



Corso Professionale per  
**Operatore Olistico**

*indirizzo Salute Naturale*

**LA GUARIGIONE ENERGETICA**

Elaborato finale di

**Alessandra Moroni**

N. Registro Scuola: FORM-625-NA

Relatore: Sebastiano Arena

Settembre 2020

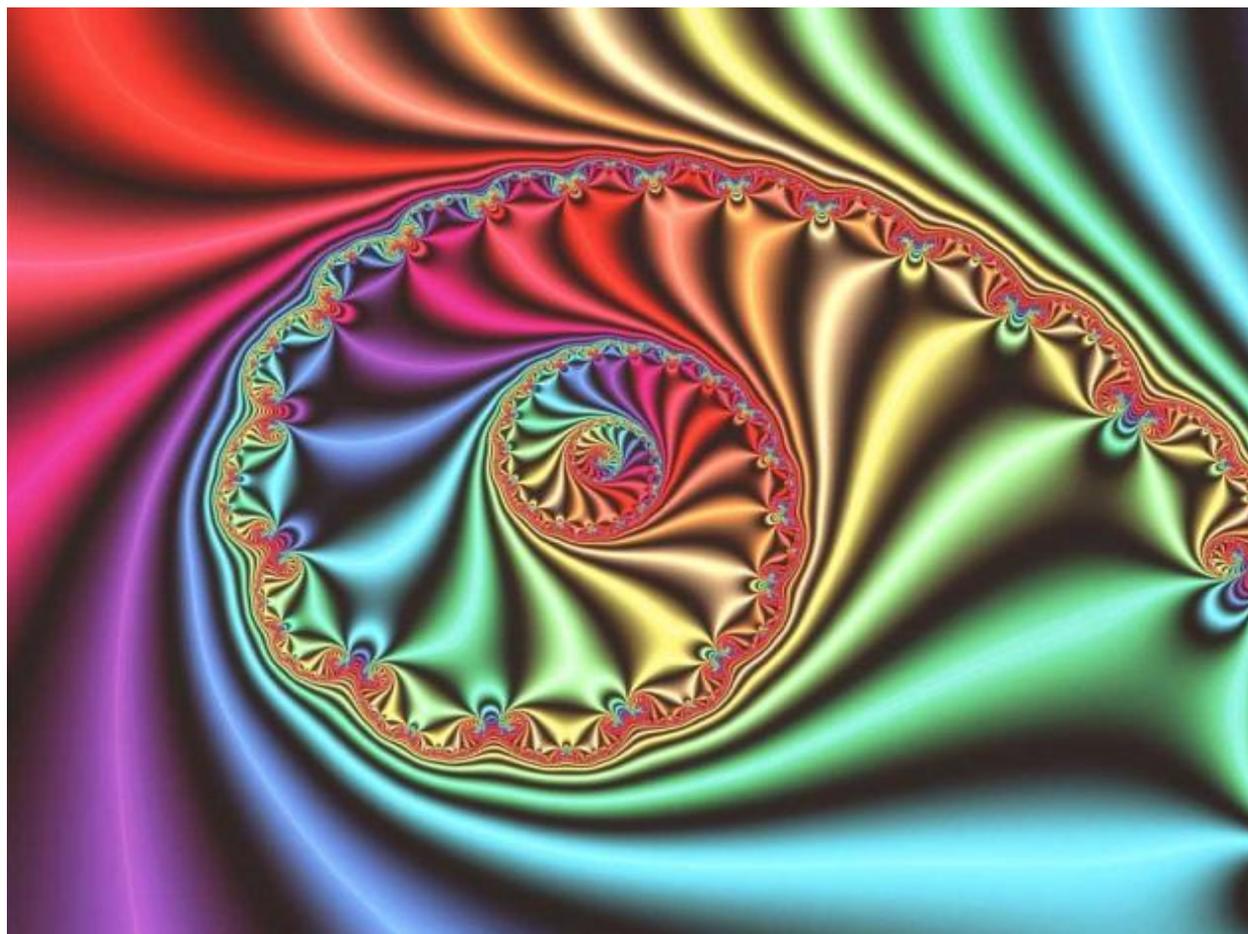


**Centro di Ricerca Erba Sacra**  
*Associazione di Promozione Sociale e la Conoscenza e lo Studio  
di Discipline orientate al Benessere Psicofisico della Persona*  
[www.erasacra.com](http://www.erasacra.com)



# LA GUARIGIONE ENERGETICA

di Alessandra Moroni



## **Indice**

### **LA GUARIGIONE ENERGETICA prima parte**

presentazione

1 - L'energia cosmica, l'uomo ed il Micro e Macro cosmo

2 - La guarigione energetica ancestrale, lo sciamanesimo e la trance healing

3 – La comunicazione energetica

4 – L'essere umano ed i suoi tre corpi

5 - Cos'è l'Essere umano in un processo di evoluzione

6 - Entrare in relazione con l'energia

7 – Frequenze e guarigione

8 – Le parole e la frequenza del suono

9 - La radiestesia e la percezione delle energie sottili

10 – La guarigione energetica come cura del corpo e dello Spirito

11 – Le leggi spirituali e karmiche

### **LA GUARIGIONE ENERGETICA seconda parte**

1 - Viaggio nei centri energetici corporei

2 – La frequenza dei colori

3 - Attivazione di un processo di guarigione

4 - L'ascolto del proprio Sé

5 - Trattamento di auto guarigione energetica

6 - La giusta predisposizione

7 - La preparazione della sala e l'ambientazione ideale

# **LA GUARIGIONE ENERGETICA prima parte**

## Presentazione

Mi chiamo Alessandra.

Ho una predisposizione, che possiedo fin dalla nascita,  
nel percepire quelli che sono i corpi sottili.

Corpi non legati alla fisicità della materia ma corpi eterici; quelli impalpabili, quelli invisibili agli occhi ma percepibili dai sensi e da una connessione interiore.

Il mio modo di relazionarmi con queste energie spirituali passa attraverso la mia crescita come individuo, come donna, e attraverso un lavoro interiore continuo e costante, a volte in progressione, a volte fatto di pause, smarrimenti, cambi di programma, retrocessioni, per poi riprendere nuovamente un percorso, la cui bussola punta pur sempre in direzione di un'evoluzione.

Come in ogni percorso in cui si passa attraverso il buio per arrivare alla luce, così tutti passiamo attraverso le paure, le insicurezze e tutti quei piccoli e grandi condizionamenti sociali, familiari e culturali dai quali veniamo contaminati fin dai primi anni di vita, per passare ad un livello successivo, ad un nuovo step evolutivo che coinvolge il rilascio del vecchio, il superamento e la comprensione.

Da sempre ho una forte passione e predisposizione per le discipline olistiche, energetiche ed esoteriche. Ho iniziato fin da ragazzina a studiare queste discipline. Ho approfondito le mie conoscenze con lo studio delle energie, attraverso la radiestesia e immergendomi nel mondo dello sciamanesimo, tradizionale e transculturale, della medianità e della guarigione medianica. La guarigione spirituale

e il contatto con lo Spirito sono aspetti che fanno parte di me da sempre, sono come incisi nel mio dna ancestrale.

Ho molte passioni, che porto avanti nel mio tempo libero, tra cui la danza, tribale, orientale e latina, la creazione di oggetti artistici e monili, la scrittura, la natura, i viaggi culturali.

Mi piace osservare. Osservare le persone, le dinamiche delle relazioni tra le persone e le loro dinamiche interiori. Penso che una persona “sana” nel corpo e nello spirito, sia fondamentalmente quella che ha una buona relazione in se stesso in primis.

Il resto è come un vortice che le gira attorno.

Attrae, allontana, chiude, blocca, apre porte, ne cerca di nuove.

Tutto quello che è il processo di relazione con l'esterno e manifestazione passa attraverso il centro, che crea emettendo segnali ben precisi e a sua volta, questo centro, passa attraverso quelli che potremmo definire i suoi processi spirituali, di evoluzione ed espansione della coscienza.

Credo che ogni individuo debba avere una sua, personale, visione della realtà.

Perciò, in questo elaborato, esporrò la mia, di visione, sperando che possa essere di ispirazione, aiuto e supporto.

Onorata di fare parte di questo percorso, ringrazio la scuola Erba Sacra per i preziosi insegnamenti, spunti di riflessione ed approfondimenti.

Alessandra

1

L'ENERGIA COSMICA, L'UOMO ED IL MICRO E MACRO COSMO

Energia. Con questo termine comunemente indichiamo una sostanza invisibile, che non ha forma, che non è percepibile dai sensi fisici, ma che comunque produce degli effetti, effetti visibili e tangibili. Concreti e materiali.

L'energia prende origine da una determinata fonte e da essa si propaga nello spazio, interagendo con le strutture con cui entra in contatto costantemente, modificandole e modificando la sua stessa forma.

Questo scambio, questa interazione tra energie, è ciò che avviene costantemente a nostra pressoché insaputa, in tutte le relazioni tra individui e in tutto il Cosmo, l'Universo sconfinato che ci comprende.

L'uomo non è altro che questo. Energia, che prende vita da una Fonte e si propaga in uno spazio, interagendo ed entrando costantemente in relazione.

La stessa struttura la troviamo nel macrocosmo.

Quello che sta al vertice, il punto massimo di espansione, amore, consapevolezza, lo potremmo definire come l'apice, l'origine fuori dal tempo di ogni creazione.

Lo potremmo definire anche Dio, Dea Madre, Grande Spirito, Essenza Divina, Uno universale, Forza Generatrice, Creatore, Destino.

A prescindere dall'appellativo che desideriamo attribuirgli, in virtù delle nostre credenze, conoscenze e modelli culturali, la "struttura Dio" agisce sempre in questo modo; esiste, emana e crea.

Sempre in questo modo, l'uomo, il microcosmo del Dio creatore e generatore insito in ogni Essere, passa anch'egli attraverso questo processo di creazione consapevole

e di manifestazione volontaria, attraversando la fase dell' *esistere*, cioè del divenire consapevole di sé.

Micro e macrocosmo si incontrano, dunque, e non solo, sono speculari. Sono uno figlio dell'altro; il padre che genera il figlio ed il figlio generato, potenzialmente come il padre, con la stessa dotazione, con l'equivalente capacità creativa, emanativa e generatrice.

Riporto in seguito qualche approfondimento su micro e macrocosmo, emerso da una mia ricerca in rete.



## Macrocosmo e microcosmo

In ambito **ermetico** ed **esoterico**, designano due entità di cui l'una è riproduzione in **scala** dell'altra, e che per via della loro somiglianza formano un insieme indivisibile, un'unità dove le parti (il microcosmo) sono in rapporto al tutto, (il macrocosmo).

Macrocosmo e microcosmo nel sistema valentiniano di Achamoth, come nell'immagine sovrastante, sono rappresentati come un insieme di cerchi concentrici l'uno dentro l'altro, diversi per grandezza ma uguali nell'aspetto.

L'utilizzo di questi due termini serve a chiarificare, sul piano filosofico, il tipo di relazione intercorrente tra l'Uno e i molti, che non è di semplice alterità o diversità, cioè di differenza *quantitativa*, ma di sostanziale identità, vigendo un'analogia *qualitativa* tra il macrocosmo, contenente in sé ogni parte, e il microcosmo, che a sua volta contiene in piccolo il tutto.

