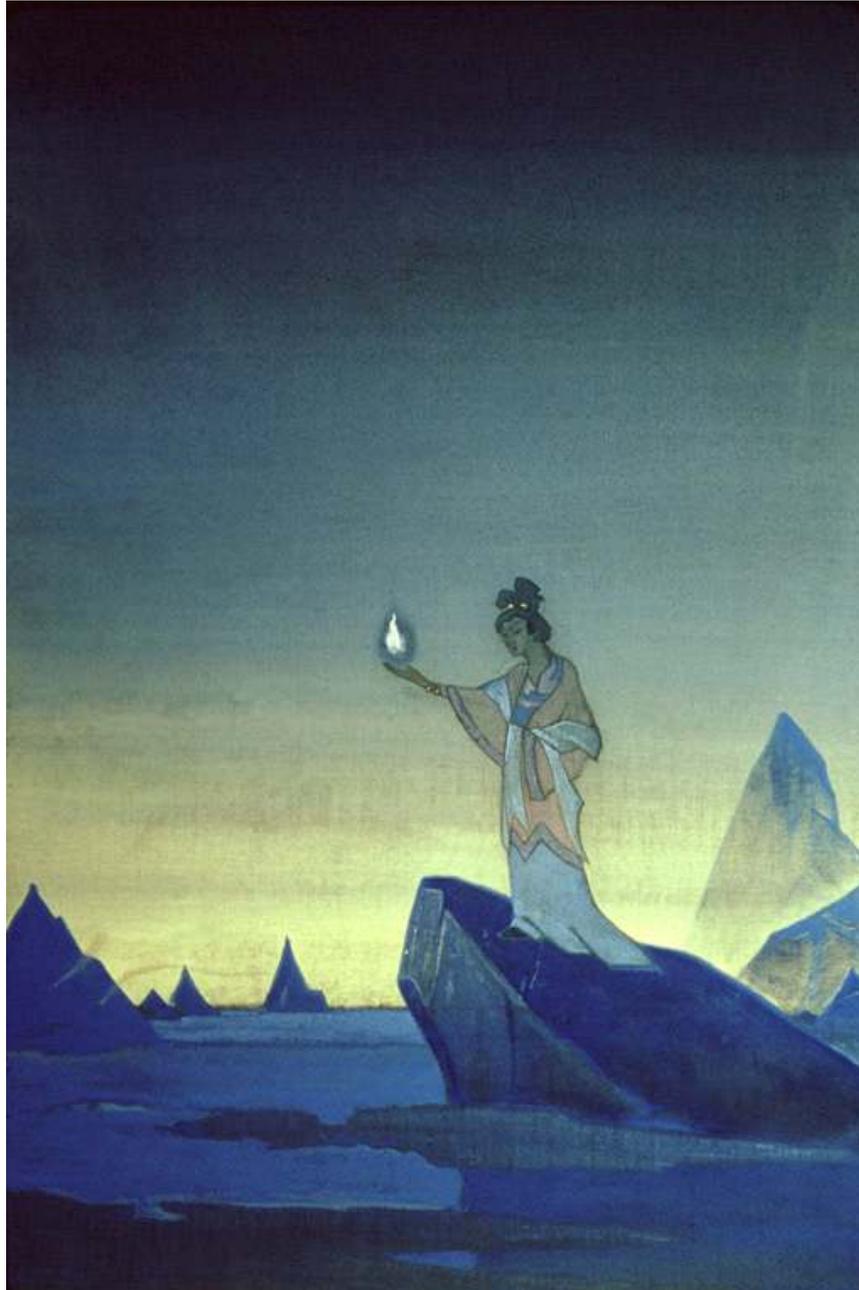


L'ENERGIA PSICHICA



In copertina Nikolaj Roerich, La Madre dell'Agni Yoga, 268x400, conservato presso il Museo Roerich di Mosca

L'ENERGIA PSICHICA

“Il vero progresso
sta proprio nello studio
dell'energia psichica”
Aum, § 223

Nel cuore “sono latenti
tutte le energie del Mondo”
Cuore, § 135

“È giusta la via dei raggi cosmici,
ma senza il cuore,
senza l'energia psichica
quelle scoperte
sono solo approssimate”
Cuore, § 296

“La conoscenza
delle energie supreme
è quel potere
che conduce all'Essere”
Gerarchia, § 369

*A cura del Primo Laboratorio
dell'Istituto Italiano di Ricerche Ursvati
Novembre 2015*

INDICE

Introduzione

Nota al testo

1. La via della sintesi
 - 1.1. Schema delle energie cosmiche
 - 1.2. Collocazione delle energie
 - 1.3. Definizione dei vertici

2. La via dell'analisi
 - 2.1. Che cos'è l'energia psichica e quali sono i suoi nomi
 - 2.2. Campo d'azione dell'energia psichica
 - 2.3. Proprietà dell'energia psichica
 - 2.4. Sviluppo e indebolimento dell'energia psichica
 - 2.5. Studio dell'energia psichica
 - 2.6. Cosa indica la presenza dell'energia psichica
 - 2.7. Energia psichica e salute

Conclusioni

Bibliografia

INTRODUZIONE

Questo breve studio si pone l'obiettivo di identificare le forze energetiche che stanno alla base del mondo manifesto, facendo particolare riferimento all'energia psichica.

Energia Psichica è un termine che viene qui utilizzato nell'accezione con cui compare nell'Insegnamento di Etica Vivente o Agni Yoga, divulgato dalla filosofa russa Elena Ivanovna Šapošnikova Roerich (1879-1955)¹.

Diversi riferimenti all'energia psichica compaiono nei testi dell'Insegnamento dell'Agni Yoga², nelle lettere e nei diari di Elena Roerich, in modo frammentario, ma significativamente profondo. Molti ricercatori si sono impegnati, e s'impegnano tuttora, a dare una forma omogenea a tali riferimenti e il presente lavoro vuole essere anch'esso un contributo a tali ricerche, che al momento sono per lo più in lingua russa (citate nella bibliografia).

Infatti, il primo a presentare una ricerca sull'energia psichica, sulla base dei testi dell'Agni Yoga, è Aleksandr Klizovskij (1874-1942) nel 1937. Nella sua opera *Fondamenti per la comprensione della Nuova Era* (vedi bibliografia), dedica un capitolo di circa quaranta di pagine a questo argomento.

Interrogandosi su cosa sia l'energia psichica, si capisce che si tratta di un'energia molto sottile e molto potente, che è connessa a tutte le manifestazioni della Vita e che si presenta come una scintilla celata nei cuori, a cui si ha accesso solo in presenza di determinati stati di coscienza. Può quindi rimanere una piccola scintilla, illuminarsi un po' di più ogni tanto, spegnersi del tutto o accendersi e divampare come un fuoco. Dipende da quanto il risveglio della coscienza venga attivato, sostenuto, alimentato e sviluppato.

La presente ricerca si inserisce all'interno dei lavori dell'Istituto Italiano di Ricerche Urusvati, che dal 1980 opera a sostegno dello sviluppo di coscienza di gruppo al servizio dell'evoluzione planetaria. Il lavoro dell'Istituto si esprime a livelli diversi, tra cui quello della ricerca. L'intento è proteso verso l'apertura di nuovi orizzonti mentali tramite l'indagine di nuove aree di studio per uscire dal conosciuto, che, seppur confortevole, non permette di sviluppare il pensiero astratto e proiettarsi verso il piano intuitivo. Alcuni esempi sono relativi agli studi sul movimento e l'influsso degli astri (astrosofia), sulle geometrie sacre (psicogeometria), sulle ricerche etimologiche (etimosofia)³. Nel 2010 è stato prodotto un compendio di tutti i riferimenti all'energia psichica presenti nei testi dell'Agni Yoga, ma su questo torneremo in seguito.

Il presente lavoro da un lato vuole identificare la posizione dell'energia psichica all'interno di una scala gerarchica e quindi formulare un'ipotesi di come si collochi rispetto ad altri tipi di energie e indagarne i suoi vari aspetti e proprietà; dall'altro, con la bibliografia, vuole offrire una panoramica sui lavori prodotti in russo sull'energia psichica.

¹ Il segno diacritico sulla *c* e la *s* (č, š) indica la loro palatizzazione, si pronunciano quindi come in "cena" e in "scendere". Per notizie biografiche in italiano si veda il testo di Drayer Ruth, *Nikolaj e Elena Roerich, il viaggio spirituale di due grandi artisti e creatori di pace*, Editrice Nuova Era, 2011.

² I testi dell'Insegnamento dell'Agni Yoga o Etica Vivente sono i seguenti: *Appello, Illuminazione, Comunità, Agni Yoga, Infinito, Gerarchia, Cuore, Mondo del Fuoco, Aum, Fratellanza, Sovramundano*, scritti in russo da Elena Roerich. Tutte le citazioni di questi testi nel presente lavoro sono tratte dalle edizioni Nuova Era (Roma), prima traduzione italiana dall'inglese a cura di Enzo Savoini.

³ Per una visione completa delle ricerche, si veda www.theplanetarysystem.org.

Solo un paio di considerazioni sono ancora necessarie prima di entrare nel merito dell'argomento. Si parte dal presupposto che l'essere umano sia parte di un sistema evolutivo gerarchico e che al momento occupi una posizione mediana tra terra e cielo, ovvero tra i regni di natura "inferiori", come minerale, vegetale e animale e quelli "superiori", planetario, eterico. Il secondo presupposto è che la costituzione dell'essere umano sia analogicamente simile a quella dell'universo, in cui la stessa matrice si riproduce all'infinito, nel piccolo e nel grande⁴. Il fatto poi, che tutto quanto possa essere considerato come la parte manifesta di un Essere superiore, viene offerto come un ulteriore elemento di riflessione.

Partendo da tali presupposti, si può quindi affermare che le leggi che regolano l'universo siano le stesse che regolano la vita sulla Terra, e le energie presenti nell'universo siano le stesse presenti nell'essere umano.

Ci rendiamo conto di muoverci su un terreno molto delicato, ma lo facciamo ancorandoci alle gomene del cuore e utilizzando la sua luce come faro.

⁴ "Tutto ciò che è in alto è come ciò che è in basso, tutto ciò che è in basso è come ciò che è in alto. E questo per realizzare il miracolo di una cosa sola da cui derivano tutte le cose, grazie ad un'operazione sempre uguale a se stessa", Ermete Trismegisto, *La tavola di Smeraldo*.

NOTA AL TESTO

In questa sede affronteremo lo studio dell'energia psichica da un punto di vista sintetico e da uno analitico, per seguire quanto suggerito nell'insegnamento dell'Agni Yoga, "le vie sono due: l'analisi e la sintesi" (*Aum*, § 133).

L'approccio sintetico è volto a porre l'energia psichica all'interno di una struttura gerarchica di energie e quindi di formulare un'ipotesi sulla sua origine e la sua collocazione rispetto ad altri tipi di energia.

L'approccio analitico viene espresso sotto forma di definizione delle varie caratteristiche dell'energia psichica. A questo proposito occorre dire che lo studio di Klizovskij del 1939 (citato) e lo studio effettuato all'interno dell'Istituto italiano di ricerche Urusvati nel 2010 hanno identificato le stesse principali caratteristiche, senza che quest'ultimo fosse a conoscenza del precedente. Le due ricerche sono state suddivise in questo modo:

- Klizovskij: Che cos'è l'energia psichica; Proprietà dell'energia psichica; Sviluppo e accumulo dell'energia psichica; Esperimenti; Ostacoli allo sviluppo dell'energia psichica; L'energia psichica e le malattie.
- Urusvati: Che cos'è l'energia psichica; Con quali nomi viene indicata e cos'è in essenza; Quali sono le sue qualità e le sue caratteristiche; Come si accumula, si sviluppa, si alimenta e si evoca; Che cosa la indebolisce o la distrugge; Che cosa ne indica la presenza; Come e quando si utilizza; Esperimenti possibili per indagarla e conoscerla; Il suo campo d'azione; Relazioni: con chi, con che cosa.

Qui ci si prefigge di combinare i due studi, secondo una modalità settenaria⁵, con una suddivisione in sette capitoli, che compongono la seconda parte questo testo: 1. Che cos'è l'energia psichica; 2. Campo d'azione; 3. Proprietà; 4. Cosa ne indica la presenza; 5. Studio; 6. Sviluppo e indebolimento; 7. Energia psichica e salute.

Ben consci di essere solo agli albori di uno studio sistematico sull'energia psichica, si mette a disposizione la presente ricerca a tutti coloro che vogliano cimentarsi nell'impresa di sviluppare ulteriormente l'argomento, magari aggiungendo la componente scientifica a quella spirituale⁶.

