

## La valigia del Mondo Secreto

### La vita nei sogni

#### Come sognare dei sogni veri

#### Consigli a chi vuol visitare dormendo il regno dei vivi e quello dei morti.

( Dedicato alle signore )

Dopo che *molte* riviste di cose maravigliose si sono occupate e si occupano dei sogni profetici e dei sogni veri, alla domanda che mi si fa di scrivere due parole sui sogni, ne scrivo brevemente o il più chiaramente possibile, anche perchè su questo argomento devo scrivere a lungo nel corso della filosofia e pratica delle due magie. Prima di tutto: come dividere i sogni?

1° — In sogni di origine sensoria

2° — In sogni del piano materiale astrale

3° — In sogni del piano astrale divino.

Gli uomini, anche i più perfetti (relativamente alla società in cui vivono) possono sempre illudersi con dei sogni di origine sensoria, i quali sono non altro che una continuazione della sensitività allo stato sveglio.

*Le idee del giorno guaste e corrotte*, antica definizione dei filosofi da quattro soldi il paio, risponde appunto a questi sogni: dormendo sotto una impressione sensoria purchessia, che dello volte sfugge alla osservazione più minuziosa, essi nascono e crescono nella nostra mentalità mentre il corpo fisico riposa.

Sono i sogni di tutte le persone di mentalità ordinaria, delle persone volgari non di sola apparenza, ma di sviluppo psichico. Basta percepire, dormendo, un suono, un cangiamento di temperatura, un contatto e l'immaginazione fa il resto. Basta coricarsi sotto l'impulso di una qualunque impressione dei sensi per avere un sogno relativo o analogo a quelle sensazioni. A questa specie di sogni io riferisco quelli che rivelano lo stato patologico di un individuo e i medici (che cosa non dovrebbero sapere i medici!) farebbero bene di leggere nei sogni degli ammalati il carattere delle affezioni e alterazioni del corpo umano.

Esiste tale un rapporto strettissimo tra i sogni e le infermità del corpo che si potrebbe scrivere, da chi ne facesse uno studio speciale, un vero *Interpetre dei sogni ad uso dei medici*.

Raccomando ai miei colleghi di non ridere, perchè questo che io scrivo oggi sui sogni non è una offesa alla loro dottrina.

Cito un esempio da me controllato e che tutti, medici e non medici possono provare con la pratica: coloro che sono presi da affezioni reumatiche generali o da semplici catarri, mentre che il loro malessere non è ancora manifestato, sognano l'*acqua*, il *bagno*, una *immersione*, una *doccia* accompagnata nel sonno sempre da un senso di freddo acuto. I tendenti invece a malettie asmatiche o ad affezioni cardiache o a soffocazioni sognano con frequenza *il fuoco*, *il caldo* ecc.

Ripeto: io non mi profondo in discussioni e non scendo ai particolari perchè ne dovrò scrivere più ampiamente; solo per contentare persona che mi si dirige per avere un mezzo come rendere utili le ore di sonno, io scrivo il più succosamente possibile di tali quistioni altissime eppure tanto semplici che toccano l'animo umano.

Nelle persone che fanno questi sogni di origine sensoria il *corpo astrale o perispirito o corpo fluidico* è molto aderente al corpo fisico. Non percepiscono dormendo che solo le *idee* generate dalla ripercussione del mondo materiale sui nostri sensi materiali.

Mentre che appena appena il corpo astrale si perfeziona, eccoci a fare delle passeggiate nelle vicinanze e *sotto l'impulso di un desiderio bene determinato si possono vedere dormendo le cose che le mura, allo stato sveglia, e la lontananza ci impediscono di conoscere.*

Questo, nelle persone cui spontaneamente si affaccia il fenomeno, può essere coltivato al punto che chi si pone a dormire può tracciarsi il quadro delle visite che intende fare mentre il corpo riposa. In questo caso si hanno vere uscite del corpo astrale che non lasciano il piano della terra in cui viviamo.

Al solo pensarci su, tutte le signore immaginose e tutti gli uomini curiosi si divertirebbero un mondo a *sognare* così! e questo che io scrivo seriamente, parrà a qualcuno che io voglia far rivivere nelle menti dei lettori i portentosi ricordi delle *mille ed una notte*. Eppure la cosa è *comunissima*: molte persone, specialmente le persone dedite alla lettura, quelle che hanno sviluppato il sentimento di un ideale, coloro che menano una vita semplice e non si fanno accecare dalle passioni, hanno e mettono in pratica, senza sapere il come, sviluppata questa facoltà dell'anima umana. Il punto scabroso della quistione sta nel ricordarsene quando si svegliano, cioè non tutti sanno *comprendere la memoria persistente allo stato di veglia di ciò che in sogno si è visto.*

E anche in questa seconda specie di sogni ci entrano i medici e la medicina: perchè questo andar passeggiando in sogno per le case degli altri, ci mette nell'animo non solamente *le idee* delle cose mai pensate, ma anche i germi della sanità e della morbosità.

