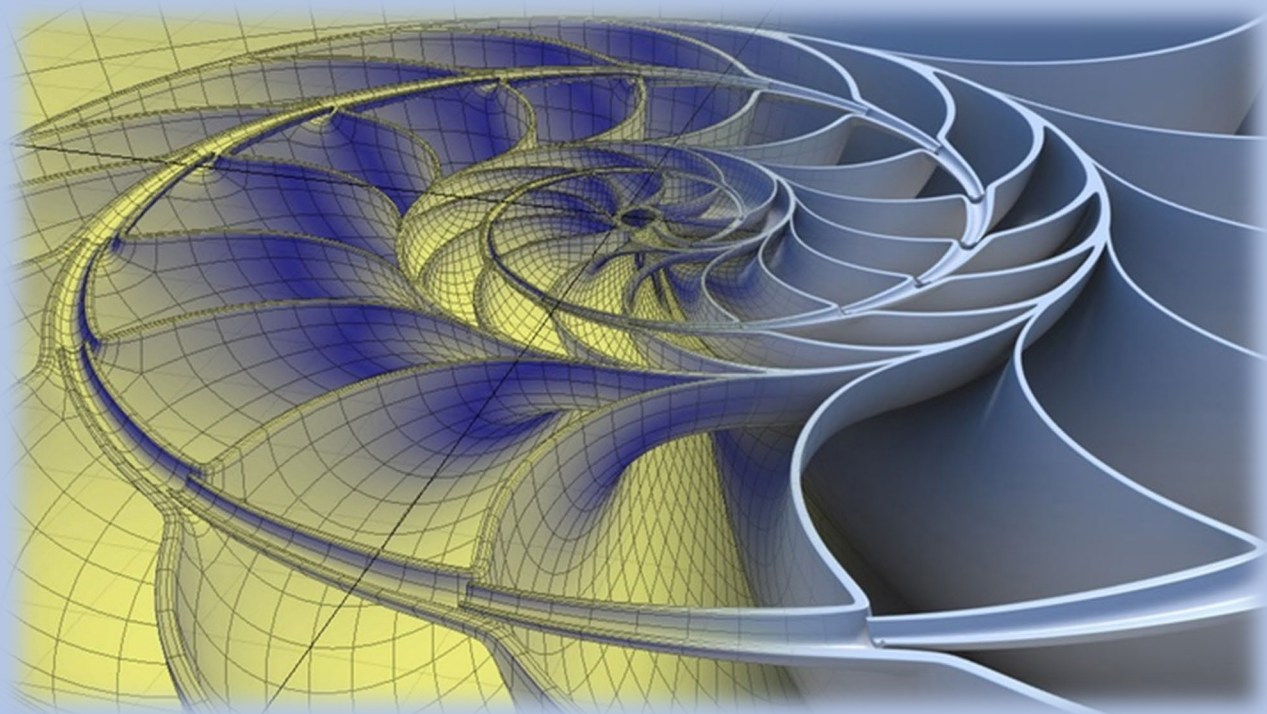




IN QUESTO NUMERO

EDITORIALE

Le cronache di Arret: L'ASINO CORNUTO
Racconto di Leonardo Spina

COME AVVIENE L'AUTOGUARIGIONE ?
di Sonia Fioravanti

IL SUBSTRATO ANATOMO-FISIOLOGICO
DELL'AUTOGUARIGIONE
di Sonia Fioravanti

LA RUBRICA DELLE BUONE NOTIZIE

IL LIBRO DEL MESE

*"Te la do io l'Australia
Un viaggio tra Oceania e Sud Est asiatico"* di Nomadx
recensione di Dad Thorn

LETTERE A GEA

LE NOSTRE ATTIVITA' - POST IT



GEA RIDENS



EDITORIALE: LA NUOVA GEA RIDENS

Cari amici

GEA RIDENS continua il suo percorso con la formula rinnovata ed una veste grafica diversa.

Su questa palla lanciata a folle velocità nel cosmo, l'unica cosa di cui siamo certi, è il continuo cambiamento, il famoso *panta*

rei (tutto scorre). Possiamo guardare il fiume, magari lo identifichiamo per nome: Tevere... ma la sua

acqua non sarà mai la stessa...Dunque: è sempre lo stesso fiume? Non proprio! Ecco: Gea Ridens non è proprio quella di prima, sebbene non tradisca gli ideali che animano i suoi redattori: la difesa della Vita, l'espansione della Coscienza, la creazione (in realtà, il mantenimento) di una Comunità, anche se al momento, solo virtuale. Più argomenti, nuove rubriche, diversi punti di vista sulla realtà: buona lettura.