⁵ "L'intero Cosmo si regge sul principio settenario: perciò ogni energia, ogni fenomeno racchiude in sé sette gradazioni di tensione e raffinamento" (E. Roerich, *Lettere*, 3 settembre 1935).

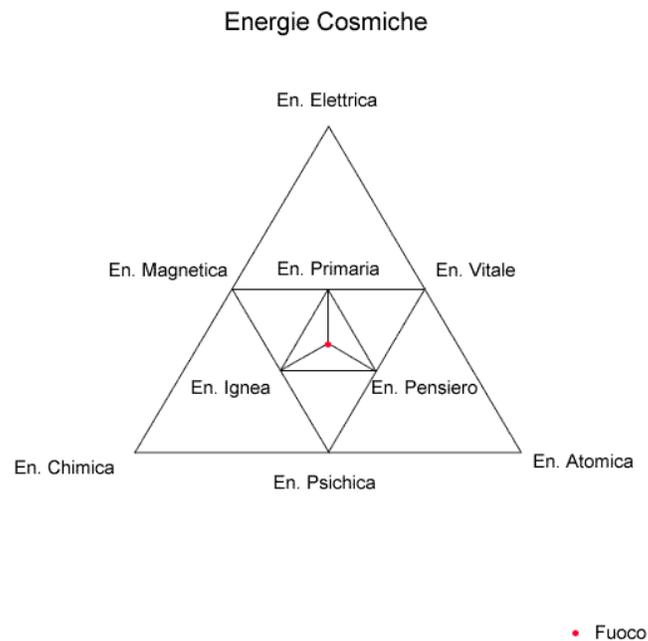
⁶ Un segnale in questa direzione è, tra l'altro, la nascita di una rivista annuale in lingua russa (prima uscita novembre 2014) dal titolo "Energia Psichica", vedi bibliografia.

1. LA VIA DELLA SINTESI

L'approccio sintetico appare essere il più consono a trattare di temi relativi alla coscienza. "La coscienza cresce con la sintesi. ... La sintesi, che risponde alla coscienza ignea e contiene tutti i fuochi del cuore e dello spirito, va a consolidare la spiritualità e la vita psichica" (E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*, p. 259)⁷.

1.1 SCHEMA DELLE ENERGIE COSMICHE

Lo schema riportato di seguito è stato redatto per offrire una visione gerarchica delle energie cosmiche più sottili, che stanno alla base della manifestazione. Naturalmente si tratta di un esercizio puramente intellettuale, poiché spiritualmente tutto è Uno. "La bellezza dell'Universo sta nella molteplicità della sua Unità" (E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*, p. 269). Tuttavia lo schema aiuta proprio a comprendere come tutto sia collegato e come sia naturale che ci siano correlazioni per esempio tra pensiero e reazioni chimiche⁸, come anche recenti studi scientifici stanno dimostrando.



I principi alla base della realizzazione dello schema sono stati ispirati dal sutra "tornare alla triplicità della struttura" (*Aum*, § 133) e dal seguente estratto dei diari di Elena Roerich: "Il

⁷ La segnalazione completa di tutti i testi citati viene data nella bibliografia.

⁸ Cfr. *Agni Yoga*, § 81.

triangolo è la prima manifestazione geometrica finita della forma o struttura nello Spazio. La riproduzione di questa struttura è avvenuta sui suoi lati sotto forma di nuovi triangoli e quadrati. Se si uniscono i vertici dei triangoli costruiti sulla superficie del triangolo di base, si ottiene un triangolo equilatero. La stessa struttura si può ottenere ponendo come base un quadrato e così via. In questo modo avviene la crescita dei cristalli di diversi elementi. La cristallizzazione è alla base della costruzione dei Mondi. Ogni granello di sabbia ha la sua cristallizzazione o struttura. Ogni granulazione nello Spazio ha la sua configurazione. Lo Spazio è pieno di piccole particelle di granulazioni, ossia di Atomi.” (E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*, p.269).

Ogni triangolo dello schema è quindi formato dall’unione dei vertici del triangolo costruito sui lati del triangolo più piccolo, che risulta causante rispetto a quello più grande.

1.2 COLLOCAZIONE DELLE ENERGIE

La collocazione delle energie ai vertici dei diversi triangoli è stata fatta sulla base di estratti dai diari di Elena Roerich. Si riporta qui di seguito la traduzione di alcuni passi chiave.

“Il **Fuoco** è la Base. La sua **Energia Ignea** pervade tutto lo Spazio. **L’Energia Primaria** è la Base dell’Universo e pervade tutto il Reale. È l’Energia Fondamentale. **L’Energia Pensiero** è una delle espressioni più elevate dell’Energia Primaria dell’Universo. Quando **l’Energia Ignea** si unisce al **Pensiero** diventa **Energia Psicica**. L’Energia Ignea necessita dell’unione col Pensiero, poiché solo così il Fuoco può esprimere tutte le qualità dell’Energia Psicica. L’Energia Ignea, per definizione, è la primordiale energia primaria, che diventa energia psicica quando si unisce col fuoco organizzato, il pensiero. L’Energia Ignea si manifesta come **Energia Vitale** o forza di tutta la manifestazione dell’Essere. L’Energia Vitale si manifesta non con la sua unione, ma con la sua trasmutazione. Tale trasmutazione è infinita, come la stessa Energia Ignea. Base dell’Universo è **l’Energia d’Attrazione o dell’Amore**, che è Principio onnipresente. I Mondi si creano per azione dell’Amore. L’attrazione è data dalla coesione di particelle di energia”⁹. **L’energia atomica** è un’energia complessa, è energia che si trova nel Magnetismo Cosmico. Il Magnetismo Cosmico è presente nella fusione del Fohat con le viscere dei magneti del pianeta e nell’umanità”¹⁰.

Il testo sopra riportato sottostà ai criteri di posizionamento delle energie sui diversi vertici dei triangoli. Al centro, o vertice della piramide se si vede in modo tridimensionale, è stato collocato il **FUOCO**, che diviene causante rispetto a tutte le altre energie cosmiche, che sono alla base della manifestazione. Nello schema sono riportate le più “sottili”, da cui si evince la diretta proporzionalità tra sottigliezza e potenza, poiché più l’energia è sottile, più è potente, ovvero più è causante e più è sottile e più è potente.

Le energie vengono così collocate:

⁹ E. Roerich, *Energia Primaria, Ignea e Psicica*, in *Conversazioni col Maestro*, a cura del Centro Internazionale Roerich, Riga 2012, p. 34-35.

¹⁰ E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*, in *Alle soglie di un Nuovo Mondo*, Mosca, 2012, p. 259.

CENTRO: FUOCO

TRIANGOLI DI BASE

FUOCO-ENERGIA IGNEA-ENERGIA PENSIERO

FUOCO-ENERGIA IGNEA-ENERGIA PRIMARIA

FUOCO-ENERGIA PRIMARIA-ENERGIA PENSIERO

PRIMO TRIANGOLO

1° vertice ENERGIA IGNEA

2° vertice ENERGIA PRIMARIA

3° vertice ENERGIA PENSIERO

SECONDO TRIANGOLO

1° vertice ENERGIA PSICHICA (anche vertice del triangolo En. Ignea-Pensiero-Psichica)

2° vertice ENERGIA MAGNETICA (anche vertice del triangolo En. Ignea-Primaria-Magnetica)

3° vertice ENERGIA VITALE (anche vertice del triangolo En. Primaria-Pensiero-Vitale)

TERZO TRIANGOLO

1° vertice ENERGIA ATOMICA (anche vertice del triangolo En. Psichica-Magnetica-Atomica)

2° vertice ENERGIA ELETTRICA (anche vertice del triangolo En. Vitale-Magnetica-Elettrica)

3° vertice ENERGIA CHIMICA (anche vertice del triangolo En. Psichica-Vitale-Chimica)

1.3 DEFINIZIONE DEI VERTICI

Per la definizione delle energie poste ad ogni vertice, si sono utilizzati estratti dai testi segnalati in parentesi. Si consiglia di leggere le definizioni osservando lo schema.

Centro: FUOCO

Il Fuoco è posto al centro, poiché “base dell’Universo è il FUOCO. L’Universo può allargarsi e crescere, ma la sua struttura di Base rimane immutata. Unità nella Molteplicità” (E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*). “Il Fuoco è sostanza divina” (E. Blavatskij, *Dottrina segreta I*, 146).

I vertici dei triangoli dello schema divengono quindi dei vortici, attivati dal Fuoco, poiché sviluppano un movimento a spirale, un movimento vorticoso. “Il Fuoco Cosmico è inesauribile e onnipotente e col suo movimento di moto perpetuo si unisce con gli elementi e crea altre forme di energia attraverso cui entra in manifestazione per stadi successivi” (E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*). “Il Fuoco è in noi e attorno a noi, in tutte le cose. Le scintille di Fohat sono in tutte le energie e in tutte le loro connessioni. ... Il Fuoco conserva la sua proprietà fondamentale di saturare lo Spazio e compenetrare ogni Cosa come Legge dell’Essere. Il Fuoco sta alla base di ogni idea. La condizione di base del Fuoco è il moto” (E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*). “Nella manifestazione l’Akasha si esprime come Fohat o Energia Divina” (A. Bailey, *Trattato del Fuoco Cosmico*, p. 43)¹¹.

“L’elemento fondamentale del Fuoco è il principio unificante e la sua unione con le varie qualità della stessa energia mette in manifestazione tutto l’infinito numero degli elementi.

¹¹ Akasha viene definita nella *Dottrina Segreta* come “Anima universale, Matrice dell’Universo dal quale tutto ciò che esiste è nato per separazione o differenziazione” (E. Blavatskij, *Dottrina Segreta II*, p. 538). Inoltre, “L’Akasha pervade lo spazio e penetra nei centri aperti. L’Akasha si fonde col Fuoco dello Spazio. L’Akasha è la Madre di tutti i mondi, di tutte le cose” (E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*). Fohat deriva da una radice indo-ariana che significa “energia in movimento” Si considera, pertanto, Fuoco come sinonimo di Fohat e di Energia Divina.

Quindi, tutti i diversi elementi, tutti i cosiddetti aspetti dell'energia (elettroni, isotopi, ioni) sono solo qualità diverse dell'unica stessa energia" (E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*).

"Spirito e Materia sono tutt'uno e l'essenza si differisce solo nella composizione, ma non nella sostanza. Lo Spirito è materia raffinata. Lo Spirito privo di materia non può manifestarsi, di conseguenza cessa di esistere. La Materia è tutt'uno con lo Spirito. Il moto è eterno, poiché lo Spirito è eterno, ma nessun moto può essere concepito senza l'unione con la materia. Materia, energia e moto sono una triade di oggetti fisici della Natura. ... Il Fuoco dei corpi è nutrito dal Fuoco dello Spazio. I fenomeni dell'energia psichica si fondano sul Fuoco. Tutti i fenomeni derivano dal Fuoco" (E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*). "Il Fuoco dello Spazio e l'energia psichica sono connessi e costituiscono le basi dell'evoluzione" (*Agni Yoga*, § 477).

