabilmente da ricercarsi nell'accumulo di metalli nell'encefalo. Anche l'Alzheimer, sebbene se ne sospetti un'origine genetica, è legato presumibilmente all'accumulo di metalli nel cervello. Il bario è notoriamente un veleno che attacca soprattutto i muscoli, cuore compreso. Può essere all'origine di ictus a loro volta legati alla fibrillazione atriale e all'infarto miocardico. Molte forme tumorali (ad esempio i linfomi) sono connesse all'uranio e all'etilene dibromide, quest'ultimo è un insetticida ufficialmente bandito negli Stati Uniti.

Se assorbito dall'organismo, può causare danni al sistema nervoso, edemi polmonari e sintomi quali dispnea, ansia, affanno, tosse. È molto irritante per le mucose e le vie respiratorie.

L'esposizione alle radiazioni non ionizzanti è reputata da molti scienziati all'origine di neoplasie, soprattutto leucemie

.....

Il dottor Donald Scott ritiene che la fibromialgia, l'Alzheimer, la sclerosi multipla, l'encefalomielite mialgica (o sindrome da affaticamento cronico), insieme con altre affezioni neurosistemiche, siano la conseguenza dell'aggressione del micoplasma, un batterio che è stato geneticamente modificato in vari laboratori canadesi e statunitensi e

quindi sperimentato sulle popolazioni inconsapevoli. I micoplasmi sono stati e vengono sparsi – ricorda Scott – soprattutto con gli aerei. Lo studioso Tom Montalk ha individuato nelle *chemtrails* vari batteri: lo *Pseudomonas aeruginosa*, Enterobatteri e la *Serratia marcescens*. Lo *Pseudomonas aeruginosa* è un batterio modificato geneticamente da aziende come la Pathogenesis. Se inalato, può provocare immunodepressione e danni alle cellule in cui si insedia come ospite. Gli Enterobatteri sono microorganismi comprendenti l'*Enterobacterio coli*, la salmonella e la *Klebsiella*, responsabile della polmonite. La *Serratia marcescens* è un patogeno molto pericoloso che determina l'insorgenza della polmonite. Questo batterio, come emerge da documenti declassificati, fu sperimentato nel 1950 sulla popolazione, ovviamente inconsapevole, di San Francisco: causò vari decessi.

Altri disturbi e affezioni meno gravi, ma non per questo da trascurare, sono dovuti all'inalazione e alla ingestione di elementi chimici e biologici di varia natura: depressione, annebbiamento mentale, stipsi, sindromi para-influenzali, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, amnesie. Un altro capitolo è costituito dalle patologie causate dalle intense e costanti emissioni elettromagnetiche inquadrabili in un piano di potenziamento delle trasmissioni a fini militari. Il professor Levis elenca le principali sintomatologie connesse all'irradiazione di onde elettromagnetiche. Queste si possono riassumere nei seguenti problemi: sintomi cutanei (prurito, eritemi, allergie); del sistema nervoso (disturbi del sonno, ansia, cefalee, emicranie, sindromi depressive); del sistema muscolare (crampi, dolori muscolari, astenia); del sistema cardiovascolare (aritmie, disturbi della pressione arteriosa, ictus); del sistema ormonale e di quello immunitario (riduzione della sintesi della melatonina, alterazioni delle popolazioni linfocitarie); del sistema riproduttivo (aborti spontanei); del sistema acustico, visivo, olfattivo, digestivo. L'esposizione alle radiazioni non ionizzanti è reputata da molti scienziati all'origine di neoplasie, soprattutto leucemie.



Il livello di cover-up da parte di tutte le istituzioni è inquietante: il silenzio assoluto, in relazione alla formulazione di domande di chiarimento sul fenomeno scie chimiche, allarma. Sono state fatte in passato interpellanze parlamentari, tutte senza esito, tutte rimaste avvolte da una cappa di omertà. È possibile secondo lei far pervenire la propria voce a chi sarebbe preposto a fornire risposta? Quali percorsi giuridici, ammesso che la legalità sia ancora una strada percorribile, si devono intraprendere per ottenere quei responsi di cui sopra?

