

## **COLLEGARE I CUORI**

### **ATTRAVERSO LA COERENZA GLOBALE**

(estratto dal libro "il Codice del Tempo" di Gregg Braden, pag 241-247)

Sebbene ci sia molto che ignoriamo rispetto alla coscienza, una cosa la sappiamo per certo: è fatta di energia. Quella energia include il magnetismo. Anche se potremmo dedicarci all'esplorazione della natura magnetica della coscienza per altri cento anni senza però riuscire a risolvere tutti i suoi misteri, possiamo tuttavia mettere in pratica ciò che abbiamo imparato fino a oggi per adeguarci alle condizioni di un mondo che sta cambiando. Un crescente corpus di prove oggi indica che il campo magnetico della terra gioca un ruolo molto importante nel collegarci gli uni agli altri e anche al pianeta.

A settembre del 2001 due satelliti ambientali operativi geostazionari (GOES), che orbitavano intorno alla terra, captarono un aumento del magnetismo globale che ha cambiato per sempre il modo in cui gli scienziati concepiscono noi e il mondo. Sia il GOES-8 che il GOES-10 evidenziarono un forte picco di intensità del campo geomagnetico nei dati che trasmettevano ogni trenta minuti. Sono state la scala di grandezza dei picchi e la loro tempistica ad attirare per prime l'attenzione degli scienziati.

Da un'altezza di circa 35.880 chilometri al di sopra dell'equatore, il GOES-8 ha captato la prima ondata, seguita da una tendenza al rialzo nelle letture, che superarono di quasi cinquanta unità (nanotesla) qualunque altro rilevamento precedente riferito allo stesso momento. Erano le 9.00 del mattino secondo l'Eastern Standard Time, l'ora standard dell'est, quindici minuti dopo che il primo aereo aveva colpito il World Trade Center e circa un quarto d'ora prima del secondo impatto.

La correlazione fra gli eventi e le rilevazioni era inspiegabile — e innegabile. I dati facevano sorgere due domande: esisteva un reale collegamento fra gli attacchi alle Torri Gemelle e i dati del satellite? In caso affermativo, qual'era il legame fra i due? È la risposta alla seconda domanda ad avere innescato la ricerca e l'ambiziosa iniziativa che ne sono conseguite.

Alcuni studi svolti in seguito dall'Università di Princeton e dall'Istituto di HeartMath — una innovativa istituzione senza scopo di lucro costituitasi nel 1991 per aprire la strada alla ricerca e sviluppo di tecnologie basate sul cuore hanno scoperto che la correlazione tra i rilevamenti dei satelliti GOES e gli eventi dell'11 settembre rappresenta più di una semplice coincidenza. Grazie alla scoperta che i satelliti avevano già registrato in passato altri picchi simili a questi durante eventi di focalizzazione globale, come la morte della principessa Diana, il fattore che sembrava collegare i rilevamenti era chiaro: le indicazioni additavano il cuore umano.

In particolare, l'emozione basata sul cuore della popolazione mondiale, derivante da simili eventi, sembra influenzare i campi magnetici terrestri. La scoperta è resa così significativa dal fatto che quei campi sono ora collegati a tutto, dalla stabilità del clima alla pace fra le nazioni.

Fra le nuove scoperte ce ne sono due che danno nuovo significato a ciò che i satelliti ci hanno mostrato rispetto all'11 settembre del 2001:

— Scoperta 1: è ben documentato che il cuore genera il campo magnetico più forte del corpo umano, circa cinquemila volte più intenso di quello del cervello. Quel campo crea una sagoma a forma di ciambella che si estende ben oltre il corpo fisico e che è stata rilevata a distanze comprese fra 1,5 e 2,4 metri circa dal cuore fisico. I dati indicano che

questo campo potrebbe essere talmente ampio da permetterci di misurarlo in termini di miglia; tuttavia, la rilevazione di campi come quelli va al di là della portata delle attrezzature utilizzate.

Implicazioni: il campo magnetico del cuore risponde alla qualità delle emozioni che generiamo nella nostra vita. Proprio come il legame intuitivo fra i sentimenti e il corpo sembra indicare, anche le emozioni positive aumentano l'equilibrio ormonale fisico e il ritmo cardiaco, oltre alla lucidità mentale e alla produttività. Altrettanto intuitivamente, gli studi dimostrano che le emozioni negative possono arrivare a influenzare fino a millequattrocento cambiamenti biochimici nell'organismo, che includono squilibrio ormonale, frequenza caotica cardiaca, "oscurità" mentale e bassi livelli di rendimento.

— Scoperta 2: determinati strati dell'atmosfera terrestre, oltre alla terra stessa, generano ciò che oggi viene definita una "sinfonia" di frequenze (comprese fra 0,01 e 300 hertz), alcune delle quali si sovrappongono alle stesse frequenze create dal cuore mentre comunica col cervello. È proprio questo rapporto apparentemente antico e quasi olistico fra il cuore umano e lo scudo che rende possibile la vita sulla terra ad aver generato una splendida teoria e il progetto che la sta esplorando. Detto in parole usate dai ricercatori di HeartMath, il rapporto fra il cuore umano e il campo magnetico terrestre indica che «una intensa emozione collettiva esercita un impatto misurabile sul campo geomagnetico della Terra».