Primo triangolo: ENERGIA IGNEA, PRIMARIA, PENSIERO

1. **Energia Ignea**: primo vertice del primo triangolo, poiché prima emanazione del Fuoco. L'Energia Ignea è la base di ogni Mondo e di tutto il Cosmo, sia Manifesto sia Trascendente. L'Energia Ignea pervade tutto lo Spazio e si manifesta col movimento a spirale, che appartiene a tutte le strutture dell'Universo. È così sottile che non ha equivalenti sul piano fisico. L'Energia Ignea è una forza indescrivibile e misteriosa che diventa magnetismo nella sua rotazione. La comprensione dell'eternità deriva dalla presa di coscienza che l'Energia Ignea satura lo Spazio. L'Energia Ignea in manifestazione ha due poli da cui nasce tutto il Reale (cfr. E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*).
2. **Energia Primaria**, secondo vertice del primo triangolo. È la base dell'Universo e pervade tutto il Reale. Potenza inter-connettiva, è la leva principale nel processo di creazione e si manifesta innanzitutto nel centro del cuore (cfr. E. Roerich, *Conversazioni col Maestro*). L'Energia Primaria non conosce barriere e i suoi Raggi agiscono a distanze incalcolabili. L'Universo è come un Monolite unito dall'Energia Primaria, dove tutto è vivo e tutto è in movimento. L'Energia Primaria è la medesima in tutto il mondo manifesto, ma le sue proprietà o qualità sono molteplici. Unendosi con gli elementi, essa esprime tutta la sua apparente diversità. Ad ogni nuova unione con gli elementi avviene la trasmutazione dell'energia e degli elementi. Ad ogni trasmutazione, il principio igneo o germe si conserva in tutta la sua integrità. L'Energia Primaria è come la vita psichica di ogni atomo, di ogni cellula di tutto il Reale. L'aspetto più elevato dell'Energia Primaria è l'Energia Psichica (cfr. E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*).
3. **Energia Pensiero**, terzo vertice del primo triangolo. "È una delle espressioni più elevate dell'energia primaria dell'Universo". "Il Pensiero è la qualità fondamentale della sostanza ignea manifesta, che si presenta come energia duale: da un lato l'Amore, dall'altro il Pensiero" (E. Roerich, *Conversazioni col Maestro*). È Fuoco organizzato. Nell'essere umano, cervello e cuore sono apparati del pensiero. Il pensiero è energia, e bisogna studiarlo in quanto tale (cfr. E. Roerich, *Studio delle proprietà dell'essere umano*). "L'inerzia è una caratteristica fondamentale degli elementi e per trasmettere loro l'energia evolutiva è necessario un impulso dello spirito tale che possa contenere il pensiero. Il pensiero è, pertanto, ciò che comunica con gli elementi" (E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*).

Secondo triangolo: ENERGIA VITALE, MAGNETICA, PSICHICA

1. **Energia Vitale**, primo vertice del secondo triangolo, in opposizione all'Energia Ignea, poiché si dice che l'Energia Ignea si manifesta come Energia Vitale, non con la sua unione ma con la sua trasmutazione. "Forza di tutta la manifestazione dell'Essere. ... La Forza vitale è un'energia di gran lunga più sottile della Luce, del Calore e dell'Elettricità ed effettivamente in grado di essere una forza che le controlla tutte. ... Il Fuoco non può

entrare in manifestazione in assenza di energia vitale, conduttrice di Prana, che è la base della manifestazione del Fuoco. ... Il Prana è il respiro della Vita. Il Prana è il principio del movimento della vita. Nel principio vitale vi è il Prana, il respiro della vita” (E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*).

2. **Energia Magnetica**, secondo vertice del secondo triangolo. “È principio onnipresente”, tramite la sua azione si creano i Mondi. Attrazione, coesione, amore. “Il principio di attrazione, o Magnete Cosmico, è il grande motore, che si manifesta nel moto. ... L’energia magnetica sta alla base dell’Atomo. ... L’attrazione, o il senso di affinità, manifesta la connessione dell’energia e la parte di energia già condensata. La base dell’Universo si manifesta nella connessione dell’energia o nell’Amore. ... La Sostanza Ignea si manifesta col dualismo dell’energia: da un lato l’Amore e dall’altro il Pensiero” (E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*). Per questo Energia Magnetica e Energia Pensiero nello schema sono posti l’una di fronte all’altra.
3. **Energia Psicica**, terzo vertice del secondo triangolo, anche vertice del triangolo Energia Ignea-Pensiero-Psicica, poiché nasce dall’unione di Energia Ignea e Pensiero (E. Roerich, *Conversazioni col Maestro*). “L’energia Psicica è peculiarità del Fuoco. L’energia Psicica, come energia fondamentale, si manifesta in tutti i regni della Natura, e in modo particolarmente potente e vivido nell’organismo dell’essere umano. Lo spirito è energia della coscienza, o energia Psicica. Il pensiero è energia della coscienza nel passaggio attraverso i centri dell’essere umano. La volontà dell’essere umano indirizza questa energia nel passaggio attraverso tutti i centri. La qualità del pensiero dipende dal passaggio attraverso centri più o meno aperti. I centri aperti sono la base ignea del pensiero” (E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*, p. 244). “L’energia psicica è l’energia dello spirito, è l’energia del conseguimento per il miglioramento spirituale. L’energia psicica è la più alta manifestazione dell’energia primaria, di cui l’essere umano è portatore” (E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*, p. 256). “L’energia psicica include tutte le altre energie, le quali non sono altro che sue differenziazioni” (E. Roerich, *Lettere*, 11 giugno 1937)¹².

Poiché si dice che l’energia psicica sia il grande AUM¹³, e l’AUM la combinazione di energie superiori, e l’energia psicica prodotta dall’unione di energia ignea e energia pensiero, si è identificato **A** con l’energia pensiero; **U** con l’energia primaria; **M** con l’energia ignea. “Fra le molte definizioni della parola AUM segnate anche questa: A è il Pensiero, la Base; U è la Luce, la Causa prima; M è il Mistero, la Sacralità” (*Aum*, § 132). “Quando si fa risuonare l’AUM, si unisce la più elevata energia umana con l’energia cosmica superiore” (Klizovskij, *L’energia psicica*).

Terzo triangolo: ENERGIA ATOMICA, ELETTRICA, CHIMICA

1. **Energia Atomica**: “La manifestazione dell’Energia Atomica è connessa all’indagine dell’Energia Psicica e alla teoria dei magneti. Senza questi fattori è possibile appropriarsi solo di alcuni aspetti dell’energia primaria. Nelle ricerche bisogna tendere con il massimo zelo alla semplicità” (*Comunità*, § 250). “Pura energia atomica si trova nel minerale magnetico. L’energia atomica è un’energia complessa. L’energia atomica è energia che si trova nel Magnetismo Cosmico. Il Magnetismo Cosmico è presente nella fusione del Fohat con le viscere dei magneti del pianeta e nell’umanità. ... Il nucleolo, o vita-psicica dell’Atomo, in verità è energia Divina del Fuoco duplice e non può apparire sul piano fisico. ... L’energia magnetica nell’Atomo si manifesta nella sua aura. L’aura è il campo

¹² Le citazioni delle Lettere di Elena Roerich sono riportate nella traduzione italiana effettuata dal Gruppo Cintamani, versione 2008, sul sito www.istitutocintamani.org.

¹³ Cfr. E. Roerich, *Lettere*, 16 agosto 1937.

elettromagnetico creato dall'irradiazione dell'Atomo, composto da un determinato numero di particelle positive e negative, protoni e elettroni, e di energia ignea che è la vita psichica dell'Atomo (E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*).

2. **Energia Elettrica:** "Voi sapete già che l'elettricità, qual è chiamata, non è che l'aspetto più grossolano dell'energia visibile di Fohat. Ma quando il cuore purificato, che ne è un accumulatore, lascia passare il Fohat sottile, da qualsiasi superficie emana una luce di qualità particolare. Fohat si accumula ovunque e basta per manifestarlo un apparato sensibile: e solo il cuore può funzionare in tal modo..." (*Cuore*, § 291). "Perché pensare che l'umanità debba forzatamente limitarsi a quell'unico tipo di energia cosmica che si chiama elettricità? Quell'energia potrebbe manifestarsi in molti canali diversi. Ma è certo più accessibile all'uomo occuparsi prima del suo microcosmo, il cuore, dove sono latenti tutte le energie del Mondo" (*Cuore*, § 135). L'attrazione della materia verso lo Spirito e la costruzione di una forma al servizio dello Spirito sono il risultato dell'energia elettrica dell'universo (E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*).
3. **Energia Chimica:** In tutto lo Spazio si osserva una rotazione vorticoso, sempre a spirale. Lo Spazio è pieno di Sostanza Ignea che si manifesta come granulazione ignea. La granulazione si forma con la coesione delle piccolissime particelle degli Atomi per attrazione dei Raggi magnetici dei Luminari. Tali Raggi magnetici trasmettono il proprio chimismo, che si manifesta nel nucleo con la coesione. Il nucleo attiva una potente rotazione proporzionale alla massa. La periferia ruota più velocemente del centro. La forza di rotazione aumenta quando il centro attiva la potente coesione delle particelle generate per composizione chimica (cfr. E. Roerich, *Appunti di Cosmologia*).

Volendo si può procedere con l'individuazione di altri tipi di energie, continuando a costruire triangoli successivi e collocando ai vertici le altre energie, come termica, cinetica, meccanica, potenziale ecc, ma tale operazione esula dallo scopo del presente lavoro.

Si offre dunque questo schema come ipotesi di collocazione delle energie sottili menzionate nei testi dell'Insegnamento dell'Agni Yoga, augurandoci che possa divenire spunto per ulteriori indagini, nonché stimolo per la presa di coscienza di essere non solo parte di un Tutto ma, grazie alla presenza del Fuoco nei nostri cuori sotto forma di energia psichica, anche potenziali coscienti collaboratori delle forze superiori, come così bene espresso dal monito che ci proviene dall'Insegnamento dell'Agni Yoga:

"Urusvati sa che non bisogna soltanto riconoscere le energie sottili, ma impiegarle. Si dovrebbe forse essere dei giganti per decidere di collaborare? In una macchina ben progettata tutte le parti sono necessarie. È bene considerarsi parte dell'Universo, e unire la propria all'energia generale. Il pensiero è la più sottile, e si può spedirla inesauribile nello spazio universale. Può ergersi come una colonna di luce e unirsi al grande Congegno energetico. È dovere dell'uomo condividere ciò che possiede, e il pensiero è ciò che ha di meglio. È quell'energia che diretta di proposito, agisce come autentico yoga e collega ai Mondi superiori. Molte volte abbiamo detto del valore della coscienza; è la sola che infonde vita" (*Sovramundano III*, § 627).

2. La via dell'analisi

2.1 Che cos'è l'energia psichica e quali sono i suoi nomi

Se fuoco e pensiero generano coscienza, l'energia psichica è l'energia della coscienza, del pensiero cosciente, di quel pensiero acceso dal fuoco dello spirito, che mette in atto quell'incessante lavoro interiore che fa emergere il Sé superiore, così "come la farfalla emerge dalla crisalide" (A. Bailey, *La coscienza dell'atomo*, p. 137 v. inglese).

"L'energia psichica è TUTTO. L'energia psichica, essendo un'energia primaria, è alla base del mondo manifesto. L'energia psichica imprime immagini sulla sostanza plastica. L'energia psichica è Fohat, è lo Spirito Santo, è amore e impegno strenuo. L'energia psichica è la sintesi di tutte le irradiazioni nervose. L'energia psichica è il grande AUM" (E. Roerich, *Lettere*, 16 agosto 1937).

"Il Fuoco dello Spazio, se realizzato in coscienza, si trasforma in energia psichica. I cosiddetti 'principi' dentro di noi (escludendo il corpo fisico e il doppio eterico che si disperdono dopo la morte) sono solo aspetti, o stati, della nostra coscienza. Invero tutte le suddivisioni (spirito, anima, manas superiore e inferiore) non sono altro che le diverse qualità della stessa energia del fuoco, alla base della vita o coscienza – di cui la qualità più elevata è l'energia psichica" (E. Roerich, *Lettere*, 3 settembre 1935).

"Il Mondo del Fuoco si esprime come energia psichica: con questo nome sarà più facilmente compreso. Chiunque infatti ammetterà che esiste in lui qualcosa che non ha nome, in nessuna lingua. Sarà più accettabile parlare di forza o di energia, piuttosto che di favilla di fuoco. L'umanità è molto ostile al fuoco, che consuma senza costruire – così pensa. Dunque, all'inizio chiamatelo energia psichica, riservando il termine 'Fuoco' solo alle coscienze evolute" (*Mondo del Fuoco III*, § 440).

Nelle varie tradizioni, l'energia psichica viene denominata in tanti modi; ogni cultura e ogni popolo ne studiò aspetti diversi e le diede nomi diversi (cfr. *Aum* § 455). Alcuni nomi sono: Sophia, Sarasvati, Spirito Santo (cfr. *Agni Yoga*, § 416); Kriya-Shakti (energia del pensiero) (cfr. *Fratellanza*, § 323), Ponte, Porta, Tesoro, Pietra, Fosforo dello spirito, Sacro cristallo, Occhio dell'anima, Conquistatrice ardente (cfr. *Agni Yoga*, § 546), Crescita eterna (cfr. *Aum*, § 471), Baluardo di auto-sacrificio (cfr. *Aum*, § 473), Magnete (cfr. *Aum*, § 474), Giustizia (cfr. *Aum*, § 475), Bellezza, Onnipresente (cfr. *Aum*, § 478), Lavoro (cfr. *Aum*, § 477), Fondamentale (cfr. *Aum*, § 478), Instancabile (cfr. *Aum*, § 476), Teraph, Ringse, Teros (cfr. *Agni Yoga*, § 565). Osiride era anche simbolo dell'energia psichica nell'antico Egitto¹⁴.