LE CRONACHE DI ARRET L'ASINO CORNUTO



Report della squadra esploratori in incognito sul Pianeta ARRET.

Eccellenti Superiori

Siamo tremendamente impauriti dalla Vostra valutazione dei nostri report.

Non perché essi non siano onesti e veritieri (lo giuriamo sulle antenne della testa dei nostri figli) ma perché quanto dobbiamo raccontare è così lontano da ogni forma di logica, così palesemente assurdo, così puerilmente fasullo che a stento riusciamo a crederci noi stessi che siamo quaggiù, mimetizzati, ma ben vigili e attenti.

Vi chiediamo, dunque, o Eccellentissimi, di fare un grande sforzo di immaginazione per comprendere quello che qui è, invece, realtà di tutti i giorni.

In quale mondo strano ci avete mandato!

Infatti, ad esempio, in tutti i paesi di Arret esiste un proverbio. Racconta di due animali, uno con le corna ed uno no. Quello senza corna si chiama "asino" e quello con le corna "bue". Nella storiella il bue dice all'asino "cornuto"! Ma non è vero!

Gli arretiani spiegano così chi accusa qualcun altro di quello che lui stesso rappresenta.

La storiella avrebbe solo un risvolto comico (quaggiù avere le corna significa essere stati traditi da coniugi adulteri), se non fosse invece che questa cosa ha risvolti davvero inquietanti.

Facciamo qualche esempio così, o Eccellentissimi, potrete comprendere il nostro imbarazzo.

In uno degli scorsi report vi abbiamo raccontato dello Stato di Isciaele che, per rubarsi qualche chilometro quadrato al popolo più sfigato del pianeta, i Ballestinesi, li sbombarda e li riduce di

numero a botte di 130 al giorno, meglio se bambini e donne.

Ora, se il governo di Isciaele dicesse: "*schifosi Ballestinesi, dovete morire e basta*" non ci sarebbe nulla di strano. Direbbe solo la verità.

Brutale ma schietto.

Invece no: qui su Arret non si fa così: il bue deve dire "*cornuto*" all'asino, sennò non va bene.

Quindi: gli Isciaeliani dicono di essere sotto attacco, che i Ballestinesi li vogliono eliminare e che poi non è vero affatto che ne ammazzano 135 al giorno, e chi lo dice è un mazista.

Ma non è vero che non è vero!!

Un altro esempio: la Brussia ha invaso la blukraina coi carri armati e i droni (armi preistoriche che qua usano ancora). Se vi spieghiamo perché -o Eccellentissimi- facciamo notte, quindi fermiamoci al fatto stesso.

Tutto l'uccidente del pianeta s'è indignato! "*I confini sono sacri! Chi viola i confini è un mostro, una merda, un mazista!*". Poi Isciaele (popolo esuberante, uccidentale) ha invaso il Bibano e la Miria. Noi ci aspettavamo che tutto l'uccidente si indignasse di nuovo: "*I confini sono sacri! Chi viola i confini è un mostro, una merda, un mazista*".

Invece no...fanno finta di niente, anzi, gli mandano pure le armi, così oltre ai Ballestinesi ammazzano pure un bel po' di Bibanesi e Miriani (che tanto sono Barabi pure loro). Alla fine, i perfidi merdosi sono i Bibanesi e i Miriani, asini cornuti.

Per fortuna non in tutta Arret c'è la guerra. Ci sono posti dove c'è quella che loro chiamano "democrazia" che è una storia tipo che ogni 4-5 anni la gente mette dei pezzi di carta dentro ad uno

scatolone e chi prende più pezzi di carta governa. Dice. Si chiamano erezioni.

Ora è da una vita che al capo della Brussia, Brutin, gli occidentali dicono che è un dittatore, insomma uno che dei pezzi di carta se ne frega e che è grave fregarsene dei pezzi di carta (infatti lui ne ha preso il 70%).