In tal modo il sapiente, il filosofo, o lo scienziato, possono basarsi su un modello esplicativo unitario del sapere, valido a tutti i livelli: la filosofia ermetica, ad esempio, poteva fare dell'**uomo** il microcosmo, mentre l'**universo** definiva il macrocosmo.

L'origine di questi termini filosofici è, essenzialmente, platonico -aristotelica:

Platone chiama il mondo «grande uomo» e *Aristotele* contrappone il «grande mondo» al «piccolo mondo». Naturalmente, dei due termini riferentisi al concetto di cosmo, originario è quello di "microcosmo", esprime l'idea dell'uomo come in sé organizzato in forma analoga a quella dell'universo, e quindi esso stesso "piccolo universo": e la definizione dell'«uomo» come «piccolo mondo» sembra sia stata data per la prima volta da *Democrito*.



l'interiore delle cose; il piccolo è come il grande". Gli alchimisti medievali distillarono questo pensiero nel motto: "come sopra, così sotto".

Da quanto precede risulta evidente che la chiave interpretativa dei rapporti esistenti tra Macrocosmo e Microcosmo è l'"*analogia*".

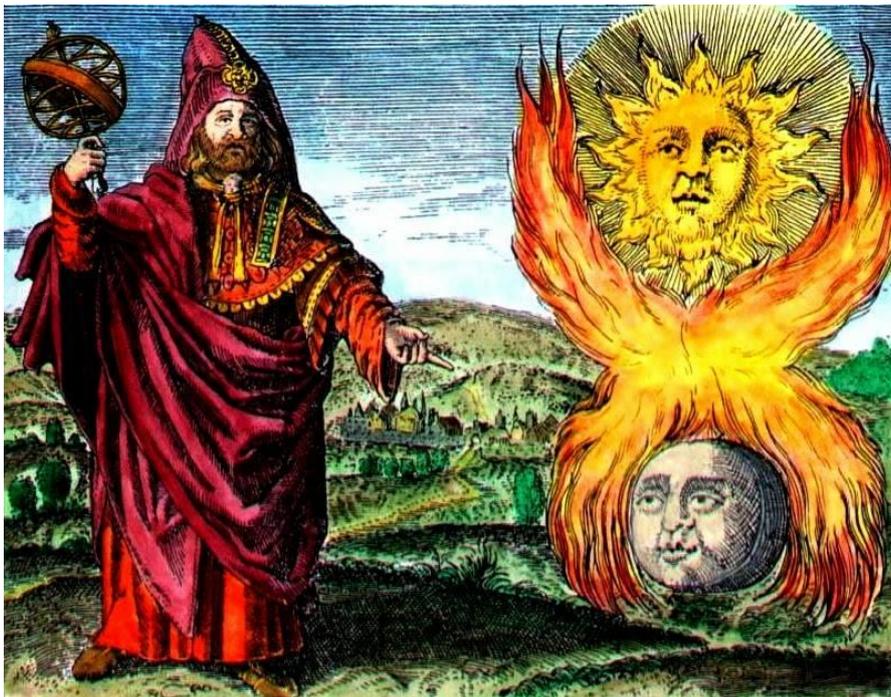
Sinteticamente e semplicemente, possiamo intendere l'*analogia* come "il rapporto che la mente coglie fra due o più cose che hanno nella loro costituzione, nel loro comportamento o nei loro processi qualche tratto comune".

Il Kremmerz a tale proposito insegna:

"Tutto è analogico, e il processo magico per eccellenza è l'analogia".

Poi, per spegnere gli eventuali facili entusiasmi dei novizi, precisa:

"L'analogia è il terribile scoglio del novizio alla iniziatura, in quanto egli non la discopre che col progredire della sua purificazione".



Ermete Trismegisto, nella seconda proposizione della sua Tavola di Smeraldo ha iscritto:

*«Ciò ch'è in basso è come ciò ch'è in alto,  
e ciò ch'è in alto è come ciò ch'è in basso,  
per fare i miracoli della cosa una.*

*E poiché tutte le realtà sono e provengono da una, per la mediazione di una,  
così tutte le realtà sono nate da questa realtà unica mediante adattamento.»*

*L'universo è il macrocosmo e l'uomo è il microcosmo.*

Similmente l'uomo rappresenta il macrocosmo dell'atomo (sistema solare in piccolo).

L'uomo è il macrocosmo del microcosmo, egli riflette l'universo, è il grande simbolo dell'universo.

Ciò ci conferma il postulato della saggezza antica:

*“Tutto ciò che esiste nell'Universo è fatto ad immagine di Dio”.*

**Siamo un frammento del divino, una sua scintilla.**

## 2

### LA GUARIGIONE ENERGETICA ANCESTRALE, LO SCIAMANESIMO E LA TRANCE HEALING

Appurato il concetto che l'uomo è energia, è che la sua origine scaturisce da un'appartenenza intrinseca e da una connessione speculare con quello che è il Punto Massimo di Creazione originale e propagazione dell'Universo, rimane da analizzare e comprende quale sia lo scopo, di questo Essere che viene generato e che si muove sui fili dello spazio tempo , come un fascio di energia, luce, vibrazione e frequenza cosmica in espansione.

Fin dalla notte dei tempi l'uomo si interroga sulla sua origine.

Lo vediamo riportato attraverso i testi antichi e gli antichi tramandamenti, di secolo in secolo, di famiglia in tribù, clan, congreghe, adunanze, circoli, confraternite, gruppi e associazioni, fino a giungere ai nostri tempi attraverso le discendenze e le memorie storiche della Terra.

Pare che quello che stia alla base di questa ricerca, passi attraverso una connessione profonda con il proprio sé, in un processo del tutto individuale.

Trovo interessante osservare come un qualcosa di cosmico ed interconnesso col Tutto, generi la comprensione di sé attraverso un processo che sembrerebbe di separazione dal Tutto.

“Mi ritrovo in me, per aprirmi al mondo. “

La mia immaginazione mi riporta ad antiche cime, a vette che venivano scalate dai nostri predecessori e dai predecessori dei loro predecessori, nella ricerca delle più elevate verità spirituali.

Penso agli eremiti che si ritiravano nella solitudine per consacrarsi alla meditazione e alle preghiere, ai monaci nei monasteri, alle anime viandanti che hanno percorso deserti aridi, su bianche sabbie roventi, con la sola finalità della ricerca del vero Sé spirituale.

La mia mente si sofferma su queste immagini e si interroga.

Se nell'Universo tutto è connesso e vibra in armonia, unione e perfezione cosmica, cosa smuove le anime ad intraprendere questi cammini solitari, spesso dolorosi, ricchi di sfide, intrisi di cedimenti, capovolgimenti di situazioni, deviazioni di percorso, strade serrate, trappole, miraggi, smarrimenti e raggugli preceduti da profonde introspezioni, con il fine di riunirsi ad un Tutto, in una riconciliazione che ha il sapore di dissetante riunione alla sua Fonte?

Gli sciamani lo sanno.

Lo hanno scoperto ma lo hanno anche sempre saputo, infondo, poiché era relegato nelle loro memorie energetiche.

Così lo hanno compreso e l' hanno tramandato. Dove non sono arrivati i testi e le parole, è arrivata l'energia. Quell'intreccio di fili e interazioni invisibili che ho citato.

Ma chi è uno sciamano? Questa figura misteriosa, archetipica in un certo senso, che riporta a galla la nostra curiosità fino ai tempi odierni?



Lo sciamano è un viaggiatore, sostanzialmente.

Un Essere che vive come noi un suo processo di migrazione da un contesto luminoso e rassicurante, passando attraverso il viaggio tra i mondi, per giungere a fare ritorno alla propria casa, rinnovato di una nuova consapevolezza.

Ma possiede in più un elemento: la guarigione.

Questo elemento è indubbiamente determinante.

La guarigione. Un processo, per definizione, di recupero dello stato di salute.

Nello sciamanesimo lo stato di salute è il benessere interiore in armonia con la terra, dove per *terra* intendo l'ambiente fisico ma anche quello relazionale.

Quando regna armonia all'interno, questa condizione si propaga, attraverso i filamenti energetici che compongono l'uomo, in tutto il campo aurico energetico e costruiscono, manifestano la loro emanazione armoniosa, come , allo stesso modo, i pensieri negativi, i tormenti interiori, le preoccupazioni, i traumi, i turbamenti, le paure, manifestano disarmonie.

Per questo per lo sciamano è fondamentale, per curare l'uomo, comprenderne le paure, le debolezze profonde, velate, oscurate, negate, che appartengono alla sfera dell'inconscio e per farlo si serve della sua connessione con il Tutto. Entra nella sua connessione interiore, per viaggiare attraverso *il mondo di sotto*.

### **I tre regni sciamanici**

I regni sciamanici sono realtà spirituali che si collocano nel mondo astrale.

Lo sciamano si serve del viaggio sciamanico, cioè del viaggio tra i vari livelli spirituali, per indagarne le forme e le memore in esso contenute.

Lo fa per sé stesso e per gli altri.

Durante il suo viaggio può entrare in contatto con Entità spirituali che gli fanno da guida, come Virgilio guida Dante attraverso i regni dell'oltretomba, cioè oltre la tomba, oltre la morte, dove non esiste la materia ma solo lo Spirito.

*Il mondo di Sotto, o inferiore*, è il mondo nascosto, oscuro. E' qui che si celano creature misteriose, come i totem, gli animali di potere, degli Esseri guida che presentano sia una caratteristica di Luce, sia un aspetto animalesco, legato per associazione a quelli che sono gli istinti primordiali.

Il questo regno la connessione con la terra è molto profonda. Siamo nelle radici, nelle profondità della psiche, nei chakra inferiori, nelle pulsioni.

E' un modo silenzioso, ma in cui è bene addentrarsi un passo alla volta, poiché le rivelazioni che posso giungere da qui, da questo regno, posso assicurare o destabilizzare profondamente. Come in ogni profondità, si ritorna verso la luce, ma non dopo aver scavato per bene. E' qui che lo sciamano va a recuperare i suoi

*frammenti*, cioè quegli elementi che sono andati perduti nel viaggio e che hanno causato la malattia, la disarmonia, il disagio, il blocco.

Risalendo verso l'alto, tenendo tra le mani le nuove consapevolezza, lo sciamano riemerge nel *mondo di mezzo*, ovvero nella realtà dello spazio tempo presente.

Quando uno sciamano è nel mondo di mezzo , ha i piedi ben radicati alla Terra e lo sguardo rivolto verso il Cielo.

Come un albero si erge e respira il proprio Spirito incarnato, entrando in contatto con le altre creature terrene ma anche con le creature invisibili che regnano su questo piano.

Perciò si troverà ad interagire con gli spiriti delle piante, dei fiori, degli alberi, ricavandone preziose informazioni e nuovi strumenti di guarigione.

Entrerà in connessione con le energie dei minerali e delle pietre, delle rocce delle montagne, della sabbia e del mare. In questo regno vivrà come un essere a metà, sulla linea medianica che divide il *sopra* ed il *sotto*, ma ben saldo e radicato nel suo centro di potere. Consapevole, razionale, pragmatico.

Ma uno sciamano, uno sciamano vero, non potrà fare a meno di sentire anche il richiamo verso il Cielo, verso la sua Terra di origine.

Noterà questo richiamo osservando la forma delle nuvole, lo scorgerà attraverso il vento, o il canto di un uccello, o il volo di un'aquila. Così la sua mente , in unione con il cuore, si protrarrà verso quel regno, il *mondo di sopra*, che nello sciamanesimo corrisponde alla connessione con il Divino.