Ai miei colleghi questa mia affermazione che non può essere immediatamente dimostrata coi fatti — ma che con studio sereno si può sperimentare negli stadii ipnotici—fa ridere e deve far ridere, se no addio teorie microbiche e sieri relativi!

In sogno, viste le corrispondenze tra *il corpo astrale o mediatore plastico o perispirito* e il corpo materiale, avviene che le impressioni che si ricevono *sono assorbimenti di cose reali e rispondono ad impressioni reali*. Questo che pare un mistero profondo come il mare, non è che dell'ipnotismo di oggi progredito del triplo nel regolamento delle sue leggi scientifiche.

Chi fa della medicina occulta, può dare all'ammalato un rimedio per mezzo del suo perispirito o influenzando su di esso e così la infermità ad un sano.

Ma di questo, importando poco alle signore cui il presente scritto di preferenza è dedicato, discorreremo in altra occasione; nella presente contentiamoci di consigliare come praticamente mettersi in condizioni fisiche tali da sognare e vedere quello che si vuol vedere.

Innanzitutto non andando a letto dopo aver mangiato e bevuto molto copiosamente: non dico siate parchi, ma non rimpinzate il ventricolo di cibi che pel volume loro diventano indigesti. È utile coricarsi almeno un paio d'ore dopo cena e non cenare troppo tardi. Mantenersi in uno stato di spirito molto sereno e non covrirsi tanto da aumentare la traspirazione fino a sudare. Più le funzioni del corpo materiale sono in equilibrio, e più il perispirito o corpo astrale è libero. Perciò le signore nel periodo di luna rossa non tentino l'esperimento.

Andando a letto avere *la volontà* calma e non impetuosa di vedere la tale cosa e la tale persona, e *preferire le cose e le persone che si amano e le persone da cui si u sicuro di essere amato con intensità*. Due amanti che facciano questo con assiduità, finiranno col vedersi ogni notte, con o senza ricordarsene allo stato di veglia — perchè due persone che

desiderano di vedersi in sogno finiscono sempre con l'evocarsi scambievolmente ed incontrarsi a mezza via.

Ma come conservare la memoria di ciò che si fa in Sogno?—Qui il rimedio da suggerire non è nelle facoltà di ognuno, solo posso consigliare che per facilitare il ricordo non bisogna nè farsi svegliare da rumori esterni nè dall'entrata *di persona viva materialmente* nella stanza da letto, perchè qualunque risveglio brusco determina la brusca rientrata del corpo astrale nel corpo fisico e la memoria si perde.

Veniamo ora a consigliare alle signore i profunni più indicati *a far sognare e i più pronti a far dimenticare.*

L'iride fiorentina, il muschio, il patchouli, il fieno, la rosa, questa in dose *molto leggiera*, giovano a far sognare e ricordare. La cannella, la mandorla, l'opoponax, la canape indiana e il papavero, a far dimenticare.

Tra le sostanze che si mangiano: le cose molto amare o molto dolci, le molto acri e le molto acide non fanno bene. Le creme, il miele acidificato, la cioccolatte, il tè e latte, il tè e lauro, il tè e cammomilla, la mandorla amara del albicocco (qualcuna), l'alchermes, il ginepro, il wiski (delle gocce su un mezzo quadretto di zucchero) riescono utili.

Appena entrato nel regno della visione reale nei sogni, bisogna desiderare di ascendere ed entrare nel piano astrale divino, nei quali si hanno contatto con gli *spiriti dei morti e con gli spiriti dei vici in piani superiori.*

In questi sogni si possono vedere le persone care che non son più sulla terra e che l'affetto nostro evoca — si può per simboli per similitudini e per fatti avere conoscenza delle verità nascoste — si può entrare in comunicazione con lo Spirito di Dio o spirito universale e si può diventar Profeta.

Ma, bisogna osservare, che le signore non desiderino di vedere i morti alla vita della terra in continuazione; perchè essendo quella una vita migliore della terrena, noi, evocando il regno degli spiriti a noi cari, li attiriamo nell'orbita da cui essi tentano di liberarsi — ed anche perchè a furia di praticare i morti si vive la vita dei morii ed allora, vivi, si rinuncia al mondo delle vanità, si ama la pace e il bene, e tutti i nostri simili, e tutte le consuetudine della nostra società, o tutte le miserie della vita quotidiana diventano per voi degli incubi e la vita bisognerebbe trascorrerla in una foresta, o, come io faccio, lontano da ogni occhio amico e nemico, circondandosi di indifferenti e di sconosciuti.

Questo è in breve quanto in breve si può dire dei sogni, che le signore lo mettano in pratica, per quanto possano e se qualcuno ha bisogno di consigli me ne scriva per lettera al *Mondo Secreto*, e sotto il nome che è firmato o il segno, darò su questa rivista il consiglio che mi si chiede.

**G. KREMMERZ.**