Poi l'altro giorno in un altro paese dell'occidente, la Bromanìa, un signore (che dicono amico di Brutin) ha preso molti più pezzi di carta degli altri. Secondo questa cosa della "democrazia" doveva governare, giusto? Nemmeno per sogno: gli europei gli hanno detto che lui non può vincere, e guai se ci riprova. Ma allora se uno all'Auropa gli dice che è come il bue che dice cornuto all'asino, loro si offendono. Ti dicono che sei un mazista! Ma invece è vero il contrario! Che casino!!

A proposito: sarete curiosi, Eccellentissimi, di sapere chi sono i mazisti.

Niente di che: gente che dice che loro sono il popolo eletto, che gli altri fanno schifo.



Sono genti che le erezioni ci fanno il vomito quando le perdono e ci piacciono quando le vincono. Sono genti che dicono democratico a uno come Pelensky della Blukraina, che le erezioni non le vuole fare e ci ha i mazisti con la smastica in salotto, a fare bisboccia a botte di polverine. Che polverone!

LA RUBRICA DELLE BUONE NOTIZIE



REFERENDUM PER ABOLIRE GLI OBBLIGHI VACCINALI PEDIATRICI (legge Lorenzin)

Pubblicati in Gazzetta Ufficiale n. 268 del 15 novembre 2024 (pagine 137-138 del file) i **quattro** quesiti referendari con i quali viene chiesta l'abrogazione degli obblighi vaccinali pediatrici e delle odiose sanzioni pecuniarie e scolastiche che trasformano ciò che dovrebbe essere una **scelta di salute consapevole** in un vincolo anche rischioso da cui è impossibile sottrarsi.

L'iniziativa è promossa da un gruppo di cittadini che ha inteso reagire alla protervia del potere e degli interessi delle aziende farmaceutiche.

Già un disegno di legge di iniziativa popolare è rimasto chiuso nel cassetto dal 2018.

Il popolo sta chiedendo a gran voce il cambiamento della normativa, ma la politica è sorda: non dimentichiamo che a Washington la ministra Lorenzin accettò servilmente di fare dell'Italia uno stato-pilota-cavia per quanto concerne le politiche vaccinali.

Ma oramai è evidente l'insostenibilità di politiche ed ideologie sanitarie espresse mediante imposizioni e repressioni.



Ognuno deve essere libero di curarsi e curare i propri figli come crede meglio.

L'iniziativa è legata anche all'organizzazione "Avvocati Liberi" (ALI). Bisogna raccogliere 500.000 firme in poco tempo: è possibile firmare presso i Comuni. Maggiori informazioni qui: <https://www.avvocatiliberi.legal/eventi/basta-lorenzin-indetto-referendum-abrogativo-degli-obblighi-vaccinali-per-i-bambini/> Gli uomini e le donne di buona volontà anche stavolta ci saranno.

COME AVVIENE L'AUTOGUARIGIONE?

di Sonia Fioravanti



E' documentato che esistono le guarigioni spontanee, anche da malattie molto gravi.

La medicina occidentale definisce questi fenomeni come "remissioni", quasi a voler conservare, impliciti nel termine stesso, riserva e diffidenza nei confronti di quelle che non possono essere definite altrimenti che: auto-guarigioni.

In questo modo, la medicina, ormai basata sull'industria del farmaco, ignora il lavoro, molto ben documentato di medici e studiosi, la cui ipotesi di base è: il nostro cervello è in grado di individuare, affrontare e risolvere le malattie fisiche, anche le più gravi?

Ad esempio il dr. Geerd J. Hamer, dimostra come l'organismo sia dotato di *programmi sensati biologici di guarigione*, oppure il biofisico F. Albert Popp, che scoprì i meccanismi di foto-riparazione cellulare.

Ancor prima, agli inizi del '900, il dr. Georg Groddeck (1866-1934), padre della psicosomatica, parlava della capacità del corpo di ripararsi da sé: nel suo libro intitolato *NASAMECU (natura sanat, medico curat)*, il ricercatore riteneva che i nodi da sciogliere per sconfiggere la malattia si trovassero nella parte razionale del cervello, la quale doveva essere ridimensionata per permettere all'energia vitale (ES) di emergere e guarirci.

L'Es, definibile anche come forza *totipotente*, viene ostacolata dunque dall'IO, la parte razionale. Se questa lascia spazio all'Es, le cellule riprendono a funzionare, si attivano le difese del sistema immunitario e porta il corpo a rinnovarsi continuamente.