Possiamo contare solo su di noi; se il popolo, ossia ognuno di noi, decide finalmente di scegliere di non distruggere e rispettare, e riesce a ritrovare un pizzico di coraggio per non continuare a subire non solo senza reagire, ma anche acconsentendo alla propria distruzione, allora l'acqua tornerà a

essere vita e non ci sarà militare che possa permettersi di sperimentare qualcosa che non sia foriero di vita e di benessere, e non ci sarà politico che possa occupare una poltrona senza servire la vita. La via giuridica è preclusa, ovvero sterile, perché le norme del cosiddetto diritto sono state forgiate per garantire esclusivamente meri interessi economici. Forse l'unica soluzione, oltre alla conoscenza e alla consapevolezza critica, è la pacifica disobbedienza civile, già praticata da Gandhi. Mediante essa, infatti, il popolo indiano riuscì a ottenere l'indipendenza dal colonialismo inglese, apparentemente invincibile. Il 9 novembre 2009 il quotidiano «Il Sole 24» ore ha pubblicato «Padroni del tempo e del clima», nonché «Il sogno di un risiko a colpi di uragano». E così di seguito i giornali «La Repubblica», «L'Espresso», «La Stampa», «Il Corriere della Sera», «The Guardian».

Dai predetti articoli si evince che non è vero che nessun aereo ha mai rilasciato scie diverse dalle semplici scie di condensazione; numerosi velivoli hanno sorvolato i cieli manipolando il clima; che dal 1955 al 1963 degli aerei militari della Raf hanno sorvolato in lungo e in largo l'Inghilterra spargendo veleni nell'aria per studiarne gli effetti; che «se c'è un complotto è quello della comunità scientifica» parole di Renzo Rosso professore ordinario di Idrologia al Politecnico di Milano, annotate dal quotidiano degli Agnelli.

Su quelle che i ricercatori indipendenti hanno definito
“scie chimiche”, esistono parecchi studi, a partire dalle
sperimentazioni segrete con il bario, condotte dalla Nasa
e dal Max Planck Institute

.....

Anche il parlamento europeo negli anni Novecento si è pronunciato sul pervasivo fenomeno delle scie chimiche considerando che, «malgrado le

convenzioni esistenti, la ricerca militare si applica attualmente alla manipolazione dell'ambiente come arma, come è il caso ad esempio del sistema HAARP con base in Alaska».

Per un attimo lasciamo da parte anche i documenti ufficiali e i resoconti giornalistici, affidandoci all'osservazione diretta del fenomeno. Vale a dire: la disseminazione di scie biancastre persistenti mediante l'irrorazione a bassa quota sui centri abitati. Ecco nonostante questa lampante evidenza non si accende la famosa lampadina del dubbio?

Dopo l'entrata in vigore del "Trattato sui cieli aperti" (2 gennaio 2002, «Gazzetta Ufficiale») e la firma Bush-Berlusconi (22 gennaio 2002) del successivo "Accordo Bilaterale sulla Ricerca Congiunta dei Cambiamenti Climatici" abbiamo cominciato a vedere i cieli italiani pieni di strisce, che si allargano in finte nuvole capaci di ricoprire interamente di grigio la volta celeste e che ci dicono di non vedere e di far finta che non ci siano. Non sono prove queste? E come mai il generale Fabio Mini ci spiega che la guerra all'ambiente è iniziata da un pezzo e la dottoressa Rosalie Bertell, scienziata di fama internazionale, sostiene esattamente la stessa cosa, ovvero che l'ambiente è l'ultima arma e ciò nonostante non c'è nessuno che si interessi minimamente a quello che stanno facendo all'interno le forze armate e della NATO? I militari dovrebbero rispondere ai politici, ma oggi rispondono agli industriali e alle multinazionali.