E' qui che avrà luogo la più alta forma di guarigione.

Il suo corpo, la sua mente ed il suo spirito, in accordo e in connessione con la Fonte Divina, diverranno dei canali medianici attraverso i quali le informazioni e le energie di guarigione potranno fluire e divenire strumento di cura, diffondendosi da un corpo ad un altro corpo, attivando la guarigione e rigenerazione che, in questo caso, non sarà guidato da un processo mentale, ma direttamente trasmesso nella sua forma più pura.

Questo è ciò che possiamo definire come *trance healing*, la guarigione in trance, cioè la guarigione in uno stato alterato di coscienza.

Solo un cuore puro può accedere ad uno stato di abbandono e fiducia così profondo.

Solo un corpo in cui il processo mentale può essere trasceso può rendersi tramite, strumento dove la guarigione fluisce libera.

Quando siamo nella *trance healing*, non vi è alcun coinvolgimento dell'energia di chi pratica, del mezzo attraverso il quale la guarigione si manifesta, ma siamo di fronte ad un *canale*, un tramite che libera il suo spazio interiore, per fare passare lo Spirito.

Chi giunge a praticare una forma di guarigione così elevata, ha probabilmente un suo particolare tragitto alla spalle, ha conquistato consapevolezza preziose e sviluppato doti e facoltà, ma è anche vero che ogni individuo può essere potenziale sciamano di sé stesso e può acquisire la facoltà di auto guarirsi.

**3**

**LA COMUNICAZIONE ENERGETICA**

Ho parlato nel precedente capitolo di come lo sciamano entra in relazione con le energie del mondo che abita.

Chi vuole essere sciamano di sé stesso, cioè accedere al proprio potenziale curativo, dove allo stesso modo imparare a relazionarsi con le energie, quelle del proprio sistema interiore e quelle del sistema che si trova all'eterno.



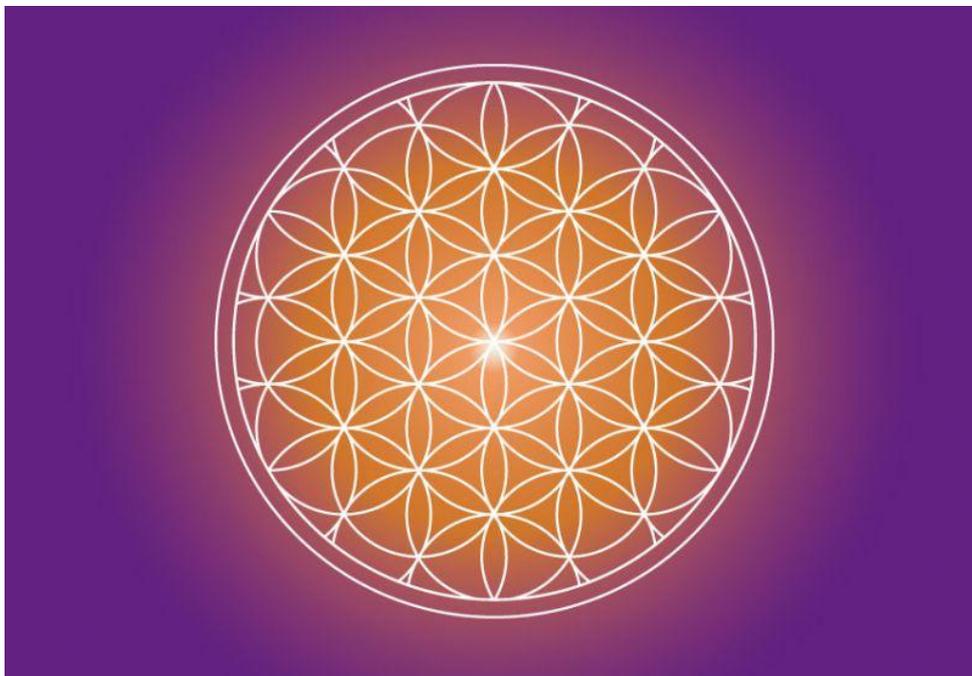
Siamo costantemente in relazione energetica, gli uni con gli altri.

La maggior parte di noi non se ne rende conto, ma i corpi energetici comunicano costantemente tra loro, a nostra insaputa.

Oltre a comunicare con le parole, con i gesti, con le movenze del nostro corpo, con gli sguardi, esiste una forma di comunicazione ancora più sottile, che avviene attraverso lo scambio di informazioni energetiche, cioè di segnali, input, onde, che mettono in relazione, un corpo, o meglio un Essere con un altro Essere.

I due Esseri cominciano così a scambiarsi informazioni attraverso i loro corpi energetici e a conversare , comunicare tra loro. Si allineano, come su una frequenza radio, arrivando a modificare la loro forma, in funzione di ciò che avviene durante questo scambio. Questo ce lo dimostra anche la fisica quantistica, attraverso il fenomeno fisico dell'entanglement, che si verifica quando due particelle sono strettamente connesse tra loro (entangled) anche a distanza e a ogni cambiamento del primo membro della coppia corrisponde un'alterazione anche sul secondo.

Quindi, secondo quanto emerge dalla comunicazione quantistica, due particelle elementari, quelle che formano nuclei, atomi e in definitiva la materia di cui siamo fatti anche noi, qualunque sia la loro distanza, vicinissime a scala di milionesimi di millimetro o distanti migliaia di chilometri, possono scambiarsi informazioni sul loro stato e se lo fanno rimangono in "comunicazione".



Questo simbolo è conosciuto sin dai tempi più antichi ed è noto come Il Fiore della Vita.

Ogni molecola della vita, ogni cellula nel nostro corpo, conosce e riconosce questo schema, come una memoria che rimane impressa nell'anima.

E' lo schema della creazione e della vita in ogni luogo.

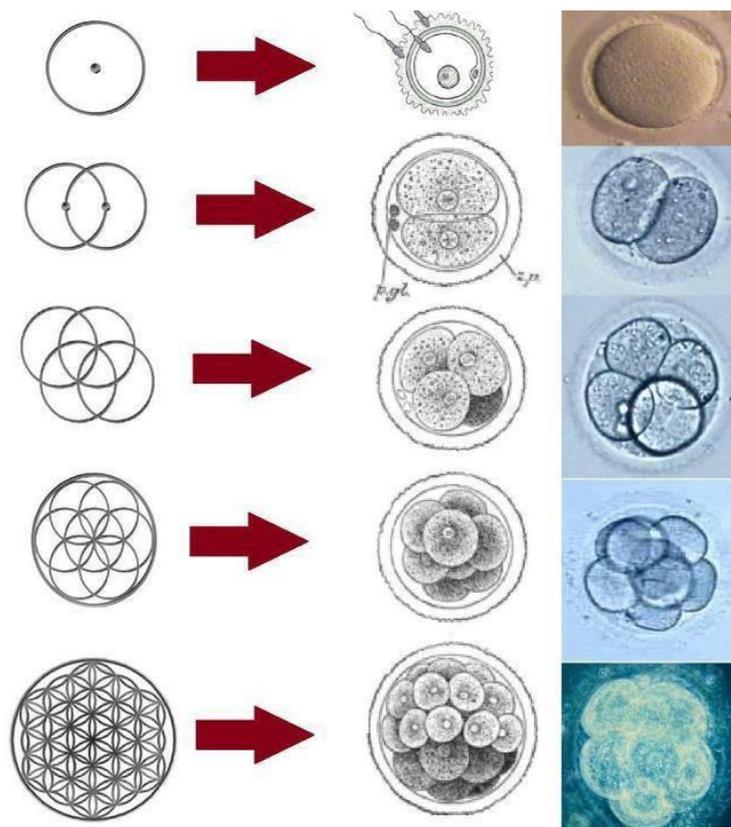
Nella sua forma più semplice il Fiore della Vita, chiamato anche "Sesto giorno della Genesi" poiché ottenuto dalla 'rotazione' di sei cerchi o sfere, corrispondenti ognuna ad un giorno della Creazione, rappresenta la struttura interna del Creato, ed il suo completamento. È un simbolo antichissimo, che è stato trovato in tutto il mondo ed in ogni cultura.

Presso gli antichi Celti veniva interpretato come simbolo in movimento e quindi rappresentava la potenza vivificatrice e generatrice del Sole: l'astro trasmetterebbe al segno il suo potere guaritore e protettivo. Propizierebbe una nascita e una vita fortunate, non sembra un caso, quindi, che questo simbolo lo si trovi molto frequentemente in luoghi bisognosi di protezione e di difesa, quali le serrature e le culle dei neonati.

Il fatto di essere riferito al numero 6, che simboleggia la Creazione, lo accomuna alla "Ruota della Vita" a sei raggi, che simboleggia l'alternarsi delle stagioni e delle vicende umane, ed all'Esagramma che, come il Fiore della Vita, è inscrivibile all'interno di una struttura perfettamente esagonale. Lo si trova spesso all'interno di alcune chiese, come la Basilica di San Clemente a Roma, una delle più importanti basiliche della cristianità. La Sapienza Ebraica lo ha associato all'Albero Sephirotico o Albero della Vita (o della Conoscenza), il Fiore della Vita riveste un'importanza notevole perché viene riconosciuta nella sua struttura una matematica perfetta, con la presenza del "numero aureo" che è esotericamente considerato sacro, poiché in natura esso è presente in moltissime forme, nella materia visibile.

Tutte le frequenze della luce, del suono e della musica, si ritrovano in questa struttura geometrica, che esiste come uno schema olografico, definito nelle forme sia degli atomi che delle galassie.

Nel microcosmo umano il fiore della vita, rappresenta la dinamica della divisione sulla cellula umana.



Ogni cerchio presente nella struttura geometrica, genera altri cerchi dal suo nucleo, dando forma a quello che potremmo definire un organismo nel suo complesso.

Ma ancora, a livello macrocosmico, l'organismo può essere rappresentato da ogni singolo cerchio, che, avvicinandosi ed entrando in relazione con "i suoi simili", si fonde parzialmente con essi, formando i petali che danno vita alla geometria sacra del fiore.

Ecco come, allo stesso modo i corpi, energetici delle persone, si fondono entrando in relazione costantemente tra loro, giungendo a dare origine ad una vera e propria rete di comunicazione invisibile tra individui.

Ciò che inviamo all'esterno, attraverso i nostri segnali energetici, influisce quindi su noi, stessi, sugli organismi con i quali entriamo in relazione e su tutta la rete.

Ma oltre ad essere entità trasmettitori, siamo anche entità ricettrice, poiché riceviamo dalla rete ogni tipo di informazione e ne veniamo influenzati.

Per questo è fondamentale che la nostra emanazione, sia il più possibile armoniosa e vitale e che il nostro campo energetico sia ben saldo e consapevole di ciò che immette al suo interno. Lo è per il nostro stato di benessere e di salute generale ma lo è anche per quello della globalità, del Tutto universale, poiché, come abbiamo visto, ogni essere è in relazione costante.

## L'ESSERE UMANO E I SUOI TRE CORPI

Il corpo umano è come una scatola, un magico contenitore al cui interno troviamo diversi elementi, speculari agli elementi della natura e del cosmo, che mischiati insieme in un'alchimia trasformativa, danno origine a questo essere complesso ed essenziale al contempo.

Il corpo fisico, il corpo energetico ed il corpo spirituale.