Tutti i nomi attribuiti all'energia psichica confermano la sua potenza e il suo ruolo fondamentale di collegamento con la Fonte suprema, che è l'Essere¹⁵.

¹⁴ Cfr. A. Ljuft, *Svojstva psichičeskoj energii [Proprietà dell'energia psichica]*, in "Psichičeskaja Energija" ["Energia Psichica"], Moskva, 2014.

¹⁵ Cfr. Enzo Savoini, *Commento a Infinito*, Parte I, Casa Editrice Nuova Era, Roma, 2003, p.46.

2.2 Campo d'azione dell'energia psichica

L'energia psichica opera attraverso il fuoco del cuore, massima espressione della coscienza, non mediante processi cerebrali. Il suo campo d'azione attraversa tutti i regni di natura e riguarda tutta la realtà manifesta universale. Strettamente legata al pensiero e alla coscienza, l'energia psichica è una forza cosmica onnipresente e connettiva (Cfr. E. Roerich, *Conversazioni col Maestro*)¹⁶. La volontà è la sua forza di espressione (cfr. *Agni Yoga*, § 540).

2.3 Proprietà dell'energia psichica

L'energia psichica ha la stessa sostanza del fuoco, quindi anche le stesse proprietà, che sono multiformi e "infinite nella loro diversità" (E. Roerich, *Lettere*, 11 giugno 1937). Si può pertanto definire unificante, volitiva, onnipresente, onnipervadente, legante, magnetica, creativa, pura, protettiva, trasmutante, inestinguibile, immediata, costante, sintetica (cfr. *Aum*, § 468, 470). "Questa energia fondamentale della coscienza è disseminata dall'elemento del fuoco, onnipresente" (*Agni Yoga*, § 255). È sottile e potente. Più le energie sono sottili più sono potenti e possono produrre effetti sulla natura sottile dell'essere umano (cfr. *Aum*, § 388).

Essa ha la proprietà di accumularsi nello spazio, di spargersi e depositarsi su tutto. In questo modo, tutto diventa vettore di energia psichica, compreso l'essere umano. È una legge fisica: "Noi parliamo di energia psichica come di una potente forza motrice: non dunque di magia, ma di legge fisica" (*Aum*, § 463).

"Le espressioni individuali dell'energia psichica sono innumerevoli. Essa stessa permane identica, e immutabili sono le sue leggi, ma nel medesimo tempo non esistono due creature che la esprimano nello stesso modo. Da queste varianti provengono molti errori. [...] L'umanità riconosce ormai l'energia sottile. Non sa ancora come studiarla e applicarla, ma quel concetto appare innegabile in vari campi della scienza. Una moltitudine di prove si levano da ogni parte, e sono ormai pochi gli scettici che osano sprezzarla e confutarla. Fra non molto, l'unità dell'energia fondamentale verrà ammessa, e i suoi aspetti individuali non saranno un ostacolo insuperabile, anzi saranno la delizia delle menti indagatrici. [...] Chi realizza il valore dell'energia psichica sarà sempre un ricercatore, sarà sempre occupato a migliorarsi, cioè intento a liberarsi dalla vecchiaia. Affermo che l'energia psichica non solo si lascia studiare, ma si intensifica ogni qualvolta il pensiero la cerca. Sovente si rappresenta il pensiero con una freccia. Gli impeti dell'energia sono le ali dell'umanità" (*Aum*, § 598).

2.4 Sviluppo e indebolimento dell'energia psichica

Sviluppo: Lo sviluppo dell'energia psichica coincide con lo sviluppo dei poteri del Cuore. Comincia a svilupparsi quando, tramite l'impegno spirituale, viene riconosciuta, poiché "riconoscerla equivale a invocarne la forza" (*Sovramundano*, § 84). "Ciò che conta è imparare dapprima a sentire la sua presenza, per riuscire poi a collaborare con essa" (*Sovramundano*, § 84). "Chi saprà insegnare a riconoscerla sarà un vero maestro" (*Aum*, § 371).

¹⁶ L'energia psichica genera un campo unendo il Fuoco a Materia Matrix (cfr. *Agni Yoga*, § 416). Materia Lucida connette come un ponte l'energia psichica umana e l'energia cosmica, le cui riserve sono illimitate. Materia Matrix (materia primaria) non penetra nella sfera terrena, ma la sua granulazione (Fohat) riesce a scendere fin sulla superficie della Terra sotto forma di scintille. Oltre che da Fohat, la superficie terrestre è investita anche dall'afflusso di materia radiante, Materia Lucida (da Esonet, Materia Matrix, a cura di A. Nardi. Cfr. anche *Agni Yoga*, § 144 e 145). Materia Matrix e Materia Lucida meritano uno studio specifico a parte.

Imparando ad udire la voce del cuore e la voce della coscienza, si comprende che l'impeto di quella voce viene proprio dallo sviluppo dell'energia psichica (Cfr. *Sovramundano*, § 84).

“Senza dubbio vi verrà domandato molte volte come si sviluppa l'energia psichica e come si fa a capire la sua utilità. Ma si è ripetuto a sufficienza che il cuore, che aspira a una qualità superiore di tutta la vita, è il conduttore dell'energia psichica. Non servono moti convenzionalmente accelerati e forzosi per mostrare l'utilità dell'azione del cuore. Il cuore è l'organo più indipendente; se lasciato libero di tendere al bene fa presto a riempirsi di energia. Del pari, è solo la comunione amichevole che assicura i frutti dell'energia unificata. Ma a tal fine è indispensabile capire cosa sia la concordia armoniosa” (E. Roerich, *Lettere*, 11 giugno 1937).

Dedicarsi allo sviluppo dell'energia psichica significa dedicarsi allo sviluppo evolutivo della propria coscienza e di quella planetaria, poiché tramite il suo sviluppo si “penetra nel ritmo dell'evoluzione” (*Comunità*, § 253)¹⁷. Riconoscendo che l'energia psichica si trova ovunque, per effettuare una ricerca onesta, occorre partire da se stessi, dalla conoscenza di sé, dallo sviluppo della propria coscienza e dalla scoperta delle proprie potenzialità nascoste. “La saggezza di tutte le età ingiunge: *Conosci te stesso!* Con ciò si consiglia di rivolgere l'attenzione a ciò che è più segreto, e che è doveroso rivelare. Quel potere igneo, oggi chiamato energia psichica, aprirà all'uomo la via della felicità futura” (*Aum*, § 371).

Sviluppo della coscienza e sviluppo dell'energia psichica, dunque, sono direttamente proporzionali e in qualche modo coincidono. Solo attraverso un costante lavoro volto ad espandere la coscienza, si può sviluppare e alimentare il fuoco dell'energia psichica. “Nulla può sostituire l'elemento del fuoco. Altrettanto insostituibile è l'energia psichica. La più positiva, la più fine, la più ascendente delle energie è la vera figlia del fuoco! Non per nulla la chiamiamo conquistatrice ardente. Ogni briciola di entusiasmo precipita già una particola del tesoro. Ogni estasi al cospetto della bellezza raccoglie semi di luce. Ogni ammirazione della natura crea un raggio di vittoria. Dissi, molto tempo fa: ‘La bellezza vi illumina’. L'avrei detto tanto per dire? Ogni consiglio ha una sua importanza innegabile. Dunque l'entusiasmo è il modo più rapido per accumulare energia psichica. Più di una volta vi verrà domandato dove sta il bel vivaio nel giardino dell'energia del fuoco. Direte: ‘Nella gioia della bellezza’. Ma imparate ad abbracciare questa gioia di luce. Imparate a gioire di ogni foglia che si desta alla vita. Imparate a rispondere nei vostri centri al richiamo della gioia. Imparate che quella gioia non è indolenza, ma la raccolta del tesoro. Imparate ad accumulare energia mediante la gioia, poiché con che altro ci legheremmo ai mondi lontani? Siate i felici possessori del tesoro, non nel dolore, non nella follia, non nell'intossicazione, ma nella gioia della comprensione. ... Gioia!” (*Agni Yoga*, § 546).

Oltre a entusiasmo e gioia, le condizioni interiori che favoriscono l'accumulo di energia psichica sono aspirazione, amore, senso di unione, attenzione, concordia, fratellanza, gentilezza, tensione cosciente della volontà e del potere dello spirito.

Inoltre, nell'Insegnamento dell'Agni Yoga, un elemento molto importante per lo sviluppo dell'energia psichica è l'azione alimentata da impegno profondo e assiduo, acceso dal fuoco dello spirito, messo in atto quando ci si prefigge un obiettivo determinato, che travalichi

¹⁷ E poco oltre, “Quando esortiamo a realizzare l'energia psichica non è per trasformare gli uomini in maghi, ma solo per indicare la fase futura dell'evoluzione e ammonire, nel nome della comunità, che non si lasci passare l'ora fissata” (*Comunità*, § 253).

l'individualismo. In russo viene reso col termine *podvig*¹⁸, di cui non esiste un corrispettivo in italiano. Si tratta dell'azione carica di tensione e aspirazione spirituale, grazie a cui si compiono imprese dette "eroiche" poiché volte al conseguimento di obiettivi che generano bene comune. Esso rivela, dunque, la presenza di energia psichica. "*Podvig* e energia psichica si possono considerare sinonimi e non esistono separati. *Podvig* ininterrotto verso la Luce, in tutte le sue manifestazioni, porta allo sviluppo di questa energia" (E. Roerich, *Lettere*, 16 agosto 1937)¹⁹.

Di conseguenza, per sviluppare energia psichica, occorre lavorare innanzitutto sul risveglio e ampliamento della propria coscienza, processo che si attiva tramite un lavoro costante su di sé, di presenza e consapevolezza. "L'impegno fervente e cosciente disciplina l'energia. Lo sviluppo della coscienza posa sul lavoro consapevole, base per cominciare ad usarla. È errato pensare che solo un impulso di tensione basti a metterla in moto. Quando parlo di consapevolezza del lavoro, intendo quell'illuminazione conferita dall'attività cosciente" (*Aum*, § 477).

Il lavoro cosciente, costante e sistematico è uno strumento potente per il risveglio della coscienza e l'accumulo dell'energia psichica. La qualità fondamentale di questo elemento igneo è azione e movimento; non può stare inerte e immobile. Pertanto, solo un lavoro costante consapevole e un movimento continuo in avanti permettono l'accumulo di energia psichica, alimentato dalla tensione verso il miglioramento della qualità del lavoro stesso. "Il metodo migliore per la crescita dell'energia psichica è l'amore per il lavoro" (Klizovskij, *L'energia psichica*).

"Sviluppare un impegno costante e ininterrotto verso Luce, in tutte le sue manifestazioni, avrà come risultato la crescita e il potenziamento di questa energia. Lo sforzo volto al perfezionamento della qualità è in assoluto la via più breve per aumentare e raffinare l'energia psichica" (E. Roerich, *Lettere*, 16 agosto 1937)

Pertanto, per collegarsi a questo potere ed esprimerne le sue qualità occorre, innanzitutto, lavorare per migliorare e aumentare la propria consapevolezza tendendo al bene comune, con impegno intenso nel lavoro cosciente condito da entusiasmo, gioia, aspirazione, apertura mentale, onestà, tensione verso bellezza, amore e col pensiero rivolto verso le Forze Superiori. Si parla infatti di "energia psichica orientata" (*Mondo del Fuoco III*, § 408).

Indebolimento: Si potrebbe pensare che per indebolire l'energia psichica occorra fare chissà quali nefandezze. In realtà l'Insegnamento dell'Agni Yoga ci mette in guardia, dicendoci che "lo sperpero avviene nella vita d'ogni giorno, allorché lo spirito impigrisce e dorme. Sono le azioni futili quelle ne arrestano l'accumularsi" (*Mondo del Fuoco I*, § 183)²⁰.

¹⁸ Nei testi dell'Agni Yoga, il termine *podvig* compare in circa 370 sutra. Nella prima traduzione italiana, viene reso con termini differenti, a seconda del contesto in cui si presenta: conseguimento, vittoria, meta, successo. Nelle traduzioni inglesi più recenti, si tende a non tradurlo (cfr. *Lettere dall'India*, note al testo a cura di A. Malyguine, Editrice Nuova Era, 2008, p. 237).

¹⁹ Cfr. Spirina, *Energia Psichica* e vedi anche *Agni Yoga* § 509 e 547.