Il Presidente della Repubblica nella sua qualità di Capo delle Forze Armate dovrebbe sapere quello che fanno i militari, ma interpellato da una brava signora, preoccupata per quel che vedeva accadere nella sua valle, anni fa rispose che "non era sua competenza".

Usare tecniche di modifica dell'ambiente è vietato:

cosa dice la Convenzione ENMOD

La Convenzione sul divieto dell'uso di tecniche di modifica dell'ambiente a fini militari o ad ogni altro scopo ostile alla vita, meglio nota anche come ENMOD, è il trattato internazionale che proibisce l'uso militare e ogni altro utilizzo ostile delle tecniche di modifiche ambientali.

La Convenzione è stata aperta alla firma il 18 maggio 1977 a Ginevra ed è entrata in vigore il 5 ottobre 1978. Attualmente, gli Stati Uniti d'America e la NATO violano impunemente questo accordo sancito nel 1976 dalla risoluzione numero 31 delle Nazioni Unite.

Alla Convenzione seguono due conferenze di revisione nel 1984 e, dopo la Guerra del Golfo, nel 1992. Gli Stati firmatari sono 48, di cui 16 non hanno ancora ratificato il trattato. In totale gli Stati che vi hanno aderito sono 76. Tra quelli che non hanno aderito si annoverano la Francia e Israele. L'Italia ha firmato la Convenzione a Ginevra il 18 maggio 1977 e l'ha ratificata con la legge numero 962 del 29 novembre 1980, approvata dal parlamento italiano e promulgata dal presidente della Repubblica Sandro Pertini.

La Convenzione proibisce l'uso militare e ogni altro utilizzo ostile delle tecniche di modifiche ambientali aventi effetti estesi, duraturi o severi. Il termine "tecniche di modifiche ambientali" si riferisce ad ogni tecnica finalizzata a cambiare – mediante la manipolazione deliberata dei processi naturali – la dinamica, la composizione e la struttura del pianeta Terra, incluse la sua biosfera, litosfera, idrosfera e atmosfera, così come lo spazio esterno. I criteri per la definizione di tali tecniche non sono definiti nel corpo della Convenzione ma nell'Intesa sull'Articolo I che, riportando quanto emerso in fase negoziale, esplicita i termini: «esteso» come riferibile a un'area di diverse

centinaia di chilometri quadrati; poi «duraturo» come riconducibile a un periodo di mesi o di almeno una stagione; infine, «severo» come correlato a un'azione che provoca danni seri o significativi alla vita umana, naturale alle risorse economiche o altre attività.

Il divieto di guerra climatica, ovvero di utilizzo delle tecniche di modifica del clima o di geoingegneria con lo scopo di provocare danni o distruzioni, viene ripreso anche nella Convenzione sulla diversità biologica del 2010. La Convenzione non tutela l'ambiente da qualunque danno provocato dalle azioni belliche od ostili, ma vieta quelle tecniche offensive che trasformano l'ambiente stesso in un'arma, ascrivibili alle tecniche di manipolazione ambientale. Inoltre, la Convenzione si applica solo in caso di conflitti tra Stati, quindi sono esclusi dall'ambito di applicazione sia l'utilizzo di tali tecniche in caso di guerre interne agli Stati, sia le sperimentazioni. Oltre a vietare il ricorso a tecniche di manipolazione ambientale per scopi bellici od ostili, la Convenzione però approva specularmente l'utilizzo di tali tecniche per scopi "pacifici", come ad esempio l'inseminazione delle nuvole per provocare la pioggia e la fotosintesi artificiale per la riduzione del biossido di carbonio.

Consigli di Lettura



Gianni Lannes

Scie Chimiche

La Guerra Aerea che avvelena la Nostra Vita e il Pianeta

a prima ricerca giornalistica libera e indipendente sull'argomento Chemtrails.

