

POLARITY ED I CINQUE ELEMENTI: ETERE, ARIA, FUOCO, ACQUA E TERRA

LA POLARITÀ ATTRAVERSO I CINQUE ELEMENTI, UNA CHIAVE
IMPORTANTE PER LA COMPrensIONE DELLE LEGGI CHE LA REGOLANO.

TRATTO DAL LIBRO QUINTA ESSENTIA DI MORAG CAMPBELL

L'importanza dei cinque elementi, nell'arte della Polarity Therapy, ha continuato ad espandersi negli anni. Gli elementi offrono una chiave chiara e precisa di comprensione e interazione con le varie manifestazioni della vita energetica, del corpo e della mente e rappresentano una visione naturale della vita.

La Quinta Essentia è l'elusivo quinto elemento che crea il palcoscenico affinché i più familiari elementi astrologici Aria, Fuoco, Acqua e Terra si possano esprimere. Per scoprire e capire veramente il nostro fondamentale sé dobbiamo esplorare la combinazione unica di tutti gli elementi nel loro agire nella nostra vita.

Tutti hanno sentito espressioni tipo "cadetti dello spazio", "testa per aria", "testa calda", "guastafeste", "conservatore", ma sapete da dove provengono questi riferimenti? Questo libro spiega come le nostre personalità, i modi di comunicare e persino i problemi di salute siano in relazione con l'equilibrio dei Cinque Elementi, i componenti elementari della vita. Conoscendo questi elementi e come si manifestano nelle nostre vite arricchiamo la comprensione di noi stessi e degli altri, miglioriamo le nostre relazioni e doniamo una direzione e uno scopo alla nostra vita.

NEL VOSTRO ELEMENTO

Molto tempo fa, quando il mondo era appena stato creato, e prima che l'uomo iniziasse ad onorare l'altare del grande dio della scienza, gli antichi avevano una visione del mondo più semplice. Ogni cosa da loro sperimentata poteva essere unicamente riferita a loro stessi, quindi imparavano ed esploravano il mondo utilizzando i cinque sensi. L'universo conosciuto poteva essere visto, sentito, gustato, odorato o toccato da tutti. Le loro

menti cercavano di dare un senso al mondo che avevano scoperto in sé. Tutto quello che conoscevano finiva per essere costituito da quattro elementi principali: aria, fuoco, acqua e terra che identificavano come le particelle elementari di tutta la vita. Realizzarono che la grande stella in cielo dava luce. Ne sentivano il calore su di loro e sulla terra, e quando il sole spariva alla fine di ogni giorno, sperimentavano la fresca oscurità della notte. Percepivano il movimento dell'aria intorno a loro, la respiravano e se ne sentivano colmati e poi la restituivano all'universo. Avvertivano la brezza sulla loro pelle e la pressione nell'atmosfera prima della tempesta. Avevano fiducia nella solida terra sotto i piedi che li sosteneva e alimentava la vita delle piante e degli animali. Ricevevano la pioggia dal cielo. Molti miti della creazione narrano di come una massa di fuoco volò via dal sole formando la materia solida che divenne terra, e di come l'atmosfera vaporosa si raffreddò, separandosi nei gas dell'aria e nell'acqua degli oceani e dei mari. Gli elementi aria, fuoco, acqua e terra erano presenti ovunque ed in ogni cosa, incluso l'uomo, anche se sembrava che un elemento, una volta identificato, potesse mantenere a lungo il dominio sugli altri. Sebbene tutti gli elementi fossero presenti sul pianeta, quando il primo uomo pensò alla terra che calpestavano gli sembrò di possedere soprattutto quest'ultimo rispetto agli altri, pur avendo in sé aria e acqua e, in verità, anche il fuoco nel cuore. Gli antichi entrarono in contatto con gli elementi della natura e cercarono di capirli, quindi si accorsero che esistevano forze primarie che andavano al di là del controllo umano. Queste forze possedevano un ordine ed una mente proprie e, per dare un senso a questo mistero, trovarono

ragionevole personificarle. Riconoscendo che il loro potere era superiore a quello dell'uomo, e credendole animate da dei o spiriti, giunsero a elevare e deificare la terra, l'acqua, il cielo, l'aria, e i luoghi "infuocati" della terra come i vulcani.