²⁰ "Senza la torcia di Agni non si scende nel mondo fisico. È qui, fra le meraviglie della natura, che la si sperpera, e per dissiparla non è affatto indispensabile commettere crimini violenti. ... Lo sperpero di Agni avviene nella vita d'ogni giorno, allorché lo spirito impigrisce e dorme. Sono le azioni futili quelle ne arrestano l'accumularsi. Si deve capire che quel tesoro cresce spontaneo, ma se le tenebre avvolgono il processo di miglioramento, il Fuoco impercettibilmente (e lo si può provare per via chimica) abbandona quell'indegno ricettacolo. Mirabile è la legge del moto eterno, evolutivo o involutivo. Mirabile è la legge per cui chiunque si incarni porti seco Agni, l'eterno,

Le cause dell'indebolimento dell'energia psichica, dunque, sono innanzitutto insite negli atteggiamenti e comportamenti interiori, come la dispersione²¹, le mollezze²², la mancanza di impegno²³, il pensiero negativo e indisciplinato, a cui seguono irritazione, rancore, paura, dubbio, autocommiserazione, malizia e pigrizia. Tali atteggiamenti hanno un effetto disastroso, poiché ognuno di essi provoca una particolare vibrazione che agevola la produzione di una sostanza velenosa, ostile allo sviluppo dell'energia psichica. È l'*imperil*, sostanza tossica che si deposita su tutte le pareti dei canali nervosi e avvelena l'intero organismo umano. "Certamente l'imperil è il massimo distruttore dell'energia psichica" (*Agni Yoga*, § 389)²⁴.

Irritazione: "Parlerò dell'irritazione per l'ultima volta. Vedete il male che arreca, non solo alla persona, ma anche allo spazio. Quel verme, anche se celato da un sorriso cortese, non cessa di rodere l'aura. Quel male si insinua in tutte le azioni. Per amore del creato, convincetevi profondamente e siate contro l'irritazione. Quando, come un grumo di sangue, essa tappa le orecchie, si può udire? Quando annebbia l'occhio, si può vedere? Quando cala come un sipario sulla coscienza, che si guadagna? Il fuoco deve essere conservato come un tesoro. Il fosforo dei nervi si consuma come lo stoppino; e la lampada potrebbe far luce senza esso? Si può ben aggiungere l'olio dell'ozono, ma senza stoppino i nervi non accendono il fuoco. Il simbolo del fuoco ricorda la più sacra delle sostanze, che si accumula con estrema difficoltà e si dissipa in un istante" (*Agni Yoga*, § 369).

Paura: Non meno dannosa per l'energia psichica è la paura. La nocività della paura sta nel fatto che essa paralizza la volontà umana e l'azione dettata da principi superiori. Sotto l'influenza della paura, l'individuo viene privato della sua coscienza e del suo pensiero, poiché la paura distrugge ogni vibrazione creativa. Negli esempi quotidiani, si può notare come la paura distrugga gli obiettivi più semplici. E ogni atto di paura sul piano sottile distrugge molte opportunità, è un blocco per ogni impresa e ha un'azione devastante. Sul sentiero del Mondo del Fuoco, la mente deve essere liberata da ogni genere e tipo di paura, poiché lo sviluppo e la padronanza dell'energia psichica richiedono coraggio (cfr. Klizovskij, *L'energia psichica*). "Molte volte vi ho posto in guardia contro la paura e il tradimento; intendetelo in senso evolutivo. Tutte le sostanze prodotte dalla paura sono contrarie al fuoco" (*Cuore*, § 589).

Dubbio: Il dubbio è un'altra di quelle caratteristiche umane che limita la possibilità di progredire nell'evoluzione. Il dubbio è una barriera attraverso cui i raggi di luce non riescono a penetrare. Il dubbio, come la fede, non può essere limitato ma solo assoluto. Dubitare di qualcosa vuol dire dubitare di tutto. Il dubbio, come la paura, è un prodotto dell'ignoranza. Chi sa non dubita, ma chi non sa non solo dubita ma ha anche paura (cfr. Klizovskij, *L'energia*

come un Lume nelle tenebre. Magnifica è la legge per cui, nonostante il karma, ogni viandante sia munito di una Torcia. Bella è la legge per cui è possibile la crescita del giardino di fuoco interiore..." (*Mondo del Fuoco I*, § 183).

²¹ "Grande è la differenza fra liberare e disperdere" (*Mondo del Fuoco I*, § 375).

²² "Imparate ad amare la tensione, poiché il rilassamento è già dissoluzione" (*Aum*, § 568).

²³ "La sua fonte si esaurisce solo se non è sostenuta dall'impegno cosciente" (*Mondo del Fuoco 3*, § 400).

²⁴ *Imperil*, termine inglese composto da in+peril, che significa *mettere in pericolo*. "Strano a dirsi, lo studio per reperire le tracce fisiche delle precipitazioni dell'imperil porterebbe a scoprire quelle dell'energia psichica. Si notano tracce di imperil in ogni canale nervoso. Ma si può vedere che attorno a ogni suo granulo si raccoglie una sorta di sostanza che ne assorbe il veleno virulento. Il precipitato dell'energia psichica sarà scoperto, poiché qualsiasi energia ha un suo cristallo fisico. Chiunque abbia visto i cristalli di Fohat e di Materia Lucida sa come siano visibili anche quelle delle energie più sottili. La giusta direttiva di ricerca sarà la combinazione delle energie fisiche con la saturazione invisibile dello spazio. La via del metafisico non ha portato a risultati evidenti. L'alchimista riposa nella sua bara. Ma la chimica scoprirà la realtà tangibile se combinerà la giusta comprensione dell'energia psichica con il fuoco che tutto unisce" (*Agni Yoga*, § 220). Cfr. anche *Agni Yoga*, § 15.

psichica). “Il tarlo del dubbio è un simbolo accurato. In effetti è come un bacillo che decompone l’energia psichica e altera persino la composizione del sangue. In avvenire gli scienziati riveleranno le peculiarità psicofisiche di un uomo assalito dal dubbio: gli effetti di questo malanno sono fra i più contagiosi. Fin dai primi anni dell’infanzia si dovrebbe adottare la migliore profilassi contro il dubbio. Una mente sana, razionale, inquirente, non genera dubbio, ma l’ignoranza può produrre le specie peggiori. Il dubbio è, in primo luogo, bruttezza, e finisce per condurre al tradimento, e questo, che è endemico, è già una calamità planetaria. Ecco come da un tarlo insignificante si sviluppa un terribile drago” (*Aum*, § 506). “Il verme del dubbio spegne la gioia e mina la salute, e vi oscura il volto” (*Sovramundano IV*, 948).

Autocommiserazione: Un altro nemico dell’energia psichica è l’autocommiserazione, la pietà di sé, la tendenza a vedersi come vittime senza indagare il significato degli avvenimenti e quindi a porsi come “un vero e proprio isolato nell’Universo” (*Mondo del Fuoco III*, § 365). “Dove esistono paura, pietà di sé, orgoglio, inattività, dove non esiste commensura, dove si vive in modo irresponsabile, che servizio si rende all’evoluzione?” (*Agni Yoga*, § 591). “Il ritmo possente della dinamo spirituale può affermarsi non certo con il dubbio, l’egoismo o la pietà di sé, ma con l’impegno monolitico e vigoroso di salire a Noi, e quel fervore deve essere praticato nella vita” (*Gerarchia*, § 394).

Pigrizia: “La pigrizia trascina con sé il dubbio e la pietà di sé. Quel blocco velenoso impedisce l’attività delle energie. Il dubbio corrode tutto. L’indolenza e la pietà di sé indeboliscono anche lo spirito forte. Sono cose da dire fin dall’inizio a chi si propone di attivare l’energia psichica” (*Aum*, § 352).

Psichismo: Tra gli altri elementi che ostacolano l’espansione di coscienza e indeboliscono lo sviluppo dell’energia psichica vi è ciò che nell’Insegnamento dell’Agni Yoga è definita come un’insidia: lo *psichismo*. “Molto si è già detto dello psichismo, ma questa piaga dell’umanità non è ancora compresa a dovere. Esso smorza l’aspirazione, sì che impedisce il conseguimento superiore. Il campo di azione di un uomo che ne sia succube è delimitato da un cerchio magico in cui trovano ricetto tutte le energie che ne bloccano la crescita spirituale. Lo psichismo riguarda appunto la manifestazione delle infime energie, i cui precipitati estinguono i fuochi dei centri: quando è presente, sono inevitabili disordini nel sistema nervoso, e per di più il distacco dalle funzioni vitali blocca il decorso dell’auto-perfezionamento. L’attività creativa si spegne e si instaura una passività che fa dell’individuo lo zimbello di ogni sorta di influssi. Poiché la volontà si rilassa, il controllo si indebolisce e cresce l’attrazione esercitata da varie entità di bassa levatura. Chi vuole accostarsi al Mondo del Fuoco deve dare battaglia a queste forze del male” (*Mondo del Fuoco III*, § 309). Occorre quindi saper “distinguere bene tra psichismo e spiritualità fervente” (*Mondo del Fuoco III*, § 365).

Lo sviluppo dell’energia psichica non è un processo facile né veloce, poiché presuppone un lavoro intenso e costante connesso con lo sviluppo della coscienza e atto ad alimentare atteggiamenti interiori onesti e comportamenti tesi al bene comune, orientati verso correnti supreme.

2.5 Studio dell'energia psichica

Nell'insegnamento dell'Agni Yoga sono presenti alcune indicazioni per investigare l'uso dell'energia psichica. Si riportano alcuni passi con l'augurio che possano stimolare una prassi più sistematica di sperimentazione e utilizzo consapevole²⁵.

“Chi vuole indagare l'energia psichica deve dapprima saggiare la propria e condurre esperimenti per vedere come si comporta. Ciascuna energia ha le sue qualità peculiari. È erroneo pensare che per l'unità della legge, tutti i fenomeni parziali debbano essere identici. Quanto più sottile è l'energia, tanto più impercettibili ne sono le proprietà per la visione fisica. È dunque necessario per prima cosa stabilire bene la qualità fondamentale, che è la pietra di paragone, e questa è la purezza del pensiero, che sgorga dal desiderio di servire in modo impersonale. I raggi della vittoria²⁶ saranno come torce durante lo studio, e anche l'attenzione è di grande assistenza in questi esperimenti. Ma qualsiasi conclusione preconcepita risulterà dannosa. L'energia psichica si deposita su tutte le cose. I suoi sedimi corrispondono alle precipitazioni dello spazio, quindi si può studiare non soltanto l'energia personale, ma anche la collettiva. Per questo è necessario sperimentare con la neve o con l'acqua piovana. Nel seguito delle osservazioni affioreranno molte nuove combinazioni” (*Aum*, § 269).

“L'energia psichica è sottilissima, quindi ciò che la concerne deve essere sottile ed elevato. Bisogna aver chiaro in mente che si tratta di un potere igneo, e attorno al fuoco, che sia manifesto o no, è di rigore una grande cautela. Si deve imparare ad amare quell'energia onnipervadente. Non può riuscire un esperimento condotto nel dubbio o con ostilità. ... Per ben capire i metodi di trattare questa energia è indispensabile saper dominare il proprio pensiero. Non solo per poterlo dirigere, ma anche per saperlo frenare” (*Aum*, § 388).

“Chiunque è in grado di osservare prove di energia psichica in ogni luogo e in qualsiasi momento. Basta concentrare l'attenzione e annotare per iscritto i fenomeni osservati, sia pure con poche parole. Certo queste note saranno in parte inutili, ma non è il caso di scoraggiarsi. Esse hanno una grandissima importanza, perché i fenomeni psichici vengono dimenticate con straordinaria rapidità. Ogni giorno avviene qualcosa di insolito, e non si pensi che abbiano valore solo le cose eccezionali, poiché a volte la semplice comprensione di un'idea o la scoperta di informazioni in un testo sono esempi positivi di energia psichica in atto. In aggiunta, l'attenzione così esercitata rende pazienti, dote indispensabile alla ricerca” (*Aum*, § 314).

“Le osservazioni si devono compiere non solo sugli elementi concordanti, ma anche sui fenomeni discordanti. Gli esperimenti multilaterali sono i più validi. Non si può prevedere, all'inizio di una ricerca, quali siano con precisione gli ingredienti giusti per aumentare gli effetti. D'altronde si può ricorrere all'ausilio degli oggetti più impensati, poiché le proprietà delle energie sottilissime non hanno limiti. Questa infinità di possibilità non svaluta il valore scientifico dell'esperimento. Si può ricorrere a metodi individuali e accettare con coraggio le nuove manifestazioni. ... L'energia psichica può essere studiata nella vita quotidiana di chiunque. Per coltivare la coscienza non occorrono speciali laboratori costosi. Ogni epoca porta del nuovo all'umanità. È destino dell'energia psichica soccorrerla nel risolvere problemi altrimenti insolubili” (*Aum*, § 381).