Il libro contiene documenti ufficiali fino ad ora tenuti segreti all'opinione pubblica

Nell'Agosto 1996 l'Aeronautica Militare USA ha elaborato Weatheras a Force Multiplier: Owning the Weather in 2025 (Il clima come moltiplicatore di forza: il dominio del clima nel 2025). In questo documento – reso operativo anche in Europa – si legge: «Il fine di questo studio è di mettere a fuoco una strategia per applicare in futuro un sistema per modificare il clima con il raggiungimento di obiettivi militari».

Questo libro mette a nudo una vera e propria guerra segreta che si sta svolgendo in modo occulto sulle nostre teste.

Arianna Editrice, 2016

Abbiamo intervistato Gianni Lannes

Gianni Lannes ha 50 primavere e dal 1987 svolge all'estero e in Italia il mestiere di giornalista e fotografo libero e indipendente. Specializzato nel traffico di esseri umani, armi e rifiuti pericolosi. Ha lavorato per Rai e La7, e inoltre nei settimanali «L'Espresso», «Panorama», «Famiglia Cristiana», «Io Donna», «D La Repubblica delle Donne», «Il Venerdì di Repubblica», «Avvenimenti», «Diario». Ha collaborato ai quotidiani «Il Manifesto», «Liberazione», «La Repubblica», «L'Indipendente», «L'Unità», «La Stampa», «Il Corriere della Sera». Più volte ha rischiato la vita su fronti di guerra, e ha subito alcuni attentati e minacce di morte. Dal 2012 cura il diario internautico (blog) su la testa! Che ha destato l'attenzione di 6 milioni di visualizzazioni in tre anni. Su questo blog anticipa, racconta e approfondisce alcune delle vicende di cui scrive nei suoi libri. Ha pubblicato i seguenti volumi: *Nato: colpito e affondato* (2009), *Il grande fratello. Strategie del dominio* (2012), *Terra muta* (2013), *Nato. La strage del Francesco Padre* (2014), *Italia, usa e getta* (2014), *La montagna profanata* (2015).

Ottobre 2015 • Padova e Castello di Godego (TV)

Corso di formazione basato sulle **straordinarie** ed incredibili **conoscenze** dell'**Igiene Naturale** e della **Medicina empirica**.

Un percorso completo per comprendere meglio il mistero dell'organismo umano, di quali nutrienti l'uomo ha realmente bisogno e imparare eccezionali tecniche terapeutiche pratiche (idrotermofangopratica, EFT, piante, ecc.)

Le lezioni saranno tenute da **Marcello Pamio**, naturologo e divulgatore di Igiene Naturale, e da altri esperti del settore



- Corsi di cucina vegana, crudista, senza glutine, pasticceria naturale, pane e pizza con pasta madre....
- Corso di simbologia occulta degli organi. Serie di incontri dedicati al simbolismo di organi e apparati.

Per tutti i **corsi** ed **attività** visita il nostro sito www.artedellasalute.it

Convegni



Impara a volerti bene, investendo su salute, alimentazione naturale e benessere: noi ti diciamo come...



Sabato 28 febbraio – Convegno: Riequilibrio Energetico, della Salute e delle funzioni Organiche. Prevenzione e cura del cancro.
Novotel viale Suzzani 13, Milano - Ore 14.30

Domenica 20 marzo – Convegno: Prevenire e rallentare l'invecchiamento cellulare con la medicina quantistica e biofotonica
Novotel viale Suzzani 13, Milano - Ore 14.30

20 febbraio, sabato 19 febbraio, 21 maggio, 18 giugno
La medicina e la fisica quantistica nella vita di tutti i giorni
Dott. Michelangelo Catalano
Novotel viale Suzzani 12, Milano - Ore 14.30