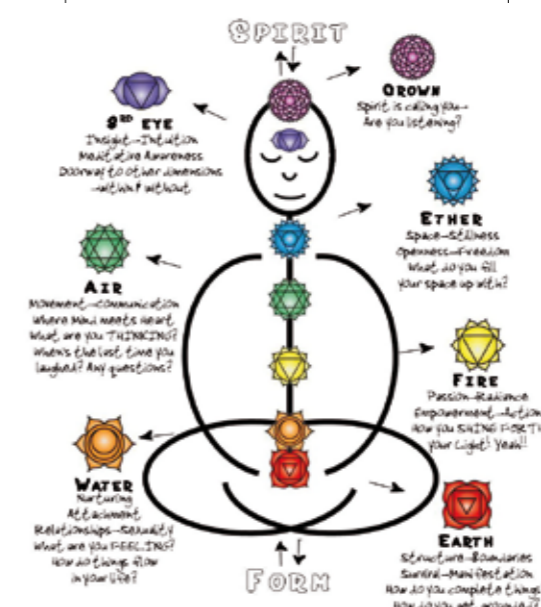
Essi credevano che queste divinità avessero tutte le qualità archetipiche dell'uomo stesso ed anche qualità sovraumane. **Gli uomini attribuirono agli elementi naturali valori ed emozioni umane a tal punto che quando la pioggia cadeva gentilmente sui loro raccolti ed i fiumi scorrevano pieni d'acqua e con abbondante pesce, il sole brillava e li scaldava, pensavano che gli dei fossero ben disposti e li benedicevano. D'altro canto credevano anche che, se l'uomo le turbava con le sue azioni, tali divinità sarebbero state capaci di scatenare le più formidabili catastrofi naturali come inondazioni, terremoti, uragani ed eruzioni vulcaniche.** Sembrava che questi dei fossero amorali e non rispettassero né l'uomo né le bestie visto che la pioggia torrenziale cadeva indifferentemente su buoni, cattivi, giovani e vecchi. In ogni caso queste divinità della natura dovevano essere venerate, pregate e onorate con sacrifici e a loro erano richieste benedizioni a vantaggio dell'umanità. Uomini e dei vivevano fianco a fianco: gli uni rispettando il potere degli altri e, quando era possibile, vivendo in armonia.

Oggi, nella nostra moderna società tecnologica, gli dei della natura sono stati messi da parte e l'uomo elevato ad una posizione superiore nell'ordine gerarchico delle cose. Al giorno d'oggi ci riteniamo superiori a queste credenze e scegliamo di affidarci piuttosto alle scienze: meteorologia, vulcanologia o sismografia per spiegare i fenomeni naturali, piuttosto che

ascriberli allo sfizio di uno spirito litigioso. Questi dei moderni dai nomi impronunciabili hanno soppiantato quelli vecchi che avevano nomi più personali e facilmente accessibili. Con i vecchi dei della natura ognuno poteva avere una relazione intima e speciale. Gli uomini si sentivano connessi a loro in modo reale e tangibile. Facevano domande alle divinità, le pregavano direttamente ed erano abbastanza sicuri che quelle avrebbero risposto. La pioggia sarebbe caduta e la terra avrebbe fruttificato. Ora gli dei sono stati cancellati dagli uomini moderni e così, per la maggior parte della popolazione, il collegamento profondo e sacro con tutte le cose è andato perso. Tuttavia non tutto è completamente perduto e da qualche parte, nella profondità della psiche di tutti noi, la memoria di questi vecchi dei continua a vivere.