²⁵ Vedi *Agni Yoga*, § 477.

²⁶ *Podvig*, in russo. Vedi nota precedente.

“Gli esercizi di ripetizione meccanica così ampiamente raccomandati per sviluppare l’energia psichica non conferiscono la sua qualità superiore, ma accrescono solo il fuoco nero, che finisce per condurre a risultati disastrosi. Ma percepire questa energia in se stessi, osservandone tutte le manifestazioni, contribuisce certamente al suo risveglio naturale. Avrai forse notato che quando sei profondamente impegnato e tutta la tua attenzione è concentrata su un qualche particolare pensiero o problema, non solo nella tua mente nascono nuovi pensieri — che talvolta sembrano provenire dall’esterno — ma nella vita di ogni giorno vengono in tuo aiuto i fattori e le condizioni che ti sono necessari. L’energia psichica possiede prima di tutto la proprietà di un magnete” (E. Roerich, *Lettere*, 19 febbraio 1937).

“Sperimentare sull’energia psichica è sempre faticoso. Non è bene protrarre questa tensione per più di mezz’ora, ne va della salute. Ma brevi esercizi accompagnati dalle annotazioni relative sono utili, perché tutte le discipline rinforzano” (*Aum*, § 350).

“Notate che all’energia psichica occorre un istante di libertà prima di agire. È necessario, per così dire, allentare le redini terrene per consentirle di lanciarsi verso la Fonte Primaria. Sarebbe un errore gettarla d’improvviso all’opera con impulsi terreni. Bisogna piuttosto segnare un cammino, consolidando il legame con il Mondo Superiore: e questa comunione non sopporta comandi. ... Molti a questo proposito parlano di concentrazione, ma ciò presuppone uno stato di tensione, mentre quel che occorre è semplicemente liberare l’energia, che subito passa all’azione. Pochissimo tempo occorre, meno di un secondo. Per prima cosa, dunque, liberate il prigioniero. Molte favole narrano di un’entità poderosa e invisibile” (*Aum*, § 462).

“Tutto il dominio dell’energia psichica deve essere investigato con metodi sperimentali, escludendo ogni speculazione personale. Le antiche fonti letterarie dovranno essere utilizzate con grande prudenza, ricordando che molte definizioni venivano intese a quei tempi in modo diverso dall’attuale. Molta parte di ciò che oggi viene detto metafisico era allora del tutto reale. ... Lo studio approfondito della conoscenza dell’energia psichica nelle varie epoche rivela le opinioni più contraddittorie. Non perdetevi in questi labirinti del pensiero umano! Sono errori dovuti semplicemente all’insufficienza degli esperimenti scientifici. Non sono belle favole sull’energia psichica che occorrono, ma rigorose sperimentazioni, condotte in tutti i luoghi del mondo, che daranno all’umanità l’impulso a procedere. Per queste indiscutibili verifiche è però necessaria l’unione” (*Aum*, § 551).

“Bisogna in ogni caso coltivare la capacità di osservazione. Ecco quindi che ancora una volta dirigiamo la vostra attenzione non su teorie e dogmi, ma sull’osservazione e sull’esperimento” (*Aum*, § 552)²⁷.

Leggendo i testi dell’Agni Yoga, si potrebbe pensare che non ci siano molte indicazioni sui metodi di ricerca dell’energia psichica. Una risposta arriva dal seguente passo: “Siamo estremamente cauti nel divulgare le indagini sull’energia psichica. In primo luogo perché certi potrebbero utilizzare le informazioni a fini di male; poi perché altri potrebbero esagerare a danno della propria salute; in terzo luogo perché non mancherebbero alcuni che, incapaci di sperimentare a dovere, spargerebbero calunnie dicendole impraticabili. Solo chi è devoto alla conoscenza si impegni dunque a studiare seriamente. Ciascuno ha incontrato quei molti capaci solo di deridere ciò che più ha valore, il che non solo è segno di ignoranza, ma comprova l’infimo livello di coscienza. Affermo che l’energia psichica deve essere studiata con

²⁷ Per un esempio di esperimento con le piante, si veda *Agni Yoga*, § 387.

la massima attenzione. Quando se ne discute, non devono sussistere dissensi. Gli esperimenti possono essere ripetuti, tenendo conto però che ogni singolo caso è individuale. Invero, ciascuna prova si svolge in condizioni particolari. È da ricordare, poiché alcuni pretendono la duplicazione meccanica anche dalla più sottile delle energie. Sovente è molto difficile rispettare l'individualità senza infrangere la legge" (*Aum*, § 390).

"Chi studia l'energia psichica è in condizioni totalmente diverse da qualunque altro studioso. Questi infatti può destinare alla ricerca parte del suo tempo, mentre quegli è costretto a dedicare all'osservazione tutto il suo tempo. Non si può mai infatti escludere che qualcosa di notevole stia succedendo. Non può trascurare le correnti mentali, che possono iniziare in qualunque istante. Deve imparare a destarsi in piena consapevolezza. Deve osservare l'aura degli uomini e delle cose. Deve aver pazienza e buona volontà. Non deve mai lamentarsi né cedere alla depressione. E gli occorrono molte qualità, come una fervida fantasia e la conoscenza diretta²⁸" (*Aum*, § 577).

Coltivare la propria energia psichica è sempre importante, ma ancor più se ci si pone come sperimentatori. "A prescindere dagli esperimenti, non si deve tenere l'energia fondamentale in uno stato caotico. Chi principia a sperimentare deve saggiare se stesso in varie circostanze: queste prove gli riveleranno con esattezza le qualità che prevalgono nell'energia psichica di cui dispone. ... Per osservare bisogna armarsi di pazienza e devozione, e mai essere impulsivi e instabili, poiché in tal caso si apre la porta all'irritazione" (*Aum*, § 586)²⁹.

"Chiunque intraprenda ricerche sull'energia psichica deve essere dimentico di sé, avere acuto discernimento e purezza di cuore. La ricerca e lo studio dell'energia psichica costituiranno la scienza del prossimo futuro" (E. Roerich, *Lettere*, 14 agosto 1936).

Pertanto, per studiare e sperimentare l'energia psichica, in qualche modo bisogna distaccarsi da se stessi, non avere fretta e porsi con coraggio, onestà e pazienza in quella condizione di coscienza che travalica le apparenze e percepisce ciò che non è visibile con gli occhi fisici. Si penetra così in una dimensione che consente di comprendere con immediatezza fulminea, poiché si attivano i sensi sottili³⁰.

2.6 Cosa indica la presenza dell'energia psichica

I sensi dell'essere umano sono i principali deputati a captare e a manifestare la presenza dell'energia psichica. Si parla di sensi sottili, come chiaroveggenza, chiarudienza, chiaroolfatto. Quest'ultimo "ha un certo valore speciale nella manifestazione dell'energia psichica: non solo questa si condensa nella fragranza, ma suscita quello spasmo di inalazione

²⁸ Il vocabolo russo *čuvstvoznanie* (letteralmente senso-conoscenza) è un altro termine chiave dell'Insegnamento dell'Agni Yoga. Viene tradotto in italiano con la locuzione *conoscenza diretta*. Inoltre, lo studioso Anton Malyguine afferma che "nella filosofia dell'Agni Yoga questo termine indica il sesto senso, il senso sintetico che coordina, comprende e supera nella sintesi ignea tutti gli altri sensi. Questo senso sarà sviluppato pienamente nella Sesta Razza" (annotazione a E. Roerich, *Lettere dall'India 1929-1955*, Editrice Nuova Era, 2008, p.238).

²⁹ A proposito dei tempi richiesti da certe osservazioni, si veda *Gerarchia* § 276.

³⁰ Sono in corso diverse ricerche sullo sviluppo dei sensi sottili, si cita per esempio l'istituto Bronnikov di Mosca, www.metodobronnikov.it inoltre, diversi autori russi si stanno occupando della divulgazione di metodi per porsi rispetto alla realtà quotidiana con un'attitudine diversa. Non si parla né di energia psichica né di percorso spirituale, tuttavia si fa riferimento ad essi, quando si parla di mettersi in contatto con i campi vibrazionali che permeano il mondo. Vadim Zeland, ad esempio, con il *Transurfing* propone un modo diverso di pensare e agire, "senza cambiare se stessi ma ritornando a sé". Il metodo viene spiegato nella trilogia *Lo spazio delle varianti, Il fruscio delle stelle del mattino e Avanti nel passato*, trad. italiana di Vera G. Bani, Macro Edizioni, 2009-2010.

di cui ho già detto” (*Cuore*, § 136). “Prestate attenzione a quel caratteristico sospiro spasmodico che accompagna l’esaltazione spirituale. Anche quella sensazione chiamata ‘pelle d’oca’ in parti diverse del corpo durante la comunione con Noi è tipica. Mentre si sperimenta per scoprire l’energia psichica si scopre il significato di entrambi questi fenomeni” (*Cuore*, § 124).

Respiro ritmico e profondo e sensazione sulla pelle sono quindi sintomi fisici della presenza dell’energia psichica che si attiva in determinati stati di coscienza, che qui vengono definiti di “esaltazione spirituale”. A volte si usano termini che ci conducono lontano, ma se si sperimenta, si capisce a cosa ci si riferisca e soprattutto che è qualcosa alla nostra portata, poiché “Nessuno dovrebbe negare di avere in sé qualcosa di grande valore. Può forse non saperlo applicare, ma ciò non significa che non esista la possibilità” (*Aum*, § 429).

Ghiandole, mucose, tessuti, tutto reagisce alla presenza attiva dell’energia psichica. “L’energia psichica penetra qualsiasi tessuto, equilibrando tutto l’organismo... Le ghiandole dipendono in grande misura dall’energia psichica; un loro stato di gonfiore può essere dovuto a un suo deflusso. Quanto più è debole la sua corrente tanto maggiore è quel fenomeno, in quanto lo sviluppo fisico procede allora senza debito controllo” (*Mondo del Fuoco III*, 416). “Quando il Fuoco si tende, la sua energia stimola l’attività delle ghiandole fino a triplicarla, e in tal modo molte tossine vengono espurgate” (*Mondo del Fuoco II*, § 361). “Le secrezioni del corpo umano sono poche studiate. Eppure quante cose rivelerebbero dell’energia psichica!” (*Mondo del Fuoco III*, § 442).

“Ogni secrezione, qualunque respiro emana energia psichica. L’uomo impregna lo spazio a profusione: perciò deve pensare a quel che fa e migliorare l’energia psichica” (*Aum*, § 339).

Nei regni minerale e vegetale gli elementi carichi di energia psichica sono il musco, il fosforo, l’ambra (cfr. *Mondo del Fuoco III*, § 440), l’olio di deodara, l’essenza di rose (cfr. *Cuore*, § 387).

“Si è detto che la prima manifestazione giunge fra i tuoni e l’ultima nel silenzio” (*Agni Yoga*, § 380).

2.7 Energia psichica e salute: malattia, cura e guarigione

L’energia psichica, essendo un’energia cosmica così potente, anche a livello umano ha un ruolo fondamentale, soprattutto nell’equilibrio tra salute e malattia. Qualunque siano le cause della malattia, lo stato dell’energia psichica ha sempre un ruolo. Possedere un buon livello di energia psichica può salvaguardare da molte malattie, diventando il modo migliore di fare prevenzione³¹.

“Se l’energia psichica viene negletta si manifestano molte malattie. Si può sostenere che dalle sue condizioni dipendono non solo tutte le infermità psichiche e fisiche, ma persino le ossessioni” (*Aum*, § 599). “È impossibile distruggere l’energia psichica, ma la si può confinare in una condizione così indegna che potrebbe porre fine alla vita fisica, esplodendo. L’analogia che lega interi mondi è reale! Perciò dicendo di ben custodire il cuore e l’energia psichica, vi do il consiglio più importante. Del pari i medici devono imparare a istruire i loro pazienti sulla sua essenza” (*Aum*, § 460).

³¹ Per un approfondimento si consigliano i testi citati in bibliografia: Kupava, *Psichičeskaja energija i zdorov’e [Energia psichica e salute]* e Logaeva (a cura di), *Lečebnik Agnii-Yogi. Medicina tret’evo tysjačeletija [Agni Yoga: La medicina del Terzo millennio]*.