Questi sono i tre livelli in cui possiamo suddividere, per così dire, il corpo umano.

Per così dire, poiché ognuno dei tre corpi è interconnesso e sovrapposto agli altri.

Il corpo fisico è la base. La struttura materica sulla quale poggia l'intero organismo, è comprende gli organi interni, le cellule, le ossa, il sangue ed i fluidi corporei, la pelle, denti, tessuti, capelli, tutto ciò che possiamo vedere, toccare e percepire con i cinque sensi.

Il corpo energetico e quello spirituale sono tutto ciò che invece possiamo percepire attraverso il nostro sesto senso, il senso che vede oltre.

Del corpo energetico fanno parte i chakra, cioè i vortici energetici collocati sulla linea della colonna, che mettono in moto tutto il sistema uomo, i meridiani, canali corporei che fluiscono come autostrade luminose, trasportando informazioni, l'energia emanata da ogni singolo organo interno, quella messa in moto dalle sinapsi mentali e dal pensiero, l'energia della sfera emozionale e nel suo complesso tutta

l'emanazione energetica della struttura/corpo umana, che possiamo racchiudere nel campo aurico, questa sfera luminosa e vibrante che ingloba l'uomo.

Quando siamo nel corpo spirituale invece, siamo sempre in una sfera energetica, ma siamo anche un po' al di là. Ci spostiamo dall'energia corporea umana, sulla linea medianica, e siamo a cavallo tra il mondo fisico e quello astrale.

Nel corpo spirituale troviamo le nostre informazioni umana ma anche le memorie animiche. Troviamo tracce del nostro dna cosmico disperse in altre vite, luoghi, forme. Entriamo in relazione con l'esterno, con la rete. Sia sul livello terreno che sul livello etereo. E' qui che possiamo sentire un contatto anche con le realtà invisibili, con gli Esseri Spirituali che abitano le galassie, con le nostre guide, con gli antenati, con gli Esseri di Luce.



Il prodotto dei tre corpi fisico, energetico e spirituale dà luogo all'essere umano, nella sua interezza.

Ogni corpo, ogni componente della struttura/uomo, ha la sua importanza. Quando un solo elemento è fuori posto, tutta la struttura traballa.

Per questo motivo quando parliamo di guarigione, dobbiamo necessariamente riferirci alla guarigione su tutti e tre i livelli: fisico, energetico e spirituale.

## 5

### COS'E' L'ESSERE UMANO IN UN PROCESSO DI EVOLUZIONE

"Siamo fatti della stessa materia delle stelle", scriveva l'astronomo e divulgatore scientifico Carl Sagan. Così l'uomo, viaggiatore spaziale multidimensionale, si sposta tra i vari livelli di esistenza, assumendo diverse forme.

Questo è ciò che ci insegna la dottrina della reincarnazione, una delle più diffuse e antiche convinzioni di cui l'uomo si è fatto portavoce nel corso del tempo e che è sopravvissuta in contesti ed aree culturali anche molto distanti tra loro.

Si possono trovare fonti che parlano di reincarnazione tra gli scritti delle varie religioni antiche. Tra i Sumeri nel lontano 3200 a.C. , tra gli Egiziani nel 3100 a.C., tra indiani e Veda nel 1000/600 a.C. e nel Buddhismo fin dal 600/500 a.C.

Al Concilio di Costantinopoli del 553 d.C. la reincarnazione fu dichiarata un'eresia, furono bruciati i libri che la insegnavano e perseguitato i sostenitori.

Ciò avvenne per ordine dell'Imperatore romano Bizantino Giustiniano. Il fine era quello di controllare maggiormente la popolazione, e avere una uniformità di credenza tra i popoli. Avendo dunque una parte dei popoli che credevano nella reincarnazione ed altri no, è stato evidentemente più pratico tentare di debellarla.

Ciò nonostante la credenza della reincarnazione ha continuato a trovare sostenitori tra le sette gnostiche che possedevano la conoscenza, che non hanno mai smesso di tenere viva questa dottrina.

Secondo i principi della reincarnazione, l'essere umano, nella sua forma di anima, assume un corpo fisico, collocandosi in una determinata area del pianete e sotto specifiche sembianze, per compiere un suo viaggio volto all'evoluzione e al perfezionamento si sé.

Ciò che si sceglie ed i dettagli del viaggio parrebbero un qualcosa di stabilito in partenza. Un percorso già tracciato dall'anima, in accordo con le Forze Universali. Se non fosse per un unico elemento, che potrebbe potenzialmente scombinare l'intero disegno, cioè il *libero arbitrio*, la legge universale suprema che prevede che ogni essere sia reso libero di decidere per sé.

Così, l'essere viaggiatore intergalattico, si predispone al suo viaggio, con una mappa che indica l'obiettivo finale, ma con diversi tracciati, che sceglierà di intraprendere in base a quelle che saranno le sue percezioni del momento.

Il tutto è finalizzato, sempre e comunque, all'evoluzione personale. Ogni essere, corporeo ed incorporeo, mira all'evoluzione, esattamente come ogni pianta, albero fiore, tendono a protendersi verso l'alto, verso una crescita.

## 6

### ENTRARE IN RELAZIONE CON L'ENERGIA

Ogni Essere, ogni pianta, ogni animale, minerale, sasso, ogni elemento della natura, il sole, il mare, il cielo, l'acqua, possiedono una loro forma energetica.

Quella che in giapponese viene chiamata il *Ki*, l'Energia vitale che si manifesta in ogni cosa vivente e non vivente e che in italiano definiamo come *Prana*.

Nell'uomo vi sono tre importanti nuclei di energia chiamati in cinese *Tan T'ien* tradotto come "campo di cinabro". Il Tan T'ien Inferiore si trova sotto l'Ombelico è chiamato Jin Chi, l'essenza, il Tan T'ien Mediano si trova nella zona del cuore è chiamato Chi, la vitalità, il Tan T'ien Superiore si trova nel cervello è chiamato Shen, la coscienza; dai taoisti sono considerati i Tre Tesori della Vita, sono tre forme di energia diversa in continuo movimento che si manifestano in varie forme e qualità di vibrazione differenti e con differenti funzioni. Questi tre centri di energia divina, come venivano chiamati dagli antichi saggi taoisti, regolano il flusso dell'Energia Ki dal basso verso l'alto e viceversa.

L'apertura e il buon funzionamento di questi tre Cancelli permette una buona circolazione energetica in tutto il corpo e aiuta le forze psicofisiche ad esse collegate a manifestarsi armoniosamente.

Il modo in cui "facciamo circolare" l'energia nei nostri canali corporei è fondamentale, poiché la nostra salute ed il nostro benessere dipendono dallo stato di armonia, pulizia e di vitalità di questi centri energetici, che possiamo dire essere correlazionati con le nostre sfere psichica, fisica, emozionale e spirituale.

Ma l'uomo non è un singolo, bensì il frammento di un'unità con il Tutto, come abbiamo visto rappresentato dal nostro *Fiore della Vita*.

Perciò, oltre alla relazione con il Sé, in questo processo di guarigione e prevenzione dello stato di salute psicofisica, entrano considerevolmente in gioco anche le relazioni che ogni individuo coltiva con l'esterno, sia con i suoi simili che con tutto l'ambiente circostante.

In psicologia, ritroviamo questa relazione con l'esterno, nella teoria sistemico-relazionale, dove si teorizza che la personalità dell'individuo si costruisca e strutturi sulla base di processi interattivi, cioè delle relazioni che l'essere umano instaura con l'ambiente e gli altri individui.

Ciò significa porre un forte accento sulla dimensione relazionale e sull'appartenenza dell'individuo a dei contesti specifici.

L'essere umano non è una monade, un'entità a sé stante, ma è il centro di un'infinita rete di rapporti con il mondo e con gli altri esseri umani.

Ciò significa che l'uomo fa parte di un sistema più ampio, di una rete di relazioni che si intersecano e in cui i vari membri in rapporto tra di loro si influenzano a vicenda.

All'interno del sistema riveste un ruolo basilare la comunicazione; non soltanto quella verbale, quella manifesta.

Ogni atto è un atto comunicativo.

Ogni gesto che facciamo, ogni parola che pronunciamo, ogni decisione che prendiamo rappresentano una comunicazione, un messaggio lanciato agli altri, uno scambio di informazioni rispetto alle quali gli altri reagiscono e danno dei feedback di rimando.

Oltre alla comunicazione verbale e non verbali che troviamo nei riferimenti della psicologia, esiste una forma di comunicazioni con l'esterno ancora più sottile, che è quella energetico – vibrazionale.

Attraverso lo scambio energetico, i nostri corpi aurici, cioè l'insieme delle nostre emanazioni energetiche corporee interne, si fondono con i corpi aurici di tutti gli individui con cui entriamo in relazione, senza che avvenga necessariamente una comunicazione.

A livello energetico – vibrazionale, il nostro campo viene "influenzato" dal campo della persona seduta accanto a noi su un autobus, dal vicino di casa, dal collega che siede alla scrivania accanto alla nostra, dalla nonna, dal passante per strada, dal postino che ci consegna una lettera.

Basta, la vicinanza. A volte basta solo l'intento, per entrare in una relazione energetica e venirne in qualche modo contaminati.

Non solo assorbiamo le energie corporee, ma anche le energie dei luoghi.

Ogni luogo possiede una sua forma energetica.

Nella visione sciamanica esistono Energie Spirituali che sorvegliano i luoghi. Sorgenti, fiumi, alberi antichi, grotte e colline così possiedono un loro Spirito Custode.

Anche i nostri "luoghi moderni" possiedono allo stesso modo una loro forma energetica che varia in base a chi lo frequenta, al tipo di attività che viene svolta all'interno e alla vibrazione globale che ne scaturisce.

Un mattatoio non avrà la stessa energia di un tempio. E' quasi tangibile, lo possiamo facilmente percepire, o intuire.

Allo stesso modo una casa, un ufficio, un negozio, un parco, avranno differenti energie vibrazionali e queste energie entreranno in relazione con chi si introduce in questi luoghi, dando effetto ad uno scambio.

Questo scambio, tra persone e tra ambienti, può essere positivo e nutriente per il nostro campo aurico, oppure opprimente, intossicante, svuotante e in qualche modo destabilizzante.

Per questo motivo è fondamentale iniziare a sentire, percepire ed intuire, facendo leva su tutte le nostre facoltà e su una forte connessione nel centro personale di potere, con che tipo di energie stiamo entrando in relazione, per comprendere cosa stiamo introducendo nella nostra casa-corpo e di cosa ci stiamo nutrendo.

Tutto passa attraverso di sé. Attraverso una connessione profonda con il sé.

Uno sciamano dunque fa questo.

Si radica nel proprio Sé connesso, per sentire, percepire e comprendere le relazioni energetiche di scambio che avvengono al di fuori, imparando a gestirle, nutrendosi sapientemente di ciò che è positivo e salutare e respingendo con la sua forza interiore tutto ciò che è disarmonico, oppure, lasciandolo semplicemente passare attraverso, come un vento, una brezza, senza venirne in alcun modo sopraffatto.

7

FREQUENZE E GUARIGIONE

Vibrazione e frequenza sono l'Essenza stessa della vita.

Cito di seguito un testo di Josh Richardson.