L'approccio semplice che hanno i bambini di guardare alla vita è il più naturale. Essi, tra tutti gli esseri, restano fedeli ai vecchi dei. Questo modo innocente di credere è presto scoraggiato dalla visione degli adulti che hanno subito un lavaggio del cervello inteso a convincerli che ogni fenomeno conosciuto deve essere provato con metodo scientifico. La prova scientifica è il nuovo strumento dell'Inquisizione. Secondo la tradizione celtica, nelle storie della mia gioventù, per esempio, ogni pianta o albero, ogni pietra o montagna erano abitati da piccoli esseri, naturalmente invisibili a tutti tranne che ai bambini e alle persone che avevano il dono di vederli. Oggi le forze naturali dell'aria continuano a vivere come fate. Queste incantevoli creature alate si prendono cura della crescita di tutte le cose. Etere e e

leggere come una piuma, esse simboleggiano perfettamente la libertà ed il cambiamento repentino proprio dell'elemento aria. Le fate erano sospettate di rubare i bambini piccoli dalla culla e sostituirli con un bimbo fatato. Questa pratica venne chiamata "changeling". Ancora oggi i bambini piccoli mettono, di notte, i loro denti da latte sotto il guanciale, così che le fate dei dentini possano prenderli e scambiarli con delle monete. Questa abilità apparentemente magica di scambiare una cosa con un'altra riflette la natura dell'aria, ossia l'essere mutabile. Dovreste



sedere molto tranquillamente per poter catturare la fugace apparizione di questi spiriti rapidi, timidi ed elusivi che si prendono cura instancabilmente dei fiori e degli alberi. L'elemento naturale associato al fuoco è invece la salamandra, anche se nei libri per l'infanzia questo elemento è rappresentato dal folletto, una figura che molti piccoli, anche oggi, riferiscono a sé stessi. Il carattere impertinente e dispettoso riflette la vitalità ed il carisma del fuoco. Luminosi e sereni possono facil-

mente perdere il controllo e finire nei guai. Pensate al carattere del folletto Puck di cui parla Shakespeare in "Sogno di una notte di mezza estate" che salta nella tazza da cui la moglie sta per bere e colpisce le sue labbra facendole rovesciare la bevanda; oppure quando allontana lo sgabello della balia facendola cadere mentre sta per sedersi. Ciò dà un'idea della natura impertinente del folletto. Chissà quanti bambini innocenti sono ingiustamente accusati di aver rotto una tazza o scritto sulle pareti. Forse dovremmo ascoltarli di più quando insistono nel dire che non sono stati loro!

L'elemento terra vive in una serie di personaggi simili, noti come elfi, folletti e gnomi. Questo piccolo popolo riflette la qualità di duro lavoro di questo elemento. Lavora frequentemente in segreto e sa come estrarre le ricche risorse della terra e utilizzarle con successo. Per questa ragione l'elemento terra è spesso associato al denaro e alla salute. Oggigiorno questi esseri hanno la loro variopinta controparte nelle statue a guardia di molti giardini che si trovano in ogni dove nelle isole Britanniche. Stoiche e silenziose, fanno fedelmente

la guardia ai loro possedimenti, ricordandoci che il duro lavoro e la diligenza permettono di ottenere la migliore ricompensa, rappresentata dal calderone pieno d'oro che si trova alla fine dell'arcobaleno. Gli elfi e le ninfe, fanciulle mitologiche semidivine, rappresentano invece l'elemento acqua. Sensuali e seduttrici sono state frequentemente accusate di condurre gli uomini alla morte, e molti marinai erano giustamente diffidenti verso queste creature che spesso apparivano sotto forma di bellissi-

me donne o sirene, il cui compito era distrarre i naviganti solitari e condurli fuori rotta, verso gli scogli vicini dove sarebbero stati risucchiati nelle acque profonde, e nessuno li avrebbe più visti. Esse incarnano le qualità femminili di seduzione ed il potere del magnetismo.

Pertanto sembra che a dispetto dei numerosi sforzi contrari, non abbiamo rinunciato del tutto alle nostre iniziali convinzioni in merito a questi piccoli esseri, elementi della natura. Spesso li incoraggiamo a entrare nelle nostre vite per vigilare sulle nostre case e i nostri giardini, e rendiamo omaggio agli dei della natura che, nel profondo del nostro cuore, sappiamo essere parte di noi. Proiettati all'esterno e personificati, c'insegnano anche che per vivere una vita salutare ed armoniosa non dobbiamo turbare nessuna delle forze e degli elementi naturali dentro di noi, poiché ci rendono gli esseri umani che siamo.