Malattia: Si ritiene che qualsiasi malattia sia la ricaduta a livello fisico di uno squilibrio presente a livello sottile, psichico. “E’ tempo di notare l’aumento delle malattie generate dai pensieri” (*Gerarchia*, § 132).

“L’energia psichica penetra qualsiasi tessuto, equilibrando tutto l’organismo. ... L’equilibrio spirituale può aiutare a sradicare molte malattie” (*Mondo del Fuoco III*, § 416). “Quando dico che un numero considerevole delle malattie dovrebbe essere curato con l’energia psichica, dovete intenderlo alla lettera. Varie malattie hanno sempre come causa primaria uno stato infettivo del tessuto nervoso. In tale condizione, il Mondo superiore e l’inferiore sono in contatto e, se esiste una frattura nella sostanza nervosa, qualsiasi intrusione è possibile, a partire dall’ossessione sino al cancro. Ora, tale sostanza può essere protetta esclusivamente dall’energia psichica; pertanto la coltivazione di quest’ultima è la vera profilassi per l’umanità. Per lo meno si può applicare un pensiero puro, che protegge l’accesso ai canali nervosi: perfino questa semplice precauzione è benefica. Inoltre, l’energia psichica è il miglior purificante durante la fase di incubazione del male. Ma l’alcolismo e qualsiasi vizio sono terribili nel decomporre la sostanza nervosa. Pensate allo stato del corpo sottile, quando i nervi più fini assumono l’aspetto di uno scheletro! Le ossa appartengono alla Terra, i nervi al Mondo Sottile e la Luce è dello Spirito” (*Gerarchia*, § 190).

“Il cancro è il flagello dell’umanità ed è inevitabile che si diffonda. I rimedi principali sono profilattici. Chi non usa carne, vino, tabacco, né narcotici; chi tiene pura l’energia psichica; chi ogni tanto si sottopone a una dieta latte; chi ripulisce lo stomaco e prende acqua di L., non si preoccupi del cancro. Al suo primo insorgere, è possibile un intervento chirurgico; ma questo non ha senso se il paziente, dopo la convalescenza, riprende la vita di prima. Certo con l’ipertonia si può interrompere la crescita, ma a che giova se non si allontana la causa che avvelena? Bisogna condurre una vita sana. È pazzesco inventare cure per cadaveri! Si tratta invece di prestare attenzione alla qualità della vita di chi si ammala” (*Agni Yoga*, § 495).

Cura: “Quando si impongono le mani non si deve pensare alla malattia, ma cercare semplicemente di unirsi al Supremo” (*Gerarchia*, § 132). “Ricordate che tutte le invocazioni forzose sono inadatte, secondo la legge dei Signori. La preghiera del cuore sgorga diretta, anche senza ricorso alla formula convenzionale” (*Cuore*, § 550). “L’energia cardiaca non deve mai essere forzata, ma trasmessa per contatto con la corrente. Se, prima ancora di qualsiasi disposto fisico, medico e paziente pensassero simultaneamente all’energia del cuore, in molti casi la reazione sarebbe istantanea, benefica e risanatrice” (*Mondo del Fuoco I*, § 53).

“Quando si intende combattere una malattia, è possibile concentrare l’energia psichica come elemento di grande potere. Con la purificazione della coscienza si possono accrescere le forze spirituali che agiscono da potenze motrici dello spazio. Le chiavi per far risorgere il fuoco dell’energia psichica sono nel cuore” (*Mondo del Fuoco III*, § 414).

“Ogni volta che l’aspirazione si esalta, aumenta la concentrazione dei cristalli di energia psichica, che si moltiplicano allorché si tende il potere dello spirito. I sedimenti dei cristalli precipitati, costituiti di energie sottili trasformate chimicamente dall’organismo, alimentano quegli organi che più ne hanno bisogno quando si consuma energia. I cristalli dell’energia psichica sciogliono e dilavano le sostanze nocive. Si tratta di un processo di dissoluzione che si può promuovere coscientemente, ed è di grande ausilio come antidoto. L’invio deliberato di energia psichica agli organi infetti o colpiti può avere effetti terapeutici. La tensione cosciente della volontà provoca l’azione spontanea dei cristalli. Quindi il fatto stesso di pensare ai

cristalli dell'energia psichica favorisce la ripresa degli organi interni danneggiati. Sulla via del Mondo del Fuoco bisogna riconoscere che nell'uomo esistono potenti batterie di fuoco elettrico" (*Mondo del Fuoco III*, § 218).

"Un efflusso di energia psichica va curato ... somministrando valeriana, musco e latte con bicarbonato di sodio. A questi rimedi va aggiunta l'energia psichica del medico stesso, e quest'ultima è essenziale ... (*Fratellanza*, § 472).

"Quanta parte della propria energia psichica si può effondere nel curare? Non è una domanda da poco, poiché un calo eccessivo disarmava il guerriero. Se ne può dare la metà, o persino i due terzi, ma i tre quarti sarebbe già un livello di pericolo per il terapeuta. In tale situazione egli potrebbe prendersi il male del paziente. Perciò tanto si insiste sull'Aureo Sentiero: che tutto sia in proporzione, che tutto sia in armonia (*Aum*, § 594).

Guarigione: La guarigione avviene quando la cura ha avuto successo, ovvero quando il processo di armonizzazione dà i suoi frutti. Gli strumenti per operare sono diversi, ma "Nulla meglio dell'amore armonizza l'energia psichica. È la base di tutte le comunioni superiori, anch'esse benefiche per quell'energia. Ma anche un leggero pranayama la rafforza. Così si dovrebbe raccogliere e affermare tutto ciò che le giova e ciascuno dovrebbe curare la propria riserva. Basta un solo sospiro per rinnovare le forze. È sintomatico che l'energia psichica sia rinvigorita soprattutto dal sentimento, e non dal riposo fisico. Ecco perché si è affermato: 'Dammi tutti i tuoi pesi, quando vado nel giardino di bellezza'. Pressione e peso danno nascita a sentimenti intensi. Se l'uomo sapesse valutare i propri, sceglierebbe il migliore, che è l'Amore" (*Aum*, § 515).

Nel processo di guarigione, dunque, più importante del riposo fisico è lo stato d'animo, che è influenzato dall'ambiente e dalle persone che circondano il malato. Importante è avere sentimenti benevoli o trasformarli in tali, distaccandosi mentalmente dalla malattia stessa. Inoltre, "per guarire si può rivolgere all'organo infermo un pensiero elevato o molto intenso. Al contrario una bestemmia o un pensiero distruttivo accrescono il flusso verso quella parte, aggravando il male. È saggio dunque il medico che consiglia al paziente di non bestemmiare e non odiare. Più volte abbiamo detto che il pensiero puro è benefico e risanatore; apre le porte al potere terapeutico dell'Energia primaria" (*Sovramundano II*, § 275).

"I medici notano di frequente che una malattia micidiale si dilegua all'improvviso senza lasciare traccia. In tal caso, certamente, si suppone la causa sia da ascrivere alle cure tentate, o a qualche circostanza esteriore. Ma la ragione prima – cioè l'energia psichica – capace degli effetti più insoliti, viene sempre negletta: ed è la sola in grado di deviare il corso di una malattia" (*Aum*, § 354).

"Tutti i Nostri esperimenti comprovano che l'energia psichica è sempre pronta a trasmutare l'impatto delle altre energie in manifestazioni benefiche. L'abbiamo vista sostituire le inoculazioni e annientare le occasioni di malattia; essa inoltre trasmuta in vantaggio qualsiasi effetto energetico" (*Agni Yoga*, § 540).

“Nell’antichità il potere dell’energia era attribuito alla Madre. Se ne implorava il soccorso con insistenza e l’energia cresceva. Non importa se la preghiera è tempestosa o perfettamente calma; conta solo che l’appello sia cosciente”³² (*Sovramundano II*, § 275).

Trapasso: “Lo spirito che abbia realizzato durante la vita il potere derivante dalla tensione dell’energia psichica può far conto sul suo potere anche durante il trapasso nel Mondo Sottile. Il corpo sottile si alimenta di tali saturazioni, ed anzi è composto di fluidi di quella energia; essa agisce con potenza crescente durante la trasmutazione dei centri, che ne raccolgono i fluidi possenti per rafforzare il corpo sottile. Se l’energia psichica viene accumulata da nobili sentimenti, la trasmutazione del corpo sottile resta di conseguenza saturata di energie ignee. È dunque importante accrescere le proprie forze con la determinata comprensione del suo potere. La sua attività perfeziona tutte le successive manifestazioni vitali (*Mondo del Fuoco III*, § 415).

CONCLUSIONI

Siamo giunti al termine di questa breve immersione nel mondo dell’energia psichica, che vuol essere solo una tappa di un viaggio ben più lungo. Siamo partiti dalle vette, cercando di individuarne l’origine e la sua collocazione all’interno della vasta gamma delle energie sottili che stanno alla base dell’universo manifesto, all’interno di una struttura a base triangolare. Sicuramente ci saranno delle imprecisioni, ma l’intento è chiaro, ed è quello di vedere l’uno attraverso la molteplicità, di trovare gli elementi comuni che determinano la connettività globale e stabilire un rapporto con essi.

Abbiamo visto come la consapevolezza dello spirito unita al pensiero infuocato accenda la scintilla dell’energia psichica, celata nei cuori umani, e come si possa controllare e utilizzare il fuoco che ne deriva.

Abbiamo visto come l’essere umano sia di fatto in possesso di tutte le energie presenti nel cosmo e di come sia possibile conoscerle e applicarle. Il punto di partenza è il lavoro di consapevolezza su se stessi che porta alla conoscenza interiore di quel microcosmo che è l’essere umano. Per farlo è necessaria dedizione costante alla ricerca interiore e all’applicazione pratica dei risultati nella vita quotidiana, migliorando costantemente la qualità dei pensieri, delle azioni e dei comportamenti.

Abbiamo visto come l’applicazione delle conoscenze dell’energia psichica sviluppi la coscienza sia a livello individuale sia di gruppo, rafforzando l’idea di gruppo umano e planetario. Allora il senso di comunità si amplia e con esso il senso di responsabilità verso il lavoro comune

³² La scienziata russa Ljudmila Pučkò (1938-2011), nel 1966, ha sviluppato un metodo di guarigione denominato “medicina multidimensionale”, basato sull’analisi radioestesica. Le basi teoriche del metodo attingono dagli studi russi sui campi torsionali (Šipov). La tecnica principale è la creazione delle sequenze vibrazionali (a cui fanno riferimento anche i metodi di guarigione basati sulle sequenze numeriche) e parte dal presupposto che la malattia nasca a livelli sottili e successivamente si trasferisca al corpo fisico. Il processo di autoguarigione avviene stabilendo un contatto e una collaborazione col proprio Sé superiore (unione di Anima, Spirito e Coscienza). Dopo la morte di L. Pučkò, le sue ricerche vengono portate avanti da un suo allievo, Pavel, che le ha sviluppate ulteriormente, creando un metodo di lavoro di guarigione basato sulle vibrazioni della voce, “formule dell’appello”. Tali ricerche e metodi vengono divulgati in italiano dalla studiosa Olga Samarina tramite il sito www.la-radionica.esoterico-scientifica.russa.com. Si segnala inoltre l’utilizzo della vibrazione sonora a scopi terapeutici, con l’uso di programmi meditativi mirati al raggiungimento della salute psico-fisica col metodo di Renni Rossolovski, si veda il sito <https://it.advanced-mind-institute.org/>.

connesso con le forze superiori. L'Insegnamento dell'Agni Yoga solleva leggermente il velo, facendo intravedere il lavoro di coscienze avanzate sui piani della cooperazione cosmica.

L'uso consapevole dell'energia psichica permette di connettersi a quei piani e di lavorare individualmente ma con coscienza globale. Se poi gli individui si accordano su un programma di lavoro collettivo e condiviso, magari regolato da ritmi celesti, con l'obiettivo comune di contribuire all'evoluzione planetaria e sviluppare idee e forme sociali basate su valori di cooperazione, fratellanza, equità, alimentati dall'impegno cosciente, allora tutto potrebbe prendere una connotazione diversa. Ognuno potrebbe sentire la propria esistenza individuale trasformata e magicamente valorizzata, poiché inter-connessa con le correnti supreme.

Ecco che l'energia psichica nasce dall'alto e, se a livello umano viene studiata, sviluppata e applicata con consapevolezza spirituale, riporta verso l'alto, poiché "l'Insegnamento deve spiritualizzare la conoscenza ed elevare i concetti morali verso la realtà delle Forze superiori" (*Aum*, § 413).

