

Pierre Teilhard de Chardin è stato più volte associato in questo sito a Carl Gustav Jung, perché riteniamo che le loro concezioni siano *complementari* ed entrambe *necessarie* per la nostra visione del mondo e della nostra vita personale.<sup>1</sup>

L'evoluzione dell'umanità verso il Punto Omega è resa possibile non solo dalle crescenti acquisizioni scientifiche del mondo *esterno* ma, soprattutto, dalla maggiore consapevolezza e governo del mondo *interiore* dell'uomo. Da quest'ultima condizione dipendono le capacità (non solo istintive) di amare, di capire ed accogliere gli altri, di progredire spiritualmente e di vivere in sintonia con il ritmo maestoso della natura.

Fra le opere di Teilhard, sono pressoché sconosciuti al pubblico italiano i *diari* e le *note* scritte durante i suoi periodici esercizi spirituali. Essi danno l'idea del grande lavoro d'introspezione condotto nel corso della sua vita, persino nelle trincee della 1<sup>a</sup> guerra mondiale: «Sono sceso nel punto più segreto del mio essere, la lampada in mano e l'orecchio teso, per tentare di vedere nelle mie tenebre interiori...».<sup>2</sup>

E noi? Viviamo oggi in un contesto culturale sempre più complesso, dominato dall'onnipresenza d'informazioni telematiche d'ogni genere, da pressioni consumistiche che esaltano gli aspetti esteriori della vita, l'edonismo ed il successo sociale. Lo scientismo impone nuovi dogmi e i prodotti sempre più avanzati della tecnologia sono oggetto di venerazione; il materialismo pragmatico ha sostituito con successo quello teorico, a fronte di una religiosità più normativa che spirituale.

La persona è sola con se stessa, sovente senza riferimenti a saldi valori positivi nella famiglia e nella scuola. Quando si trova infine in situazioni molto precarie, essa cerca sostegno nella psicoterapia. Accade così, paradossalmente, che la persona in gravi difficoltà (ad esempio, come tossicodipendente) possa finalmente “conoscere se stessa”, mentre quella che si ritiene normale, pur restando in qualche modo a galla, non sa come trovare l'equilibrio interiore.

È a questa persona “normale” che si rivolge il DOTT. ANGELICO BRUGNOLI con il suo bel libro:

### **IL RISVEGLIO DEL PROFONDO SÉ I SPIRAGLI DI LUCE SULLA SOLITUDINE UMANA**

che è frutto di una lunga esperienza come medico e studioso degli “Stati di coscienza modificati neurofisiologici”.

L'Autore suggerisce varie modalità per acquisire lo stato di “veglia rilassata”, tappa fondamentale prima di qualsiasi altro stato di coscienza. Egli ha avuto la capacità di rendere gradevole e familiare la sua presentazione supponendo di dialogare con un barbone, che è qui metafora del saggio non dominato da bisogni fittizi e da convenzioni sociali, in pace con se stesso e con la natura. Le tecniche di rilassamento consentono alla persona di scoprire in se stessa, a contatto con la propria interiorità profonda, le sorgenti di insospettite energie vitali. È un cammino senza fine di esperienze di stati di coscienza nuovi, di visioni spirituali più ampie, di orizzonti via via frangibili, di illuminazioni improvvise, di contatto con il misterioso e profondo Sé, con il divino nel nostro Essere-Creatura singola.

Per ulteriori approfondimenti si suggerisce di leggere altri scritti del Dott. Angelico Brugnoli, visitando il suo sito <http://angelico80.jimdo.com/>, significativamente intitolato: “Incontri di Scienza e di varia umanità”.

<sup>1</sup> Cfr. <http://www.biosferanoosfera.it/scritti/progresso.pdf> <http://www.biosferanoosfera.it/scritti/TDC%20JUNG.pdf>

<sup>2</sup> P. Teilhard de Chardin, *La Vita Cosmica*, il Saggiatore, Milano 1971, p. 39.