Frammenti di questi pensieri sugli elementi sono ancora oggi presenti in molti modi di dire. Tutti conosciamo espressioni tipo "pallone gonfiato" o "palle di fuoco" e ci riferiamo a certi soggetti con termini tipo "evanescente", "languido", "elettrico" o "ben radicato". Malgrado tutte le prove scientifiche che ci circondano, i quattro elementi hanno ancora una grande importanza nella vita odierna come in passato. Affinché l'universo funzioni efficientemente tutti gli elementi devono trovarsi in equilibrio e in totale armonia. Essi sono presenti in ogni cosa, sempre. La proporzione può cambiare, così che uno o due possono sembrare prevalenti in alcune circostanze, ma in realtà ci sono sempre tutti. Ogni elemento cerca di esprimersi. Nessuno è più importante dell'altro. Tutti devono esistere in armonia e nelle giuste

proporzioni per assicurare l'equilibrio dell'universo. Favorendone uno piuttosto che un altro, turbiamo il divino ordine che è dietro l'interazione di questi blocchi fondamentali per l'edificio della vita. Insieme costituiscono la matrice nella quale tutte le cose esistono ed il tessuto di mente e corpo, pensieri ed emozioni. Gli elementi sono il mezzo attraverso il quale ci relazioniamo tra di noi e la vita stessa. Pensate quale sarebbe la confusione nella quale ci troveremmo se non avessimo abbastanza aria per sostenere la vita, o ci fosse troppo fuoco o mancasse la terra, eventualità non troppo remote. Basta dare un'occhiata al mondo nel quale viviamo per sperimentare cosa significhi avere una qualità scadente dell'aria, con ossigeno insufficiente, o gli effetti del riscaldamento globale. Gli elementi sono allora sbilanciati e c'è disarmonia. Non prestiamo attenzione agli dei delle forze naturali e quindi questi si arrabbiano. Se continueremo a ignorare i loro avvertimenti e non li placheremo restaurando l'equilibrio, essi scaglieranno la loro vendetta e saremo noi a perire.

In realtà è impossibile separare gli elementi a causa della loro interdipendenza, tuttavia la mente umana ha l'esigenza di classificare e scomporre le cose per comprenderne il funzionamento. Per poter meglio capire il meccanismo degli elementi nella nostra vita questo libro cercherà di esplorare ciascuno di essi nelle diverse manifestazioni dell'esistenza umana. Daremo un'occhiata alla loro relazione con la personalità attraverso la nostra costituzione astrologica e alla loro manifestazione nelle diverse parti del corpo e della mente. Vedremo come l'elemento che predomina in noi in un dato momento influenza i nostri processi mentali, nonché le nostre