Location: Novotel, Viale Suzzani 13, Milano

SCOPRI TUTTI I NOSTRI APPUNTAMENTI SUL SITO WWW.SAPOREDELSAPERE.IT

sapere
IL SAPORE DEL SAPERE

INCONTRI, CONVEGNI, CORSI DI CULTURA, SALUTE E ALIMENTAZIONE



Per info e prenotazioni:
Tel. 0266115408 - Cell. 3357970280
e-mail: info@saporedelsapere.it
www.saporedelsapere.it



www.eredieffe.com

macrolibrarsi



David Icke L'Imbroglione della Realtà e l'Inganno della Percezione

Le più complete rivelazioni sull'esistenza umana mai scritte prima d'ora

Libro € 26,90 - Pag. 1040

Le ultime ricerche e intuizioni riguardo alla nostra realtà simulata, all'universo olografico e alle forze occulte non umane che stanno manipolando la vita umana attraverso stirpi consanguinee di ibridi che riducono la nostra società in uno stato orwelliano di totale controllo e sottomissione.

ICKE IN
ITALIA 2016
INFO QUI
bit.ly/icke-2016



Marco Pizzuti
**Sceite Alimentari
non Autorizzate**
Libro € 15,90 - Pag. 288



Song Whang
**Invertire
l'Invecchiamento**
Libro € 16,50 - Pag. 139



Arcangelo Mirande, A.M. King
**LIFE - I Segreti della
Ghiandola Pineale**
Libro € 44,00 - Pag. 656



Rick Strassman
**DMT - La Molecola
dello Spirito**
Libro € 24,00 - Pag. 368



Roberto Antonio Bianchi
**I Consigli per vivere
Sani fino a 100 anni**
Libro € 7,90 - Pag. 200



Rosario Marciano,
Antonio Marciano
**Scie Chimiche - La
Guerra Segreta**
Libro € 16,90 - Pag. 312



Rick Hanson
**Cambia il
tuo Cervello**
Libro € 11,50 - Pag. 288



Selene Calloni Williams
Mantra Madre
Libro € 13,50 - Pag. 193

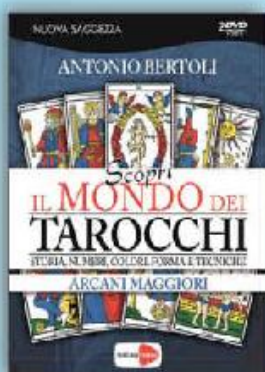
E-commerce n°1 in Italia per il benessere!



0547/346317
9.00-18.00 lun-ven



Acquista online su
www.macrolibrarsi.it



Antonio Bertoli

Scopri il Mondo dei Tarocchi

Storia, Numeri, Colori, Forma e Tecniche - Arcani Maggiori

2 DVD € 29,50 - Durata 360'

Un video imperdibile con uno stage intensivo di Tarocco sugli Arcani Maggiori con Antonio Bertoli, volto a conoscere i significati di ogni carta e ad apprendere le loro modalità di relazione.

Cos'è il Tarocco, dove nasce? È vero che predice il futuro? O si tratta di un gioco di carte caricato, in buona o cattiva fede, di significati esoterici? Il Tarocco è tutta una costellazione, roba da maghi e cartomanti, indovini, zingari, new age, sette esoteriche, gente che più o meno si è bevuta il cervello?



Lise Bourbeau
Le 5 ferite
Vol. 2

Libro € 15,00 - Pag. 160



Alberto Grolla, Capitanata
Relaxation
Therapy Vol. 3

CD € 18,50
Durata 9 brani 61'



Li Wu
L'Orologio
degli Organi

Libro € 14,50 - Pag. 160



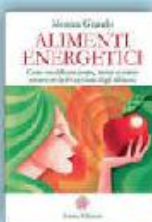
Cyndi Dale
Kundalini
Energia Divina

Libro € 16,50 - Pag. 256



Padre Romano Zago
Il Rimedio dell'Aloe

Libro € 5,80 - Pag. 136



Monica Grando
Alimenti Energetici

Libro € 10,00 - Pag. 128



Swanie Simon, David Bettio
La Dieta BARF
per Cani

Libro € 12,90 - Pag. 144



Claudia Rainville
Metamedicina 2.0 - Ogni
Sintomo è un Messaggio

Libro € 24,00 - Pag. 452

Spedizione gratuita con corriere espresso a partire da ordini di €29,00!