*Tutto ciò che sei, sei stato e sarai non è che frequenza. E il tuo DNA è l'antenna finale.*

*Tutta la tua esistenza, tutta la materia, tutta la vita, tutte le esperienze, tutto deve la sua esistenza al mondo fisico della frequenza. Tutto, assolutamente tutto è frequenza. Non puoi avere una esperienza su questo pianeta senza averla attratta con la frequenza. Ogni emozione, incluso amore e odio, si armonizzano in una specifica frequenza. La salute è una frequenza, la malattia è una frequenza.*

*I tuoi organi sono sintonizzati su una specifica frequenza, come lo è tutto il tuo corpo, che risuona alla sua propria frequenza. Sei una sinfonia di frequenze, mentre ti proietti in questo universo e crei la tua realtà fisica. Sei un maestro della tua stessa energia, quindi sei in grado di controllare tutto ciò che sei, che fai, che vivi. Dal giorno in cui sei nato fino al giorno in cui morirai, nulla cambierà mai il fatto che sei sia un' emittente di frequenze che un ricevente, in un flusso con il tuo mondo interno e l'esterno.*

*Il DNA possiede due caratteristiche strutturali di antenne frattali: conduzione elettronica e auto- simmetria. La prima consente il movimento delle particelle, cariche elettricamente, all'interno del corpo e quel flusso produce la nostra forza vitale. La vita stessa, così come la conosciamo, è intrinsecamente intrecciata con le forme geometriche, dagli angoli dei legami atomici nelle molecole negli aminoacidi,*

*alle spirali elicoidali del DNA, al prototipo sferico della cellula, alle prime cellule di un organismo che assume forme tetraedriche e doppio tetraedriche, prima della diversificazione dei tessuti, delle diverse funzioni fisiologiche. Le molecole del nostro DNA, la cornea dei nostri occhi, i fiocchi di neve, le pigne, i petali dei fiori, i cristalli di diamante, i rami degli alberi, una conchiglia, la stella attorno cui ruotiamo, la galassia in cui giriamo a spirale, l'aria che respiriamo, tutte le forme di vita come le conosciamo, emergono dai codici geometrici eterni. Tutti i nostri corpi su questo pianeta si sono sviluppati con una progressione geometrica comune da una a due a quattro a otto e oltre cellule primarie.*

*L'universo è spazio vuoto per più del 99.999% . Tutte le cose fisiche sono fatte di atomi che sono per lo più spazio vuoto. Se il nucleo fosse della misura di una biglia, gli elettroni sarebbero granelli di polvere distanti mezzo miglio. Ogni cosa fisica ha tanto spazio vuoto dentro di sé, in cui c'è intelligenza e frequenza.*

*Quasi ovunque guardiamo, l'intelligenza minerale insita nelle strutture cristalline segue una geometrica risolutezza nella sua esattezza. Tutti i reticoli di cristalli, esprimono i principi di perfezione e ripetizione matematica di una essenza fondamentale, ognuna con un caratteristico spettro di risonanze, definite da angoli, lunghezze, orientamenti delle sue componenti atomiche*

*Le sezioni auree dei segmenti in un pentagramma (una stella a 5 punte) venivano considerate sacre da Platone e Pitagora nelle loro scuole misteriche. Si noti come ognuna delle sezioni maggiori (o inferiori) sia correlata alla proporzione del phi, cosicché si possano generare automaticamente serie di potenze di sezione aurea, elevate a quelle successivamente maggiori (o inferiori). Le proporzioni di Fibonacci appaiono nella ratio del numero di bracci della spirale delle margherite, nella cronologia delle popolazioni dei conigli, nella sequenza dello schema di una foglia*

*mentre si attorcigliano intorno al ramo ed in una miriade di luoghi in natura, dove sono all'opera schemi auto-generantisi.*

*La sequenza è la progressione razionale verso il numero irrazionale, inscritto nella sezione aurea della quintessenza. Il mondo e l'universo intorno a noi, sono colmi di geometria sacra e di sezione aurea. Dalle conchiglie al corpo umano, dal cosmo all'atomo, tutte le forme sono permeate di sagome che si trovano nella geometria sacra. Se da un lato le teorie della geometria sacra possono essere verificate matematicamente, dall'altro questo è anche un campo pieno di interesse per molte comunità religiose, che trovano che tutto ciò abbia per loro un profondo significato spirituale.*

*Anche molti scienziati, archeologi, matematici e molti ricercatori spirituali studiano la geometria sacra. Il genoma umano, è zeppo di almeno 4 milioni di "interruttori" genetici che risiedono in pezzettini di DNA, un tempo liquidati come "spazzatura" ma ora emerge che il DNA spazzatura gioca dei ruoli essenziali nel controllare il comportamento delle cellule, degli organi e di altri tessuti. La scoperta, considerata un grandissimo avanzamento scientifico e medico, ha delle enormi implicazioni per la salute e la coscienza umana, poiché molte malattie complesse sembrano essere causate da minuscoli cambiamenti in centinaia di interruttori genetici. Quando gli scienziati si sono immersi nella "spazzatura" – ovvero parti del DNA che non sono in realtà dei geni che contengono istruzioni per le proteine- hanno scoperto un sistema complesso che controlla i geni. Almeno l'80 per cento di questo DNA è attivo e necessario. Un altro 15-17 per cento ha funzioni superiori che gli scienziati stanno ancora decodificando.. La più parte delle molecole del corpo sono dei dipoli elettrici, che funzionano elettronicamente come trasduttori dato che sono in grado di trasformare onde acustiche in onde elettriche ed onde elettriche in onde acustiche.*

*Un numero di proteine di membrana e del DNA sono fatti di bobine, che possono consentire loro di funzionare come induttori. Tessuti biologici possono possedere proprietà superconduttive. Se certe proteine di membrana e il DNA effettivamente funzionano come induttori elettrici, possono far sì che le cellule, producano transitoriamente alti voltaggi elettrici. Le malattie croniche si verificano quando il voltaggio scende oltre un certo limite. Le cellule in questo caso non hanno più abbastanza energia per lavorare correttamente e così scende il contenuto di ossigeno nelle cellule, e si passa da un metabolismo aerobico (dove c'è disponibilità di ossigeno), ad un metabolismo anaerobico (l'ossigeno diminuisce).*

*Le proprietà naturali delle strutture biomolecolari consentono ai componenti della cellula e alle cellule integre, di oscillare ed interagire in modo risonante con altre cellule. Le cellule del corpo e i componenti cellulari hanno la capacità di funzionare come risonatori elettrici. Il prof. H. Frohlich ha predetto che l'oscillazione fondamentale nelle membrane cellulari, avviene a frequenze nell'ordine di 100 GHz e che i sistemi biologici hanno la capacità di creare ed utilizzare oscillazioni coerenti e rispondere ad oscillazioni esterne. Dato che le membrane cellulari sono fatte da materiale dielettrico, una cellula si comporterà come un risuonatore dielettrico e produrrà un campo elettromagnetico evanescente nello spazio intorno a sé. Questo campo non irradia energia, ma è in grado di interagire con sistemi simili.*

*Le applicazioni di certe frequenze a mezzo di dispositivi che generano frequenze, possono aumentare o interferire con la risonanza cellulare e le funzioni metaboliche ed elettriche della cellula. I cambiamenti nel grado di come è strutturata l'acqua in una cellula, influenzeranno le configurazioni e le proprietà liquide del cristallo di proteine, membrane cellulari e DNA. I tessuti sani hanno più acqua strutturata di quelli non sani. I clinici che riconoscono questo fatto, hanno trovato che certi tipi di musica, gli accordi, il canto, il diapason, le singing bowls, le acque magnetiche, certi tipi di generatori di frequenza, trattamenti di fototerapia e preparazioni*

omeopatiche, possono migliorare la struttura dell'acqua nei tessuti e la salute, laddove siano correttamente utilizzati. Le cellule del corpo sono fatte di materia, che a sua volta è fatta di atomi, che sono un misto di elettroni caricati negativamente e protoni caricati positivamente e neutroni, elettricamente neutri. Quando un elettrone viene costretto ad uscire dalla sua orbita, intorno al nucleo di un atomo, l'azione dell'elettrone è nota come elettricità. Un elettrone, un atomo o un materiale, con un eccesso di elettroni, ha carica negativa, Ci sono strutture multiple nelle cellule, che agiscono come componenti elettronici.

Se i tessuti biologici, e i componenti di tessuti biologici, possono ricevere, trasdurre e trasmettere vibrazioni elettriche, acustiche, magnetiche, meccaniche e termiche, allora questo può essere di aiuto nello spiegare i seguenti fenomeni: 1. le reazioni biologiche ad un disturbo atmosferico, elettromagnetico e ionico (macchie solari, temporali e terremoti). 2. le reazioni biologiche ai campi geomagnetici della terra e ai campi di Schumann. 3. le reazioni biologiche alla guarigione con imposizione delle mani (pranoterapia e simili) 4. le risposte biologiche a macchine che producono vibrazioni elettriche, magnetiche, fotoniche e acustiche (generatori di frequenza) 5. i dispositivi medici che intercettano, analizzano ed alterano i campi biologici elettromagnetici (il biofield- campo biologico). 6. In che modo tecniche come agopuntura, moxibustione e agopuntura laser (fotonica) possono tradursi in guarigione e movimento del Chi -energia [dalla medicina cinese] 7. In che modo il lavoro sul corpo, come il massaggio connettivale, il rolfing, la terapia fisica, la chiropratica possono favorire la guarigione 8. La comunicazione olografica 9. Come funziona la terapia neuronale 10. come funziona lo screening elettrodermico 11. Come alcuni individui hanno la capacità di sentire, interpretare e correggere le alterazioni nel campo biologico di un altro individuo. I campi elettrici hanno bisogno di essere misurati non solo come forti o deboli, ma anche come bassi o alti vettori di informazione. Il biofisico russo, nonché biologo molecolare Pjotr Garjajev ed i suoi

colleghi, hanno anche indagato il comportamento vibrazionale del DNA. Il risultato è stato: "I cromosomi vivi funzionano come computer olografici, ed usano la radiazione laser endogena del DNA" Questo significa che, per esempio, sono in grado di modulare certi schemi di frequenze su un raggio laser e con essi influenzare la frequenza del DNA e così la stessa informazione genetica.

Poiché... i campi elettrici convenzionalmente definiti termicamente forti, possono essere bassi in termini di contenuto informativo biologico e i campi elettrici convenzionalmente considerati termicamente deboli o non ionizzanti, possono avere un alto contenuto informativo, se esiste un appropriato equipaggiamento ricettivo nei tessuti biologici. I campi elettromagnetici sono: bioenergetici, bioinformativi, non-ionizzanti e non termici esercitano effetti biologici misurabili. I campi elettromagnetici deboli hanno effetti sugli organismi biologici, sui tessuti e sulle cellule che sono altamente specifiche sul piano della frequenza e la curva -dose risposta non è lineare. Poiché gli effetti di campi elettromagnetici deboli non sono lineari, campi in frequenza appropriata e finestre di ampiezza possono produrre ampi effetti, che possono essere benefici o dannosi. L'omeopatia è un esempio di uso di campo debole, con un effetto elettromagnetico benefico. Esempi di campi, del range di frequenza debole, dal contenuto informativo alto ma deboli termicamente, sono la luce visibile e il tocco di guarigione. I tessuti biologici hanno componenti elettronici che possono ricevere, trasdurre e trasmettere segnali elettronici deboli che sono in realtà al di sotto del rumore termico.