Questo principio, in netto anticipo sui tempi, è una prima forma di lettura "scientifica" la quale propone contemporaneamente una visione unitaria o -come diremmo oggi- olistica, dell'uomo.

La PNEI (psiconeuroendocrinoimmunologia) dimostra scientificamente, ciò che Groddeck teorizzava. La psiche con i suoi processi, il pensiero, la coscienza, le emozioni sono elementi compresenti in ogni processo nervoso, endocrino ed immunitario.

Tutto dunque nasce dalla mente, in particolare dall'area limbica, sede delle emozioni e dei comportamenti istintuali. All'interno dell'area limbica giungono continuamente afferenze da tutti gli organi.

David Servan - Schereiber dell'Università di

Pittsburgh, Pennsylvania, afferma che il "il cervello emotivo" possiede due meccanismi naturali di autoriparazione. Si tratta di capacità innate di ritrovare l'equilibrio ed il benessere...paragonabile alla cicatrizzazione di una ferita.

Inoltre l'area limbica è la centralina di funzioni vitali come la respirazione, il battito cardiaco, la libido, il sonno, la pressione arteriosa, la secrezione ormonale e la risposta immunitaria.

Ogni malattia rappresenta non solo una lacerazione della propria trama di vita, ma rappresenta un forte appello della nostra *intelligenza interiore* che altro non chiede di ripristinare l'omeostasi e dunque la salute.

Spesso il disagio è già in sé la soluzione: basterebbe riportare in primo piano i segnali che il corpo invia,



ascoltare le sue sensazioni (i suoi *messaggi*) ed esserne maggiormente consapevoli.

Tanti segnali vengono ignorati o addirittura soppressi ma, questi sono segnali di denuncia di una disarmonia che va ben oltre il corpo stesso. Se ho mal di schiena e mi curo solo con un antidolorifico, ricevo un sollievo momentaneo, ma sto ignorando un messaggio preciso: cosa "grava" sulla mia schiena?

L' Io cosciente è la parte di noi che si è agganciata agli "schemi comuni", le false credenze e le false convinzioni, come ad esempio considerare con diffidenza e sospetto (quando non perseguire) chi sembra uscire dagli schemi della "materialità" della malattia: è la parte prigioniera di Matrix e proprio quelle false credenze ci porteranno, prima o poi verso la malattia..

Guylaine Lancot, medico, autrice del libro “La mafia della sanità”, nel 1997 apre il suo lavoro con questa illuminante frase: “*Un essere umano malato è un Dio/Dea che si ignora*”.

Per trasformare l’ologramma della malattia in quello di salute, per cambiare “sogno” e divenire attivatori della propria autoguarigione è importante ripristinare l’equilibrio fra Io Animico ed Io cosciente.



L’Io Animico è l’articolazione della nostra identità spirituale sul pianeta, ed opera in stretta alleanza con l’Io Cosciente, il coordinatore del piano fisico, psicologico ed emozionale.

L’Io Animico comunica con l’Io Cosciente attraverso l’intuizione, il senso del sentire, le memorie di vite precedenti, detiene antichi saperi, è collegato allo Spirito della Natura, investe ogni funzione dell’umano, e spinge l’Io Cosciente a realizzare il compito individuale e collettivo per cui si è reincarnato. Quando c’è una malattia sul piano fisico c’è sempre una malattia dell’Anima e/o una violazione degli equilibri delle leggi della natura

(come ad esempio l’inquinamento alimentare, ambientale, elettromagnetico), su cui è costruito il corpo.

I programmi sensati biologici di auto guarigione e i meccanismi di foto riparazione possono attivarsi, esercitando il loro potere se l’alleanza tra le due istanze non viene interrotta, se l’Io Animico può comunicare con l’Io Cosciente suggerendo quali sono le cause della malattia, come affrontarle e risolverle.

Riassumendo:

- L’IO cosciente, ovverosia le convinzioni, gli schemi mentali e la cerebralità, il ruminio mentale, il modo di pensare, i falsi obiettivi e/o progetti che ci imponiamo, le credenze e il modo di agire nella realtà -spessissimo introiettate da credenze e schemi esterni, sociali e culturali- ci orientano verso un’operatività rigida, legata a contingenze quotidiane.
- L’ES, o Io animico è il collegamento con lo spirito naturale, il sentire, i saperi ancestrali dell’anima.
- Quando più il collegamento, il dialogo, la vicinanza tra le due funzioni dell’essere è attivo e potente, quanto più i programmi innati di autoguarigione possono funzionare (e funzionano).