VIVI UN ANNO DI SCIENZA, SALUTE E CONSAPEVOLEZZA



abbonamento
elettronico PDF

UN ANNO A SOLI
15 €



abbonamento
cartaceo

UN ANNO A SOLI
25 €



COME ABBONARSI

- **DIRETTAMENTE DAL SITO**
www.scienzaeconoscenza.it/abbonamenti scegliendo il tipo di abbonamento e la modalità di pagamento desiderata (bollettino, bonifico; paypal, carta credito).
- **CON BONIFICO BANCARIO:** intestato a
Macro Società Cooperativa IBAN IT 31 1 07073 23901
004000154833- BIC ICRAITRRIT0
BANCA CREDITO COOPERATIVO
FIL. CESENA FIORENTUOLA
VIA L. LUCCHI 135 CESENA (FC)
- **CON BOLLETTINO POSTALE:** Fare il versamento su c/c postale 10632479 intestato a Macro Soc. coop. (indicando nome, cognome, indirizzo postale e mail)
Codice IBAN: IT 73 L 07601 13200 000010632479 (solo per bonifico postale).
Specificare sempre in CAUSALE il tipo di abbonamento scelto, da quale numero si desidera far partire l'abbonamento e l'indirizzo mail per ricevere le nostre comunicazioni.
- **CARTA DI CREDITO o PAYPAL** direttamente dal nostro sito www.scienzaeconoscenza.it con circuito protetto PayPal. - Codice BIC/SWIFT: ICRAITRRIT0 intestato a Macro Società Cooperativa.

Se desideri maggiori informazioni su tutti i tipi di abbonamenti o acquistare i numeri arretrati scrivi a info@scienzaeconoscenza.it
Tel. 0547 347627
o visita www.scienzaeconoscenza.it

Seguici su



**ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER
E RICEVI SEMPRE GRATUITAMENTE LA RIVISTA
NATURALMENTE IN SALUTE**
(inserto digitale di Salute Naturale
della rivista Scienza e Conoscenza)

Vai su www.scienzaeconoscenza.it/newsletter



ASSOCIATI E SCOPRI IL RISPARMIO ETICO DI MACRO SOCIETÀ COOPERATIVA



**IN OMAGGIO PER
TUTTI I NUOVI SOCI:**

**UN ABBONAMENTO
DI 6 MESI A**

**SCIENZA^e
CONOSCENZA**
NUOVE SCIENZE E MEDICINE NON CONVENZIONALI

MacroCredit

dal 1987 al servizio del Benessere e della Conoscenza



Nata nel 1987 come Società Cooperativa, Macro è fondata sui principi della solidarietà, della tutela e della partecipazione diretta dei soci alle scelte e decisioni più importanti.

- Ogni socio riceve aggiornamenti periodici sulle nostre attività attraverso la newsletter e il catalogo editoriale.
- Partecipa direttamente alla vita della cooperativa e alle assemblee.
- Può contare sulla garanzia di un utilizzo etico e solidale del proprio risparmio, facilmente verificabile.