Gli organismi biologici usano campi elettromagnetici deboli (elettrici e fotonici) per comunicare con tutte le loro parti. Un campo elettrico può portare le informazioni attraverso fluttuazioni di frequenza ed ampiezza. Gli organismi biologici sono ologrammi. Gli organismi biologici sani, hanno campi biologici coerenti, mentre quelli non sani hanno disordini nel campo e segnali non integrati. Si dice che la frequenza e quindi la vibrazione è la variabile della dipendenza. L'onda della

*informazione genetica proveniente dal DNA, registrata all'interno delle polarizzazioni di fotoni collegati, essendo quanticamente non-locale, costituisce uno spettro di onde radio a banda larga, collegate per mezzo di polarizzazioni con i fotoni. Attualmente sul nostro pianeta c'è un grande scisma di pensiero, in merito alla frequenza di risonanza (resonant frequency).*

*Ci sono coloro che credono che sì, noi tutti vibriamo alla stessa frequenza, sia che si tratti del livello vibrazionale dei punti energetici o di quello del fegato. E molti fra questi sono persone che credono di avere compreso il valore vibrazionale dei vari organi, di altre parti del corpo e dei campi eterici, ed hanno costruito strumenti, creato macchine che riproiettano nel corpo, in qualche modo, la frequenza di risonanza corretta, per guarire da ciò che affligge. Poi ce ne sono altri che credono che siamo tutti esseri vibrazionali unici, che la frequenza dei nostri organi e dei sistemi del corpo può variare e non è la stessa. Resterà sempre comunque un fatto: che siamo uniti all'energia attraverso le frequenze.*

*Come interpretiamo l'universo e noi stessi, deriva dall'inafferrabile, ciò che gli scienziati continuano a trovare misterioso e intrigante. Fino a quando la ricerca non si dedicherà a comprendere come le frequenze influenzino tutta la nostra esistenza, quei misteri resteranno senza risposta.*

Da questo articolo che trovo personalmente prezioso ed esemplificativo della materia trattata, emerge come l'uomo, l'individuo umano, sia costituito da un sistema elettrico, che emana vibrazioni, in ogni organo, atomo, cellula, tessuto, ed elemento da cui è costituito, creando delle frequenze, che vanno ad allinearsi, per risonanza, su altre frequenze simili, poiché uno dei principi fondamentali dell'universo è che il simile attrae il suo simile a sé.

Possiamo dunque affermare, attraverso questi studi, che noi attraiamo esattamente ciò con cui entriamo in frequenza, che si tratti di persone, fatti, situazioni, malattie.

Ognuno di questi fattori vibra su una determinata frequenza.

Se mi sposto da quella determinata frequenza, su una frequenza diversa, la situazione in sé decade e lascia il posto a un qualcos'altro.

Questo *sistema elettrico uomo*, dunque, parrebbe potere attrarre a sé, in virtù di questi principi, situazioni, relazioni e connessioni, in funzione di quelli che sono gli input di partenza, cioè della sua emanazione, che da forma e luogo a tutto ciò che gli ruota intorno, creando un suo universo personale. Così ritorniamo ai principi esposti nei precedenti capitoli in cui micro e macrocosmo sono perfettamente speculari e potenzialmente l'uomo è creatore di vita, divenendo una ricetrasmittente che attira a sé e respinge, in base al suo personale libero arbitrio.

## 8

### LE PAROLE E LA FREQUENZA DEL SUONO

Nelle antiche tradizioni spirituali si riscontra una comune identificazione nella vibrazione sonora come origine di ogni cosa, ed in particolare si attribuisce al suono come Parola, il potere di creare. Il mantra (mantra: parola che libera la mente)

OHM è la Vibrazione Primordiale dell'Universo stesso e di tutta la Creazione.

Sia nell'antichità che in molte culture ancora oggi, il suono è o è stato un mezzo e un supporto fondamentale per il miglioramento dello stato di salute delle persone e per le pratiche spirituali.

Dall'Egitto antico in cui i sacerdoti usavano la voce per attivare i centri energetici del corpo, all'India con i mantra, al Tibet che oltre alla recitazione di canti utilizzano le campane, le flange e i carillon nelle loro pratiche spirituali, alla Grecia antica con le dissertazioni filosofiche di Platone e Pitagora, a tutte le varie forme di sciamanesimo sia nella zona della Mongolia, che nel nord e sud America o nei deserti Australiani con il canto armonico, il tamburo, i rattle, i sonagli, il dejeridoo, alle tradizioni rurali europee con strumenti particolari come lo scaccia pensieri e i canti tradizionali, in tutto il mondo ed in ogni epoca la vibrazione sonora ha avuto una importanza rilevante come mezzo di accesso a dimensioni spirituali, collettive, di guarigione e di preghiera per l'essere umano.

D'altronde il suono è tra tutte le forme di vibrazioni la più semplice da sperimentare per l'essere umano, che può addirittura crearla lui stesso con la voce.

Ecco così che anche la parola, come emanazione di un suono a cui conferiamo un certo intento, diviene una frequenza che può andare ad interagire con il nostro campo energetico e con quello degli altri.

Le parole creano la nostra realtà.

Con i nostri pensieri generiamo un'informazione precisa, con la parola gli diamo potere.

Mi vengo in mente i noti esperimenti del ricercatore Masaru Emoto, sulle memorie dell'acqua, in cui egli, sottoponendo dei cristalli di acqua all'influsso di alcune parole, ne rileva risultati sorprendentemente diversi. Parole come odio, rabbia, dolore, vengono interpretate dalla memoria dell'acqua con forme discontinue, spezzate, frammentarie, mentre sottoponendo l'acqua a parole di amore, compassione, gratitudine, le forme dei cristalli acquistano una straordinaria armonia, che richiama le geometrie sacre.

Se pensiamo che il nostro corpo umano è costituito per il settanta per cento di acqua, il modo in cui influiscono le nostre parole su noi stessi e sugli altri, ci dovrebbe indubbiamente portare a riflessione.

9

LA RADIESTESIA E LA PERCEZIONE DELLE ENERGIE SOTTILI

I fenomeni di vibrazione e frequenza, trovano applicazione pratica nella *radiestesia*, disciplina attraverso la quale andiamo ad indagare le frequenze che costituiscono un determinato corpo, derivanti dall'emanazione vibrazionale del suo nucleo, analizzandole e analizzando gli effetti che tali frequenze producono, nel corpo stesso e nella relazione del corpo con l'esterno, cioè nei due ambiti relazionali che abbiamo detto essere alla base di ciò che definisce l'affermazione di un individuo, all'interno di un ambiente.

Si parte dal presupposto che ogni elemento, animale, vegetale e minerale, vibra di una propria frequenza, definibile anche come "lunghezza d'onda", la cui misurazione è effettuabile con la tecnica radiestesica.

Il radiestesista si serve di alcuni strumenti, per rilevare le informazioni energetiche, che in genere sono il *pendolo* oppure il *biotensor*. Vediamoli nel dettaglio:

**PENDOLO**



Il pendolo è da sempre un oggetto circondato da un'aura di fascino e mistero.

Il suo impiego attraversa i secoli e le scienze tanto che personaggi illustri del calibro di Galileo Galilei e Jean Foucault lo resero uno strumento fondamentale per avallare le loro tesi sulla fisica.

Il movimento oscillatorio del pendolo è stato sfruttato dall'ingegno umano per numerose finalità: dall'invenzione di un particolare tipo di orologio alle tecniche per indurre in ipnosi, dalla dimostrazione scientifica della rotazione terrestre alla divinazione.

Il pendolo insomma è un oggetto antico e davvero versatile che esercita, attraverso la regolarità del suo moto, una seduzione particolare il chi lo osserva. L'unico requisito che un pendolo deve avere per potersi definire tale è di essere costituito da un filo e da un oggetto, di qualsivoglia forma e dimensione, fissato ad una delle due estremità.

Indipendentemente dal pendolo che si utilizza l'effetto sarà sempre il medesimo, tuttavia, in ambito esoterico, si crede che ogni oggetto sia dotato di una sua particolare energia e che influisca quindi sull'uomo in base anche al materiale di cui si compone.

## **Il pendolo in radiestesia**

La radiestesia è una tecnica antica che fa del pendolo uno strumento per conoscere profondamente se stessi e non solo. Attraverso di essa si entra in contatto con il proprio subconscio e si possono fare nuove scoperte sulla propria vita e su aspetti di sé che si ignoravano fino ad allora.

La radioestesia era in passato utilizzata per la predizione del futuro e per scopi divinatori ma fu impiegata anche per localizzare oggetti di varia natura nel terreno.

L'idea alla base di questa ricerca era che l'oggetto da trovare emanasse delle onde di risonanza captabili grazie all'uso del pendolo.

La radioestesia si fonda sull'idea che ogni oggetto emani energia e vibrazioni e che queste possano essere percepite e talvolta influenzate da oggetti particolari e potenti come il pendolo.

### **BIOTENSOR**



È uno strumento in legno o in metallo utilizzato per la pratica della radiestesia e della raddomanzia.

La sua conformazione allungata ricorda in parte quella di un pendolo. A differenza del pendolo tradizionale è però costituito da un'impugnatura e da un'asta rigida che termina infine con una punta a forma sferica o spiraliforme.

L'estremità può essere costituita anche da un cristallo volto ad amplificare la funzionalità di questo oggetto.

L'uso del biotensor, inventato nel secolo scorso dal radiestesista tedesco Josef Oberbach, è conosciuto e impiegato soprattutto dagli amanti delle pratiche esoteriche.

## **A cosa serve**

Il biotensor funziona in parte come un normale pendolo, ma rispetto a quest'ultimo è dotato di capacità ulteriori. Le sue funzioni sono molteplici: esso è ritenuto in grado di individuare la presenza di metalli nel terreno ma anche di sostanze di altro genere all'interno del corpo; è utilizzato anche per rilevare energie sottili, per valutare lo stato energetico delle pietre e per ricevere responsi di natura oracolare.

Il biotensor è impiegato anche per esaminare e preparare rimedi omeopatici oltre che per registrare e analizzare la vitalità energetica dei chakra. Il suo uso può essere quindi rivolto indistintamente allo studio degli oggetti, del cibo e a quello del corpo. Interpretando le oscillazioni di questo oggetto come riscontri affermativi o negativi si possono ricevere da esso specifiche risposte alle domande formulate.

La radiestesia infatti, che è il settore che maggiormente utilizza questo strumento, consiste in una serie di tecniche volte a captare le vibrazioni e le energie di persone e di oggetti. Il biotensor è concepito quindi come una sorta di antenna finalizzata a recepire le radiazioni e le frequenze energetiche fluttuanti nel mondo.

## **Come si usa**

L'utilizzo del biotensor è molto semplice. Basta infatti impugnarlo con la mano destra, preferibilmente con tutti i polpastrelli a contatto con il manico, e indirizzarlo verso la fonte che si desidera analizzare. Può essere tenuto sia in direzione parallela che perpendicolare rispetto al terreno e deve essere utilizzato preferibilmente senza alcuna persona nelle vicinanze.

Se lo si impiega per ricevere risposte affermativa o negative, dopo il processo di "taratura" in cui chi lo utilizza deciderà che tipo di interpretazioni dare alle oscillazioni, per esempio, oscillazione verticale, positiva e orizzontale negativa, oppure oscillazione rotatoria in senso orario, positiva, e via scorrendo.