L’effetto placebo (ed il suo opposto, l’effetto nocebo) è la lampante dimostrazione di quanto questo ragionamento sia valido.

Quando più una persona crede fermamente che quanto sta facendo per guarire sia opportuno, valido, vincente. Tanto più guarirà, anche se quel “qualcosa” non ha alcuna funzione terapeutica in sé.

IL PLACEBO È L'AUTOGUARIGIONE VESTITA A FESTA!



IL SUBSTRATO ANATOMO-FISIOLOGICO DELL'AUTOGUARIGIONE

di Sonia Fioravanti

Quanto detto nell’articolo precedente, nel linguaggio anatomico-fisiologico, si può esprimere così: il potenziale di auto guarigione si verifica specificatamente attraverso la mediazione dell’asse ipotalamo-ipofisi – sistema immunitario (rapporti tra cervello primario/sistema endocrino/cervello enterico/sistema immunitario).

Un IO incapace di accogliere le sensazioni ed i bisogni reali, cioè il prevalere del cervello razionale sul limbico crea le condizioni per l’instaurarsi di un assetto neurochimico tipico dell’ansia o degli attacchi di panico.

Quante depressioni, attacchi di panico o stati ansiogeni potrebbero trovare soluzione se soltanto ci si orientasse all’ascolto dei propri bisogni!

Queste comuni manifestazioni psicosomatiche, sono supportate da un'iperattività del sistema nervoso autonomo, in particolare dalla sezione simpatico.

Non solo ansia e attacchi di panico!

Stress, forte autocontrollo, producono le stesse molecole le quali indeboliscono il nostro sistema salute (in particolare il sistema immunitario).

Il cortisolo (l'ormone dello stress) adrenalina, radicali liberi, quando prodotte in eccesso e per molto tempo, sono le molecole responsabili dell'indebolimento del sistema immunitario, cardiovascolare, gastrointestinale.

Esse provocano tra l'altro, una riduzione dei globuli bianchi ed anche l'innalzamento della pressione arteriosa e della frequenza cardiaca, predisponendo l'uomo ad un aumentato rischio di incappare in frequenti malattie (virali, batteriche) e di innalzare i fattori di rischio di ictus o infarto del miocardio.

Lo stesso Io Cosciente, però, è anche la parte che può attuare la nostra liberazione (e guarigione).

E' possibile, infatti, allontanarsi da questi pericoli, attraverso la "riprogrammazione" della propria attività mentale: essere in sintonia con i propri bisogni e quindi con se stessi (Io animico!), essere liberi di esprimere emozioni, ridere, meditare, vivere una sessualità appagante, coltivare interessi e passioni, essere creativi, dedicarsi allo sport preferito, l'autoipnosi e le tecniche di *imagery* favoriscono la salute, promuovono la crescita dell'autostima del buonumore, dell'empatia e -a livello biochimico- producono le sostanze della felicità e della salute: endorfine, serotonina, dopamina, citochine, linfocine. Gioia è autoguarigione.

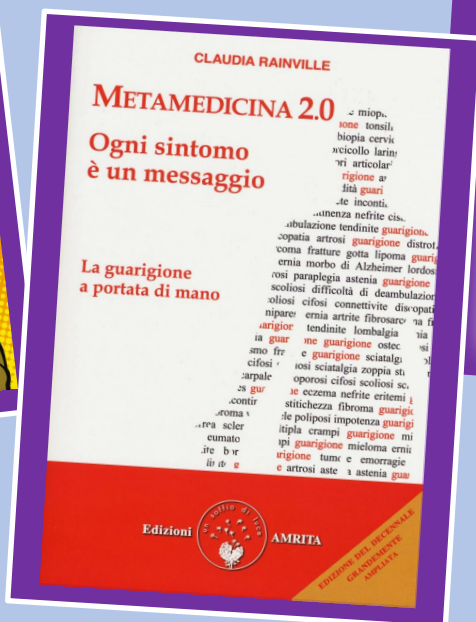
Le emozioni negative come il dolore, la paura, la rabbia, la tristezza, il sentimento di inadeguatezza, l'ansia, se non vengono accolte, comprese e

trasformate dall'Io cosciente, se sono troppo intense o ci accompagnano per un tempo troppo lungo, possono diventare squilibrio, disagio, e manifestarsi attraverso il linguaggio del sintomo fisico o psicologico.