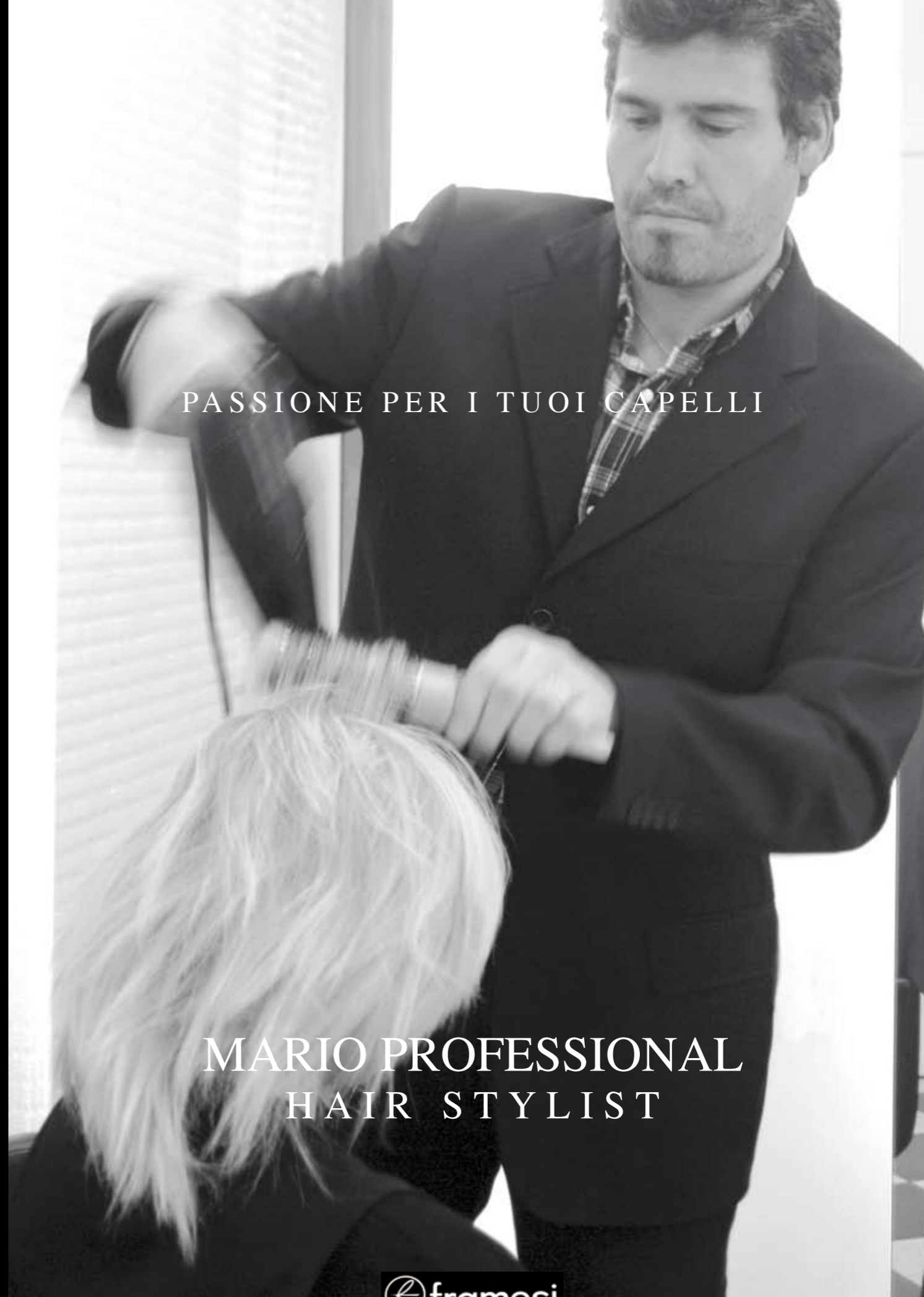
relazioni con il mondo esterno, e arriveremo a capire cosa significa essere bloccati in un elemento. Inoltre, cercheremo insieme di riconoscere ogni elemento da come cerca di esprimersi attraverso la voce, che impareremo a modulare e far fluire con ciascuno di loro per una comunicazione più semplice e chiara. Gli elementi sono anche presenti nel cibo che mangiamo, quindi vedremo perché preferiamo certi alimenti in determinati momenti e perché la nostra dieta è così individuale. Infine daremo un'occhiata a quello che si può definire il più intangibile e spesso ignorato di tutti gli elementi, ossia l'etere, il quinto elemento.

Dunque in queste pagine imparerete a riconoscere e approfondire la conoscenza di voi stessi. Apprenderete quale elemento è il vostro migliore alleato, quello con il quale siete felici e vi trovate a vostro agio, e da quali differite e rifuggite, perché li ritenete sconosciuti o non familiari. Per vivere pienamente la vita è importante riconoscere la manifestazione di tutti gli elementi nella nostra esistenza, e considerarli tutti come amici. **Gli elementi arricchiscono la nostra vita dandole varietà e profondità. Non solo vivrete più consapevolmente il vostro elemento ma imparerete ad avere più domestichezza anche con tutti gli altri.**

Articolo tratto dal libro del corso di Polarity Therapy "Quinta Essentia" - scritto da Morag Campbell insegnante e co-fondatore della Masterworks International Irlanda - www.polarity.network.com

Traduzione dall'inglese a cura di **Anna Zanardelli**
Operatrice di Polarity Therapy
Mentore per l'Italia della Masterworks International-Irlanda
Cell.: 3286938770

lins



PASSIONE PER I TUOI CAPELLI

MARIO PROFESSIONAL
HAIR STYLIST

framesi

VIA TRENTO, 9/D - BRESCIA - TEL. - 030.305215 -