## 10

### LA GUARIGIONE ENERGETICA COME CURA DEL CORPO E DELLO SPIRITO

Ho illustrato nei precedenti capitoli cosa si intenda per guarire attraverso l'energia, come è costituito il nostro corpo energetico umano, come entra in relazione con l'esterno e come possiamo indagare queste energie corporee ed eteriche attraverso alcune tecniche, come la radiestesia e gli strumenti di cui dispone.

Ora mi piacerebbe andare ad analizzare più in profondità quale è l'importanza che riveste la terapia energetica sulla cura dell'essere umano.

Nei tempi moderni, ormai in tutto il globo, è noto il termine "olos", olistico, di derivazione greca, ὅλος, che equivale come traduzione a "l'insieme di tutto", "la totalità".

E' su questa totalità, sull'insieme del tutto e sulla rilevanza di tutti gli aspetti, che si fonda la disciplina olistica, cioè una disciplina che prevede l'analisi non solo del corpo fisico, ma del corpo in tutto il suo insieme, fisico, energetico, emozionale, psichico. In questa analisi è opportuno non tralasciare alcun dettaglio. L'uomo, l'individuo, è unico nel suo genere ed in ogni suo aspetto e in tal modo deve essere considerato, come un Essere dalle molteplici sfaccettature che crea, nel suo insieme, un individuo perfetto a suo modo.

Nella guarigione energetica e olistica, non andiamo ad indagare la causa, ma andiamo ad osservare il sintomo.

Esiste un linguaggio sottile attraverso il quale il sintomo ci parla.

Citando la dott.ssa Gabriella Mereu, “Le nostre parole spiegano le nostre malattie”, penso che condivido poiché spesso ho notato, nei consulti con le persone, di ascoltare le spiegazioni dei loro disturbi e leggervi tra le righe le vere cause che stavano alla base.

Uno stesso sintomo, se ci predisponiamo nell’ascolto e nell’analisi, lasciando libera la persona di esprimersi secondo il suo sentire, viene descritto in modo diverso in funzione dell’esperienza del singolo individuo, di come egli la vive, delle emozioni che lascia emergere, del modo in cui i pensieri vengono formulati e dal tipo di reazione che ne scaturisce, fino a giungere, esaminando a ritroso, alla derivazione di origine di quel disturbo o disarmonia.

“Tutto parte dalla mente!”, si dice.

Ma io non so d’accordo. Tutto parte dalla mente, in associazione con cuore, sensazioni e Spirito.

Un pensiero, da solo, non ha il potere di modificare una realtà.

E’ per questo anche che molte filosofie new age sul potere di creare con la propria mente, falliscono miseramente nella sperimentazione pratica.

Il pensiero, per creare e modificare una realtà, sia in positivo che in negativo, deve essere sentito, spinto dalla forza di volontà ed in linea con i disegni spirituali e le leggi universali.

**11**

**LE LEGGI SPIRITUALI E KARMICHE**

Mi piacerebbe parlare del ciclo del karma, equiparando ad esso l'immagine di un cerchio; simbolo sacro ed esoterico che rappresenta la perfezione dell'Unità.

Molti pensano al karma sia come una sorta di punizione riparatrice, o come una legge di causa-effetto per la quale chi ha subito dei torti verrà ripagato e chi li ha commessi verrà punito. A me invece piace pensare al karma e al ciclo delle varie incarnazioni come ad un viaggio.

Non c'è nulla di "punitivo" nell'Universo.

Il viaggio dell'uomo, attraverso la sua evoluzione personale, procede per tappe, proprio come quando ci apprestiamo a raggiungere una destinazione, passando attraverso innumerevoli e svariati percorsi.

Immaginando di tracciare questo viaggio come un cerchio, ipotizzando che abbia come partenza un punto zero, e come arrivo lo stesso punto zero, possiamo giungere a vedere la conclusione del disegno karmico come ad una sublimazione delle esperienze acquisite in un progetto già scritto.

Perciò il karma in questa visione viene ripulito da una connotazione di punizione e ricompensa, ad assume più il sapore di un'esperienza già tracciata che noi stessi, nella nostra essenza di anime disincarnate in cammino, decidiamo di affrontare passando attraverso a sfide ed ostacoli che noi stessi disseminiamo sul nostro percorso, prima di incarnarci nella densità della materia, con lo scopo di crescere, apprendere ed evolvere.

Uscire da questo disegno è possibile, fino a un certo punto.

Tutto ciò che accade , accade per un motivo. Perciò molto spesso capita che nella vita di una persona si ripresentino situazioni simili, anche se si è cercato di evitarle. Questo ripresentarsi in genere non è davvero mai casuale. La situazione ritorna, perché la lezione non è stata appresa. Totalmente od in parte.

Questo è il meccanismo che regola la legge universale del karma.

Fino a quando non apprendo totalmente la lezione la rivivo.

Fino a quando non comprendo che causare del dolore all'altro, si ripercuote inevitabilmente su di me, poiché entrambi parte del Tutto, rivivo lo stesso dolore.

Perciò, nella mia personale lettura della legge causa effetto, non esiste un aguzzino, poiché tutti siamo aguzzini allo stesso modo verso qualcuno, in ambiti e situazioni diverse, fino a quando non comprendiamo che siamo noi la causa dei nostri stessi mali e tormenti. Non esiste nemmeno un buono ed un cattivo, poiché ognuno, ogni individuo, è artefice del suo destino e crea attraverso la sua emanazione energetica.

Secondo la logica equivalente nessuno è in credito verso la vita.

Conosco molte persone che si pongono nei confronti della vita come in una sorta di attesa di un qualcosa di dovuto.

Aspettando che la vita, l'Universo, Dio, conceda, ad un certo punto, la felicità agognata.

Ma se è vero che siamo il Macrocosmo nel Microcosmo, questa teoria inesorabilmente decade. Siamo noi e solo noi, gli artefici della nostra felicità ed infelicità, in funzione del modo in cui ci rapportiamo con ciò che accade all'esterno, che poi è ciò che abbiamo noi stessi scelto prima di venire al mondo.

In questa ottica la vita non è più un qualcosa che viene subito, ma è più una creazione individuale che si basa su una rea-azione, cioè sul modo in cui si reagisce e sul modo in cui ci si muove nel percorso tracciato.

## LA GUARIGIONE ENERGETICA seconda parte

### 1

#### VIAGGIO NEI CENTRI ENERGETICI CORPOREI

Il nostro corpo è energia. Energia all'interno di una struttura fisica costituita da materia.

Un corpo senza energia è privo di vita. L'energia priva di un corpo è evanescente, invisibile ed intangibile.

Affinché la nostra struttura corporea possa entrare in funzione e interagire in questo livello dimensionale, è necessario che siano presenti entrambi gli elementi:

materia + energia. Esattamente come per accendere una luce è necessario che ci sia una lampadina e la corrente elettrica che alimenta il flusso energetico.

All'interno della nostra struttura esistono alcuni punti di condensazione della materia, che definiamo organi, muscoli, apparato scheletrico, e alcuni punti di condensazione dell'energia, che definiamo *chakra*, i quali hanno ognuno una sua particolare emanazione e funzionalità.

Riporto in seguito un estratto riguardo le funzioni principali di ognuno di questi centri energetici.

Muladhara	Svadhistana	Manipura	Anahata	Vishudda	Ajna	Sahsrara
						
Perineo Surrenali Terra Lam "Io ho"	Addome inf. Gonadi Acqua Vam "Io posso"	Ombellico Pancreas Fuoco Ram "Io sento"	Cuore Timo Aria Yam "Io amo"	Gola Tiroide E tere Ham "Io parlo"	Terzo occhio Pineale Vista Om "Io vedo/so"	Fontanella Pituitaria Pensiero Om "Io sono"

## I sette chakra: nomi, significato, colori

I sette chakra possono essere paragonati ai trasformatori elettrici: raccolgono l'energia che scorre nel corpo, la lavorano e la trasformano, per poi ridistribuirli di nuovo.

Sono centri energetici dove scorre l'energia del nostro corpo.

Nelle tradizioni orientali, il corpo umano è composto da molti livelli di energia, sia fisici che "sottili". Nei testi sacri buddhisti ricorre il concetto per cui noi siamo creature con un corpo fisico - che usiamo per correre camminare, mangiare, stare al mondo -, ma la nostra esistenza non si esaurisce in questa evidente fisicità.

Abbiamo anche un corpo sottile chiamato "corpo di vajra" (vajrakōya),

regolato da flussi di energia sottile distribuiti lungo canali (nadi) e dentro centri energetici (chakra).

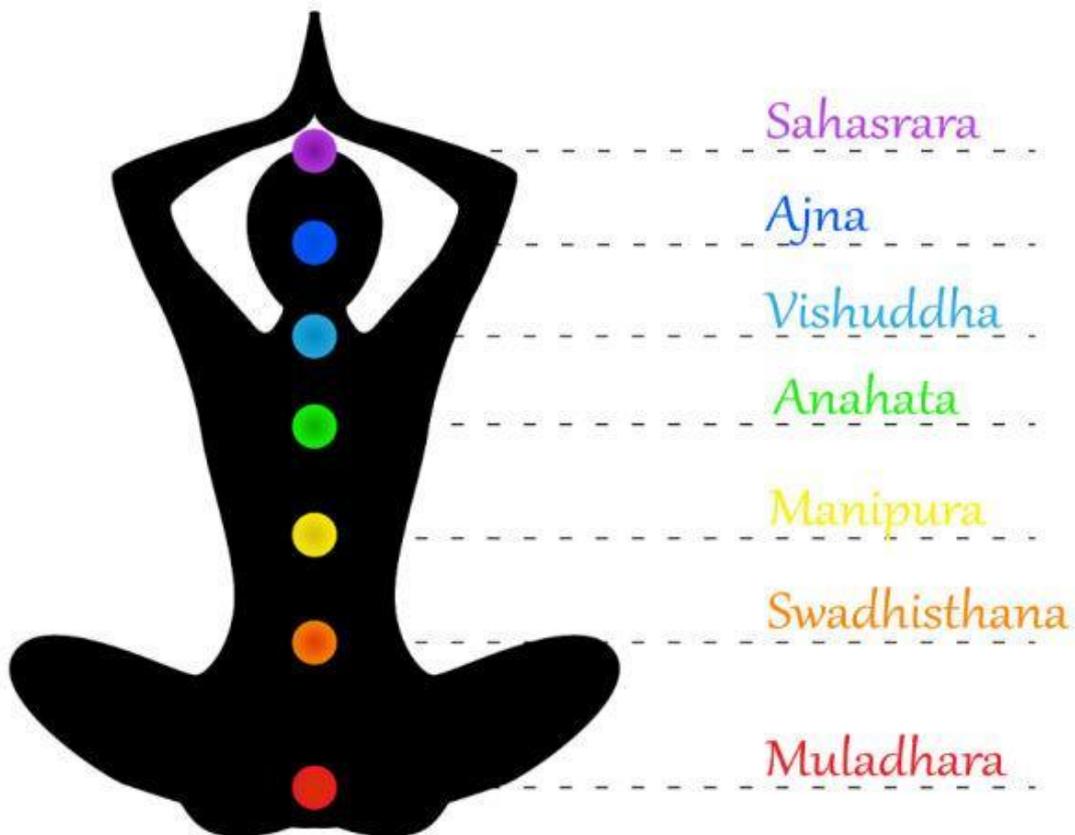
L'energia che si accumula nei chakra ci consente di avere un'attività intellettuale, emotiva e spirituale.