Il sintomo, la malattia, rappresentano così una forte spinta a capire, sciogliere e risolvere il problema a monte, causa dell'emozione negativa disturbante.

C'è un modo per aiutare questo processo di autoguarigione, una frequenza che alcuni ricercatori hanno definito *il segreto della vita*.

E' la frequenza che incontriamo quando siamo felici, quando ridiamo, quando giochiamo ...è vitalità, espansione di sé, forza ...uno spazio di trasformazione e cambiamento nel quale "sentiamo" che possiamo farcela a guarire dal nostro stare male, qualunque forma abbia preso nel tempo, dalla gastrite al sintomo fobico, dall'artrite alla depressione.





IL LIBRO DEL MESE

TE LA DO IO L'AUSTRALIA

Un viaggio tra Oceania e sud est asiatico.

di *Nomadx*

recensione a cura di *Dad Thorn*

L'autore si definisce "nomade digitale" e questo sembrerebbe indicare un maniaco smanettatore sul web.

La faccenda è tutt'affatto diversa. Qui si parla di vita vera.

Nelle sue 140 pagine scarse, l'impronunciabile *Nomadx*, riesce a fare un piccolo miracolo di sintesi: scrivere un saggio di sociologia vissuta, un diario di viaggio, una brochure turistica raffinata.

I luoghi del suo peregrinare non sono solo geografici, la sua attenzione è costantemente rivolta all'osservazione di quanto c'è "dietro": cosa si nasconde dietro alla tragedia del lavoro precarizzato moderno; cosa si nasconde dietro una società opulenta; cosa cela la religione neoliberista; cosa si occulta nell'animo di una generazione di sradicati, nuovi emigranti senza valige di cartone, però ben dotati di smartphone.

Le relazioni raccontate sono quelle un po' straniate dei *cercatori* di fortuna, in un sistema che -al contrario- premia sempre i *detentori* di fortune.

I posti narrati sono quelli degli antipodi (Australia, Nuova Zelanda, la Thailandia, l'Indonesia); la scelta della lontananza assoluta (e della solitudine) motiva l'autore a "farcela" sempre e comunque: in questo coinvolto (a tratti *travolto*) appieno nei periferici meccanismi della produzione algoritmica.

Eppure quel "farcela" si fa crescita umana, persino spirituale, tesa a riconoscere come non sia solo il pensiero razionale e l'analisi degli avvenimenti a governare davvero le esistenze, ma anche (e forse soprattutto) l'intuito, il sentire, il guardare *attraverso*. La coincidenza significativa.

Così un giovane (avremmo detto, in altri tempi) di *belle speranze*, citando disinvoltamente mostri sacri della cultura alternativa allo scopo di *farsene una ragione*, diviene *uomo*, individuo, che si riconosce finalmente, solo nell'essere parte di una (o più) comunità: quella umana, con grande densità di passione sociale e politica; la comunità dei viaggiatori, quella che aborrisce il turismo e che si cala nella località; quella dei sognatori di diversi futuri, nati per immaginare un domani diverso (e magari porre qualche prima pietra). Questo libro, in questo senso è proprio un mattone.

Per acquistarlo: <https://amzn.eu/d/iHeDNtA>



LETTERE A GEA

In questo ultimo periodo, forse anche sollecitate dal questionario pubblicato il mese scorso, abbiamo ricevuto alcune e mail che ci hanno dato l'idea di aprire una rubrica apposita.

Ci giunge da Antonia:

" Cari di Gea, ho visto in questi giorni il disastro di Los Angeles e, sentendo i vari commenti, spesso in contraddizione tra loro, mi son fatta l'idea che non si tratti di un "normale" incendio. Che ne pensate? Un saluto, e grazie per il vostro impegno! "



Dalla Redazione risponde Fagus.

EFFETTO NERONE

Ciao Antonia, grazie per il messaggio.

Non hai tutti i torti, le modalità della catastrofe, almeno stando a quel che è trapelato, sono davvero "strane".