BIBLIOGRAFIA

La presente bibliografia offre un panorama degli studi sull'energia psichica, nell'ambito dell'Insegnamento dell'Agni Yoga, nel mondo russo. Siccome la maggior parte delle opere non sono tradotte in italiano, si offre anche una succinta presentazione del contenuto e qualche accenno biografico sugli autori.

Elena ROERICH, *U poroga novogo mira [Alle soglie del nuovo mondo]*, Moskva, 2007. Non tradotto in italiano. L'indice è il seguente:

- Introduzione di L.V. Šapošnikova
- Sogni e visioni. Esperienza ignea. Estratti dai diari di Elena Roerich
- Appunti di cosmologia [traduzione italiana inedita, disponibile su richiesta].
- Studio delle proprietà dell'essere umano [traduzione italiana inedita, disponibile su richiesta].
- Scelta di lettere

Elena ROERICH, *Besedy s Učitelem [Conversazioni col Maestro]*, ed. Mir Ognennyj, Riga, 2012. Non tradotto in italiano. L'indice è il seguente:

- Il Sole.
- Correnti spaziali.
- Energia Primaria, Ignea e Psichica.
- La Luna.
- Il Magnete cosmico.
- Evoluzione cosmica.
- L'atomo.

Il volume contiene anche una scelta di lettere di Elena Roerich e scritti di L.V. Šapošnikova, T.O. Kniznik e E. Burova,

Elena ROERICH, *Lettere*. Le lettere di Elena Roerich sono pubblicate in russo in diversi volumi. Gli originali sono conservati nell'archivio del Centro Internazionale Roerich presso il Museo Roerich di Mosca. In italiano esiste la traduzione di due volumi, *Lettere 1929-1935* e *Lettere 1935-1939*, a cura del Gruppo Cintamani, 2008. Inoltre in italiano esiste un'altra raccolta di 48 lettere: *Lettere dall'India 1929-1955*, traduzione a cura di Anton Malyguine e Claudia Brioschi, Editrice Nuova Era, 2008.

Elena ROERICH, *Diari*. I diari originali di Elena Roerich sono conservati nell'archivio del Centro Internazionale Roerich presso il Museo Roerich di Mosca. Nonostante i circa 20 volumi pubblicati, vi sono ancora manoscritti inediti. Non esiste una traduzione italiana dei diari.

Natalija Dmitrievna SPIRINA (a cura di), *Psichičeskaja energija [L'energia psichica]*, Sibirskoe Rerichovskoe Obščestvo [Società Roerich Siberiana], Novosibirsk 2014. No traduzione italiana. Si tratta di un compendio sull'energia psichica composto da citazioni tratte dai testi dell'Agni Yoga e dalle lettere di Elena Roerich, che comprende:

- Introduzione
- Accumulazione: Gerarchia, Preghiera, Amore, Aspirazione, Pensiero, Cuore, Gioia, Delizia, Ammirazione, Estasi, Arte, Lavoro, Tensione, Soffio, Carica, Unione, Astinenza, Natura, Prana, Piante, Fiori, Medicine, Cibo.
- Dissipazione: Il sé, Irritazione, Paura, Dubbio, Autocommiserazione, Pigritia, Squilibrio.
- Uso dell'energia psichica

N.D. Spirina (1911-2004) è la fondatrice della Società Roerich Siberiana e dei due musei Roerich in Siberia. La sua opera comprende versi, fiabe, scritti, documenti, compendi redatti sulla base dei testi dell'Insegnamento dell'Agni Yoga, delle lettere di Elena Roerich e dell'opera di B.N. Abramov, *Grani Agni Yoga* [Sfaccettature dell'Agni Yoga], circa 20 volumi non tradotti in italiano.

N.M. KOČERGINA (a cura di), *Psichičeskaja energija. Iz archiva N.D. Spirinoj* [L'energia psichica. Dall'archivio di N.D. Spirina], Sibirskoe Rerichovskoe Obščestvo [Società Roerich Siberiana], Novosibirsk 2012. No traduzione italiana. Compendio sull'energia psichica tratto dai testi di N.D. Spirina. L'indice è il seguente:

- Condizioni interiori:
 - Gioia
 - Ruolo del pensiero
 - Amore
 - *Podvig*
 - Attenzione
 - Aspirazione
 - Tensione
 - Ritmo,
 - Cooperazione
 - Fiducia
 - Gerarchia
 - Responsabilità
- Condizioni esteriori
- Azioni cosmiche

Margarita Nikolaevna EGOROVA, *Fohat*, in "Del'fis", Zhurnal Blagotvoritel'nogo Fonda Del'fis [Delphis, rivista della fondazione senza scopo di lucro Delphis], n. 29, Gennaio 2002. www.delphis.ru

Elena Sergeevna BULAT, *Kosmičeskaja pyl' i psichičeskaja energija* [Polvere cosmica e energia psichica], in "Del'fis", Zhurnal Blagotvoritel'nogo Fonda Del'fis [Delphis, rivista della fondazione senza scopo di lucro Delphis], n. 82, Febbraio 2015. www.delphis.ru
L'articolo tratta dei precipitati spaziali portati sulla Terra da particelle di polvere cosmica tramite pioggia e neve.

T.S. KUPAVA, *Psichičeskaja energija i zdorov'e* [Energia psichica e salute], Mezhdunarodnyj Centr Rerichov [Centro Internazionale Roerich], Master-Bank, Moskva 2007. No traduzione italiana. Il testo è diviso in due parti: Salute e Psicologia, entrambe sviluppate tramite una selezione di versetti dei testi dell'Agni Yoga. La parte sulla salute comprende: L'uomo e il cosmo; Scienza; Psicologia; Pensiero; Energia psichica; Medici; Malattie; Cuore; Polso; Sguardi; Suono; Luce; Emanazioni dell'uomo; Emozioni; Imperil; Medicinali; Cibo; Prana; Acqua; Elettricità; Consigli. La parte sulla Psicologia comprende: Psicobiologia; Il corpo dell'uomo; I centri; medium; Psichismo; Magia; Ossessione.

Gli allegati comprendono un piccolo glossario sui termini più frequenti e i seguenti testi:

- Nikolaj Roerich, *Cuori*
- G. F. Lukin, *Legge mentale, legge della salute*
- T.S. Kupaeva, *Le gioie dell'uomo*.

E.A. Logaeva (a cura di), *Lečebnik Agnii-Yogi. Medicina tret'evu tysjačletija [Agni Yoga: La medicina del Terzo millennio]*, ed. Delphis, Mosca 2014. Raccolta di citazioni dai testi dell'Agni Yoga e delle lettere di E. Roerich sui seguenti argomenti: Salute, Malattie, Cure, Profilassi, Evoluzione dell'organismo [traduzione italiana inedita, disponibile su richiesta].

Aleksandr S. Klizovskij, *Psichičeskaja energija [Energia Psicica]*, in *Osnovy Miroponimanija Novoj Epochi [Fondamenti per la comprensione della Nuova Era]*, ed. Zvezdy Gor, Minsk, 2008 [traduzione italiana del capitolo sull'energia psichica inedita, disponibile su richiesta]. L'opera completa (non tradotta in italiano) è divisa in tre parti e comprende i seguenti capitoli:

Parte I

- Introduzione
- Il senso della vita
- La condizione attuale del mondo
- Il pensiero
- L'unità del Tutto
- La legge di reincarnazione
- La legge del karma
- La gestione del mondo
- Collaborazione e cooperazione
- Allievi e Maestri
- Verità sull'occultismo

Parte II

- Sviluppo e crescita della coscienza
- L'educazione
- Interrelazione delle origini
- La bellezza e l'arte
- Preghiera e impegno strenuo (*podvig*)

- Sacrificio e senso del dovere
- La sofferenza
- Il mondo sottile e il mondo del Fuoco

Parte III

- L'energia psichica [trad. italiana disponibile su richiesta]
- I centri del Sé superiore
- Il significato del Cuore nella Nuova Era
- La Monade o seme dell'anima
- Infinito
- La Madre del Mondo [traduzione italiana disponibile su richiesta]
- Il problema del bene e del male
- L'avvento del nuovo mondo
- Appello alle donne
- Note

Aleksandr Klizovskij (1874-1942) si avvicina all'Insegnamento dell'Agni Yoga attraverso le opere teosofiche di Elena Blavatskij e diviene membro della Società Roerich di Riga (Lettonia) all'inizio del 1930. La sua opera sui fondamenti di una nuova epoca è il primo testo di divulgazione dei testi dell'Agni Yoga. I tre volumi vengono pubblicati tra il 1934 e il 1938. La redazione dell'opera, avvenuta in condizioni di vita quotidiana molto difficili, è seguita e apprezzata da Elena e Nikolaj Roerich che intrattengono con l'autore un epistolario di oltre 30 lettere nel periodo 1934-35. Klizovskij viene arrestato nel 1941 e trasferito in un campo di concentramento in Kazakistan dove viene fucilato nell'aprile del 1942.

AAVV, "Psichičeskaja energija" [L'Energia Psicica], n. 1, novembre 2014, ed. Rassanta, Moskva, 2014 (pagine 320). Redattore capo A.I. Ljuft.

Primo numero di una nuova rivista completamente dedicata allo studio dell'energia psichica in lingua russa. L'indice è il seguente:

- Introduzione
- Il simbolo dell'energia psichica sulla copertina della rivista, croce e quadrato
- Retrospettiva
- L'energia psichica e la scienza moderna, *R. Rudzitis*
- Elena Blavatskij a proposito del Mesmerismo

- Il magnetismo animale, *F. Mesmer*
- Elena Blavatskij a proposito di Reichenbach
- Ricerca fisico-fisiologica sulla dinamica del magnetismo, cap. 1, *K. Von Reichenbach*
- Proprietà dell'energia psichica
- Proprietà dell'energia psichica, *A. Ljuft**
- Parapsicofisiologia
- Parapsicologia, *Nikolaj Roerich*
- Elena Roerich a proposito dei lavori di Kilner
- L'atmosfera umana o come rendere visibile l'aura, cap. 1, *Walter J. Kilner*
- Laboratori
- Sette punti di corrispondenza tra la manifestazione dell'energia psichica e le radiazioni Kirlian
- Diagnosi dell'agopuntura energetica di Mendel basata sui dati Kirlian
- Cos'è l'energia psichica?
- Scuola di energia psichica
- Lezione 1: Necessità dello studio dell'energia psichica per l'evoluzione
- Psicodinamica
- Esercizio 1: Il trasformatore dell'energia psichica cosmica
- Dalla redazione
- Contatti
- Informazioni per gli abbonati
- Informazioni per gli sponsor
- Fonti

* Si tratta di uno studio sull'energia psichica suddiviso in 41 brevi capitoli, come segue: Necessità dello studio dell'Energia Psichica. Origine. Diffusione. Sostanza ignea. Efficacia. Inesauribilità. Uso. Rinnovabilità. Vorticosità. Magnetismo. Permeabilità. Oscillazione. Boomerang. Inerzia. Divisibilità. Cristalli di materia sottile. Imperil. Ringse. Corpo umano. Corpo igneo. Corpo sottile. Corpo fisico. Mondo sottile. Pensiero. Sensi. Sonno. Il Cuore come sovrano dell'energia psichica. Volontà. Trasmutazione. Salute. Malattia. Abuso. Conservazione. Difesa. Assorbimento. Eccesso. Potenziamento. Unione. Indebolimento. Onde elettromagnetiche. Altre forme di energia. Trasmissione dell'energia psichica tra uomo e cosmo, uomo e mondo sottile, uomo e spazio, uomo e uomo, uomo e animali, uomo e piante, oggetti, abitazione, fluidi. Energia psichica e suono, colore, aroma. Fratellanza. Arte. Intuizione. Cibo. Ipnosi. Chiarudienza. Chiaroveggenza. Telecinesi. Guarigione. Magnetizzazione dell'acqua. Apparecchiature per l'indagine dell'energia psichica.

WEB

AAVV, *Ognennaja energija. Psichičeskaja energija* [*Energia ignea. Energia psichica*].

www.myshambhala.com

AAVV, *Psichičeskaja energija: Praktika*, [*Energia psichica: Pratica*] in

www.znamyamaytreji.narod.ru

N. BANYKIN, *Psichičeskaja energija i zdorovie čeloveka* [*L'energia psichica e la salute dell'individuo*]. www.yogatrains.ru

S. KLJCNIKOV, M. BELOVOD'E, *Psichičeskaja energija* [*L'energia psichica*], <http://grani.agni-age.net>