Implicazioni: se possiamo imparare il linguaggio del cuore — lo stesso che lo scudo protettivo magnetico della terra riconosce e al quale risponde — allora possiamo partecipare agli effetti che il

campo esercita su ogni forma di vita. Qui questa relazione dal sapore futuristico diventa ancora più entusiasmante. I cambiamenti nei campi magnetici a cui accediamo attraverso il cuore sono stati associati a mutamenti che includono l'attività del cervello e del sistema nervoso, quali la memoria e le prestazioni atletiche; la capacità delle piante di creare sostanze nutritive vitali; la mortalità umana imputabile alle cardiopatie; e il numero di casi conosciuti di depressione e suicidio, per citarne alcuni.

Queste due scoperte hanno spalancato le porte a una nuova era di comprensione del rapporto che c'è fra noi e la Terra. In base alle loro rivelazioni la domanda è cambiata da: esiste un effetto tra le emozioni collettive e la Terra? a Perché no ? Se una fetta sufficientemente estesa della popolazione terrestre dovesse focalizzare il campo più potente del corpo umano su una singola emozione nello stesso momento, avrebbe assolutamente senso che tale punto focale influisse sulla parte di pianeta che opera in base alla stessa gamma di frequenze rispetto alle emozioni.

Il rapporto è chiaro: un cambiamento in ciò che proviamo verso noi stessi e il nostro mondo ha il potenziale di influire sul mondo stesso. Se il cambiamento è positivo, allora l'effetto delle emozioni che ne derivano dovrebbe essere altrettanto positivo. È noto che un simile mutamento produce coerenza fra il cuore e il cervello, inoltre, oggi pare che l'effetto si estenda anche ai campi che sostengono la vita terrestre. Nelle parole dei ricercatori di HeartMath, «la regolazione delle emozioni costituisce la prossima frontiera dell'evoluzione umana». La scoperta che potremmo scegliere di creare più coerenza fra i campi magnetici terrestri e noi stessi ha condotto verso una delle più ambiziose iniziative a carattere scientifico della storia. La scala di grandezza del progetto è vasta, le sue implicazioni sono epiche. Alla luce delle sfide che oggi ci pone il periodo storico in cui viviamo, questo nuovo progetto, la cosiddetta "Global Coherence Initiative" (Iniziativa di Coerenza Globale), oggi permette a chiunque di imparare il linguaggio del cuore della coerenza. Così facendo

diventa ora possibile per più gente che mai prima d'ora prendere parte ai cambiamenti che stanno avvenendo sul pianeta.

La chiave del progetto di Coerenza Globale è duplice:

1. In collaborazione con la stimata astrofisica e scienziata nucleare Elizabeth Rauscher, Ph.D., l'Istituto di HeartMath sta sviluppando un Sistema di Monitoraggio della Coerenza Globale che utilizza una serie di sensori di recente progettazione disposti su tutta la Terra col fine specifico di misurare i cambiamenti che avvengono nella magnetosfera. Gli obiettivi di questo sistema sono quelli di misurare come il campo magnetico terrestre influenza i ritmi cardiaci umani, l'attività cerebrale, i livelli di stress e le emozioni. Alcuni studi preliminari, come quelli basati sui dati dei satelliti GOES, indicano che tali effetti fanno parte di un rapporto a doppio senso. Questo introduce il concetto della seconda parte dell'iniziativa.

2. Sebbene sia risaputo che la vita terrestre è influenzata dai cambiamenti di intensità del campo magnetico planetario, i dati indicano che in realtà la vita potrebbe influenzare proprio i campi che ci sostengono. La seconda parte della Iniziativa di Coerenza Globale è l'intento ambizioso, condotto da HeartMath, di insegnare alle persone come si raggiunge quella coerenza che rafforza la nostra vita quotidiana, e come si fa per sapere quando ci si trova effettivamente nello stato di coerenza. L'idea è che quando una grande massa di persone risponde a un evento globale potenzialmente distruttivo, come un uragano o uno tsunami, dando una risposta emotiva collettiva, questo può influenzare la qualità del campo generale che ci unisce tutti.

Proprio come lo stress umano derivante da un disastro naturale può creare una ondata di stress globale non coerente, così anche una ondata di emozioni positive potrebbe creare una onda di coerenza globale. Questa visione delle cose è sostenuta dalle ricerche di HeartMath e anche da altre iniziative, come il Progetto Global Consciousness dell'Università di Princeton, in corso da dieci anni. I coerenti dati di Princeton hanno fornito prove convincenti che le emozioni umane di massa producono effetti globali, documentabili mediante l'uso di dispositivi elettronici...

...L'Iniziativa di Coerenza Globale è di vitale importanza per il benessere e il futuro del nostro pianeta. Per la prima volta abbiamo la capacità, l'intelletto e la tecnologia necessari per trascendere le idee che ci hanno mantenuti divisi in passato e per collaborare al fine di dare ispirazione a milioni di persone, affinché partecipino a un momento cardinale di transizione. Non si può certo dire che il progetto non offra un piano per trascendere i confini tradizionali di carattere geografico, culturale e religioso, oltre alla convinzione per raccogliere una comunità globale intorno a un nuovo stile di vita: le scelte basate sul cuore che promuovono la coerenza globale.