Intanto non si è trattato di "un" incendio, ma di molti focolai partiti simultaneamente, anche a distanza di decine di chilometri. La mano umana è innegabile.

La circostanza che le compagnie assicurative -alcuni mesi fa- hanno revocato le polizze incendi deve avere un significato; non c'è complotto: semplicemente qualcuno sapeva in anticipo cosa si stava preparando. I vigili del fuoco senz'acqua (gli invasi d'emergenza non hanno fornito il necessario); la gran parte dei mezzi antincendio trasferita in Ucraina; l'incredibile carenza di mezzi aerei ed infine le "strane circostanze" affiorate qua e là, come alberi incombusti accanto a case rase al suolo che recano ancora frutta fresca... sono tutte circostanze assolutamente sospette. Possibile che la prima potenza del pianeta, nella sua città più importante, dopo New York, potesse essere essere così indifesa?

A chi può giovare questa devastazione? Ovviamente a chi vuole costruire una magnifica *smart city*, una fenice ipertecnologica che rinasce dalle proprie ceneri, in pieno stile World Economic Forum.

Ci viene in mente un clamoroso precedente storico. E' ormai assodato che Nerone -il folle imperatore-artista- diede ordine di bruciare Roma perché doveva costruire la sua nuova dimora, la Domus Aurea, ristrutturando così, completamente, la capitale del mondo antico.

I metodi dei potenti, in fondo, son sempre gli stessi.



LE NOSTRE ATTIVITA'



Da fine febbraio a tutto maggio L'Istituto Homo Ridens, assieme ad altre associazioni del litorale romano, realizzerà un maxi progetto in tutte le scuole superiori: **GIVE PEACE A CHANCE**. Giornate di riflessione sulla pace e sulla guerra al fine di aumentare il livello di coscienza dei giovani, anche in contrasto alle follie dei governanti che parlano apertamente e follemente di guerra, di economia bellica, di instaurare, nei popoli, la "mentalità della guerra".

Sarà proiettato il docufilm **CLOWNIN' KABUL**, con la testimonianza di Leonardo Spina (nella sua qualità di organizzatore e partecipante alla missione dei clown dottori di Ridere per Vivere in Afghanistan) e un dibattito con i giovani ed i loro insegnanti.

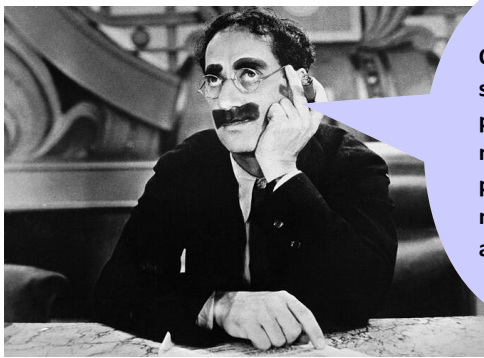
Sonia Fioravanti continua l'appuntamento mensile del gruppo sperimentale di ricerca per operatori eterici.



POST IT



Dedicata al ministro degli Esteri Antonio Tajani.....



Questi sono i miei principi, se non vi piacciono ne ho degli altri...



Per Matteo Salvini, Ministro dei trasporti



Aforismario

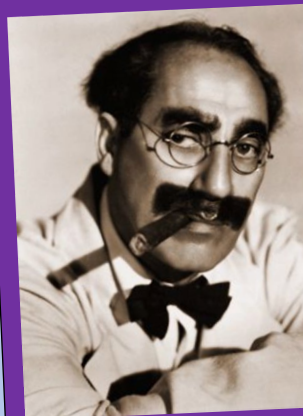
Guardate quest'uomo: sembra un deficiente e parla come un deficiente, ma non lasciatevi ingannare: è davvero deficiente!

Groucho Marx

Aforismario



“La politica è l'arte di cercare un problema, trovarlo, interpretarlo male e poi applicare erroneamente il rimedio sbagliato.”



Aforismario

Poiché le persone ridono di noi comici, non credo che comprendano davvero quanto siamo importanti per la loro salute mentale.

Groucho Marx

Aforismario



Parlare di “intelligenza militare” è una contraddizione in termini.



Aforismario

O quest'uomo è morto o il mio orologio si è fermato.

Groucho Marx

Aforismario