**SE TI PIACCONO
I NOSTRI LIBRI...
E TI INTERESSANO
I NOSTRI EVENTI**

ASSOCIATI A
MACRO SOCIETÀ COOPERATIVA

E BENEFICERAI
DI INTERESSANTI **SCONTI**
ALTRI VANTAGGI
E PROMOZIONI ECCEZIONALI
RISERVATE AI SOCI

Per informazioni: tel. 0547 346258
serviziosoci@macrocredit.it
www.macrocredit.it



YOGA E SALUTE | LE 5 CHIAVI DEL BENESSERE



5 SEMINARI PER UNA VITA SANA E FELICE grazie allo Yoga Kundalini e alla meditazione

Vorresti creare la salute che desideri?

Yoga e Salute: le 5 chiavi del benessere è un percorso formativo nel quale imparerai a centrare il tuo sistema, rendendolo armonioso, bilanciato e ricaricato, per ottenere uno stato di buona salute che dura nel tempo.

Il dott. Ram Rattan Singh, una delle più autorevoli voci del Kundalini yoga a livello europeo, ha raccolto 20 anni di esperienza in un corso dal vivo che ti offre l'opportunità di una trasformazione completa, consegnandoti le chiavi che aprono le porte dell'autoguarigione.

In che modo yoga e salute sono connessi?

Nei 5 seminari, una domenica al mese, scoprirai velocemente i passi che i saggi di tutti i tempi hanno utilizzato per aprirsi al flusso dell'Energia Cosmica, ottenendo conoscenza, vitalità e longevità, attraverso lo studio e la pratica del Kundalini Yoga come insegnato da Yogi Bhajan.

DA DOMENICA 6 MARZO 2016



Centro Le Vie del Dharma - via Savona 66, Cesena
tel. 0547 347025 - centro@leviedeldharma.it

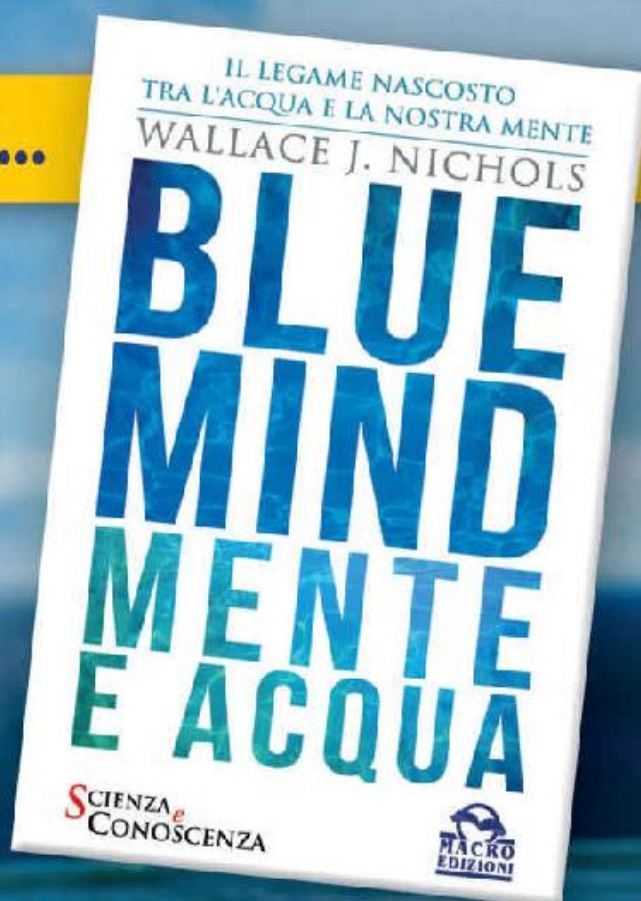


**ISCRIVITI PER TEMPO
E RISPARMIA!**

PER INFORMAZIONI, SCONTI E MODALITÀ DI ISCRIZIONE
VISITA WWW.LEVIEDELDHARMA.IT/YOGAESALUTE

STA ARRIVANDO...

**IMMERGITI
ANCHE TU
IN UN
MARE
DI VITA!**



SCARICA L'ESTRATTO GRATUITO
su www.gruppomacro.com/bluemind