Angelico Brugnoli

# Il risveglio del profondo Sé

SPIRAGLI DI LUCE SULLA SOLITUDINE UMANA



Gabrielli EDITORI

**È possibile vivere con la "gioia nel cuore"  
tra la vita tumultuosa e iperstressante del mondo di oggi?**

**È ancora possibile analizzare strade diverse  
per "Dare un senso alla Vita", in armonia e serenità?**

Da un medico e ricercatore di lunga esperienza, un libro che a metà tra il racconto e il saggio offre al grande pubblico le ultime conoscenze su tutti quegli stati di coscienza modificati, non patologici, che si possono ottenere attraverso sentieri alternativi alle sostanze psicoattive. Stati di coscienza particolari che, iniziando dalla veglia rilassata, passando per molte situazioni di rilassamento corporeo e mentale, arrivano fino all'ipnosi e all'autoipnosi, per giungere a una espansione della Coscienza.

Si offre così un cammino, già messo in atto da gruppi finora ristretti, per accedere al Risveglio del profondo Sé dove è collocato il principio energetico dell'unità dell'organismo umano, inteso nella piena accezione di "salute integrale", corpo, mente, spirito.

L'arteficio letterario messo in atto dall'autore per divulgare questo percorso è espresso dal dialogo con Augusto, un semplice barbone. Il dono della salute integrale si mette in atto a partire da uno sguardo attento verso l'umanità marginale e marginata. Il Barbone è l'icona di dimensioni relazionali totalmente "altre" rispetto alla personale interiorità e alla socialità vissuta quasi sempre in modo disgregante. È un invito quindi a scoprire la lentezza e il silenzio per ristabilire, nel dialogo con questa icona la cui unica necessità è poter vivere in pace con se stessa e con il mondo, l'unità personale e universale. Veri "Spiragli di luce" sulla solitudine per dare un "senso alla vita" nel nome di una più ampia condivisione umana.

ANGELICO BRUGNOLI, nato a Verona, si è laureato in Medicina e Chirurgia nel 1953 e specializzato in Idrologia e Climatologia Medica nel 1956. Nel 1965 fonda il "Centro Bernheim di Ipnosi Clinica" in Verona. Dal 1971 collabora attivamente come specialista in Idroclimatologia Medica presso la Cattedra di Terapia Medica e Medicina Termale dell'Università degli Studi di Milano e da qualche anno è attivo come bioprevisore presso il Laboratorio di Biometeorologia, Biometeolab, sempre dell'Università degli Studi di Milano con molti lavori sul clima, sui cambiamenti climatici, e la loro azione sull'organismo umano. Ha pubblicato i sei volumi della collana "Stati di coscienza modificati neurofisiologici". In preparazione: "Clima, cambiamenti climatici e salute" con Solimene, Condemi e Minnelli; "Biometeoclimatologia" marina con Solimene e Condemi. Vive e lavora a Verona. E-mail: angelico.brugnoli@alice.it

www.gabriellieditori.it

euro 16,00 I.I.

ISBN 978-88-6099-088-4



9 788860 990884

## INDICE DEI CAPITOLI

1. Un incontro speciale
2. Momenti di illuminazione
3. Saulo sulla via di Damasco e altri brani ancora
4. Cantico dell'Amore universale
5. Discorso sulla Coscienza e sulla Consapevolezza
6. Autorilassamento vipassana
7. Stati ipnotici
8. Autoipnosi
9. L'inconscio spirituale
10. Stati meditativi
11. Il giorno della febbre
12. Stati mistici
13. Verso la consapevolezza planetaria e cosmica  
pur nella nebbia dell'anima
14. Verso l'Assoluto, Dio, l'Essere inconoscibile,  
il totalmente Altro, l'Uno e il Tutto, l'Infinito
15. Addio a un incontro speciale