Aprire un chakra significa attivare il tipo di energia che si può sprigionare dal singolo centro. La meditazione, l'ascolto dell'altro, la vita stessa, le scelte che ci mette davanti, sono tutte vie attraverso cui un chakra può aprirsi.

Esiste anche una tecnica che consiste nel concentrarsi sul singolo chakra e visualizzare il colore associato; a ogni simbolo che identifica un chakra corrisponde infatti una tonalità cromatica precisa.

Quando sono sviluppati bene, i chakra rilasciano energia che diventa potere creativo, piacere sessuale, potenziamento delle proprie doti naturali.

Scopriamo il significato di ciascun chakra, leggendolo in chiave sia individuale che spirituale.



## **Muladhara, il chakra della terra**



Il primo chakra si trova alla base della spina dorsale, è associato alla sopravvivenza ed il suo colore è il rosso.

Le ghiandole associate a questo elemento sono le surrenali.

L'elemento di questo chakra è la terra che è lo stato più condensato della materia infatti è collegato alla parte solida del corpo come le ossa, i muscoli e l'intestino crasso (dove appunto passa la sostanza solida).

Non curare questo chakra e ignorarlo significa non mettere le basi della nostra crescita e senza il suo equilibrio saremo privi di radici.

Questo centro è responsabile del nostro radicamento, sia fisico perché è responsabile della salute delle gambe che figurativo perché se non siamo ben radicati rischiamo di vivere sulle nuvole.

Molte persone che non sanno cosa fare nella vita probabilmente hanno questo chakra squilibrato e non hanno ancora trovato le loro radici.

E' correlato alla paura che insorge ogni volta che ci sentiamo in qualche modo minacciati e la nostra sopravvivenza è messa a repentaglio.

Il senso associato è l'olfatto perché la terra è un elemento che percepiamo principalmente grazie a questo senso. Non si può infatti non sentire l'odore della terra durante una passeggiata in mezzo alla natura.

Se è troppo chiuso ci si sente insicuri, paurosi di perdere quello che abbiamo, non radicati, non centrati, con poca fiducia in se stessi.

Al contrario se troppo aperto si rischia di essere molto attaccati ai beni materiali, gelosi, senza nessun tipo di paura che a volte ci mette di fronte a grandi rischi.

### ***Svadhithana, il chakra dell'acqua***



*Svadhithana* è localizzato all'altezza del plesso sacrale e l'elemento di questo chakra è l'acqua.

Proprio da questo elemento derivano le caratteristiche di questo chakra in quanto è associato al movimento, al cambiamento, al flusso.

Infatti, se il primo chakra è responsabile del radicamento e di formare una base solida, il secondo ha lo scopo di lasciar fluire, lasciar andare, lasciar fluire.

Dal punto di vista fisiologico il secondo chakra regola tutti quei processi in cui sono coinvolti i liquidi come ad esempio la circolazione sanguigna, la produzione e l'eliminazione delle urine, la riproduzione e la sessualità.

Dal punto di vista comportamentale invece, *svadhisthana* influenza il piacere, la sessualità, le emozioni e anche le sensazioni.

Il colore di questo elemento è l'arancione e il senso associato è il gusto.

Se questo chakra è troppo aperto può causare una ricerca esasperata del piacere, non solo quello sessuale.

Se invece questo centro è troppo chiuso può sfociare in difficoltà nei rapporti con l'altro sesso, gelosia, paure, impotenza e anche frigidità.

### ***Manipura, il chakra del fuoco***



*Manipura* è il terzo chakra, si trova nel plesso solare ed è associato alla volontà e al potere.

A questo centro è associata l'energia, infatti è responsabile del metabolismo sia a livello macroscopico, che avviene nell'apparato digerente, che a livello microscopico che avviene nelle singole cellule.

Le ghiandole associate a manipura sono il pancreas e le surrenali infatti è importante per la digestione e per il buon funzionamento di tutti gli organi coinvolti in questo importante processo come fegato, stomaco e milza.

L'elemento di questo chakra è il fuoco che porta luce, calore, energia e potere.

Proprio come questo elemento trasforma la materia in luce e calore, il terzo chakra trasforma i primi due elementi più statici e passivi in energia che tende ad andare verso l'alto.

Lo scopo di questo chakra è la trasformazione di noi stessi grazie alla forza della volontà. E' proprio grazie a questa qualità che riusciamo a liberarci dagli schemi mentali, a cambiare, a abbracciare nuove abitudini e a muoverci verso qualcosa di nuovo.

Il colore di manipura è il giallo ed il senso ad esso correlato è la vista.

Se questo chakra è chiuso o bloccato si hanno problemi fisici principalmente all'apparato digerente e psichici relativi alla mancanza di forza di volontà, di autostima, di fiducia in se stessi e di indecisione.

Se invece manipura è troppo attivo si cerca a tutti i costi di ottenere potere, si ha troppa fiducia in se stessi, si sviluppa arroganza e si tende a non ascoltare gli altri.

### **Anahata, il chakra del cuore**



*Anahata* si trova a livello del cuore, al centro del petto ed è considerato come il centro di collegamento tra i chakra inferiori, più materiali, e quelli superiori, che invece sono più spirituali.

Questo chakra è quello che governa l'amore, ma è diverso da quello del secondo chakra.

L'amore di quest'ultimo è più sensuale, passionale ed è esterno perché è verso una persona, mentre quello del quarto chakra è puro, incondizionato e proviene dall'interno.

L'elemento di questo chakra è l'aria che rappresenta la leggerezza, la libertà e la freschezza.

I principali organi correlati a questo chakra sono i polmoni ed il cuore, infatti se squilibrato può dare origine a problemi di pressione, cardiaci e respiratori.

Dal punto di vista comportamentale invece è coinvolto nell'amore che si prova per gli altri ma anche per se stessi.

La ghiandola associata a questo chakra è il timo e il colore il verde.

Se è bloccato o troppo chiuso può sfociare in difficoltà nell'esprimere amore, nel manifestare affetto e nell'essere compassionevoli.

Se invece è troppo aperto si può sperimentare una sofferenza esagerata per gli altri o comunque per cose che non ci appartengono.

## **Visuddha, il chakra purificatore**



*Visuddha* in sanscrito significa purificazione, ecco perché è considerato il chakra purificatore.

E' anche chiamato il chakra della gola perché si trova nel collo e nelle spalle.

L'elemento legato a questo centro energetico è l'etere, lo spazio.

E' il più sottile degli elementi e possiamo percepire solo la sua manifestazione che avviene attraverso le vibrazioni.

Proprio per questo il senso associato a questo chakra è l'udito grazie al quale percepiamo l'etere che vibra.

Questo chakra è anche associato alla comunicazione, al modo di esprimersi e alla creatività.

La comunicazione infatti va oltre gli stati fisici della materia ed è resa possibile grazie all'etere, allo spazio e alle vibrazioni.

La ghiandole associate a questo chakra sono la tiroide e la paratiroide, perciò è coinvolto in tutti quei processi regolati da questa ghiandola come ad esempio la regolazione del calcio, il peso corpore, l'umore, la pigrizia, l'appetito, la stanchezza ed il sonno.

Visuddha è coinvolto anche nella salute della gola, del collo e dell'udito.

Il colore associato a questo chakra è l'azzurro.

Se questo chakra è bloccato o comunque funziona meno di quello che dovrebbe, tendiamo ad avere problemi con il nostro modo di esprimersi, la gente tende a non ascoltarci, la timidezza prende il sopravvento, abbiamo paura a dire la nostra opinione e siamo anche privi di creatività.

Mal di gola frequenti sono un segno che potrebbe esserci uno squilibrio a livello di questo chakra.

Se invece la sua attività è eccessiva tendiamo a parlare troppo e senza consapevolezza di quello che diciamo.

### **Ajna, il chakra della luce**



Il nome *ajna* in sanscrito significa comandare, percepire perciò questo è il chakra della percezione che a sua volta comanda anche.

Infatti, grazie a questo chakra, noi percepiamo il mondo esterno che si riflette in immagini interiori attraverso le quali noi percepiamo la nostra realtà e quindi in qualche modo siamo comandati da tutto questo.

E' localizzato nel centro della testa dietro la fronte e l'elemento associato a questo chakra è la luce attraverso la quale siamo in grado di vedere il mondo esterno.

E' anche chiamato il chakra del terzo occhio e si riferisce all'occhio della percezione che ci permette di vedere oltre la semplice realtà e ci mette di fronte alla verità.

Ajna chakra è correlato alla ghiandola pineale, detta anche epifisi, che è localizzata al centro della testa.

E' una ghiandola molto piccola ma anche molto importante perché produce la melatonina, un ormone fondamentale per la nostra salute che regola principalmente il sonno e la veglia ma che è coinvolto anche nella crescita, nel sistema immunitario e nella gestione dello stress.

Se questo chakra è squilibrato si fa fatica a fidarsi della propria intuizione, non si usa per niente l'immaginazione e si tende a fare delle scelte che spesso si rivelano sbagliate solo perché non abbiamo ascoltato il nostro intuito.

## 2

### LA FREQUENZA DEI COLORI

Se ad ognuno dei chakra può essere abbinato un determinato colore significa che ogni chakra vibra ad una frequenza diversa. Ogni colore difatti emana una propria frequenza e ad ogni frequenza di colore possiamo attribuire determinate caratteristiche energetiche.

Il rosso, ad esempio, è associato al sangue. Il sangue come fluido corporeo è quell'elemento che trasporta la vita, ma a livello più sottile il sangue, rappresenta anche la vitalità. Passione, forza vitale, concretezza, determinazione. Queste solo alcune delle qualità energetiche del rosso.

Ogni colore possiede caratteristiche che si possono associare sia alla componente materiale che alla componente spirituale, ed ogni essere, elemento, oggetto presente nel mondo emana una sua vibrazione in funzione anche del colore da cui è costituito.

Quando si esamina il corpo energetico di un individuo bisogna saper leggere tra le righe, per comprendere in che modo un disturbo si sta manifestando e su quale piano. La cromoterapia ci può essere di aiuto in tal senso.

Ecco quali sono le principali emanazioni di colore della scala cromatica e le loro associazioni più importanti.



### **Il significato e le proprietà del colore Rosso**

Il colore Rosso è simbolo del sangue e dell'energia vitale sia mentale che fisica. L'uso di questo colore aiuta a combattere le energie passive infondendo una straordinaria forza sia psichica e che motoria.

Abbinato al primo Chakra, questo colore simboleggia l'estroversione e la forza di volontà. Influenzando sul battito cardiaco e sulla pressione sanguigna stimola il nostro corpo accelerando i ritmi vitali. Il Rosso è quindi sinonimo di forte passionalità, di grande personalità e di fiducia in se stessi. Inoltre, questo colore stimola la creatività e aumenta le capacità di autoconservazione.

Chi preferisce il colore Rosso ha voglia di vincere e brama a posti di potere. E' una persona con grande energia che ama agire e mettersi sempre in competizione con il prossimo e, soprattutto, con se stesso.

Ha un carattere audace e desidera sempre colpire l'attenzione degli altri. I maggiori difetti di chi predilige il colore Rosso sono la presunzione, l'irascibilità e l'irrequietezza.

Chi rifugge dal colore Rosso è una persona irrequieta, spesso incapace di affrontare le difficoltà che la vita gli presenta. Quasi sempre defilato preferisce mandare avanti gli altri rimanendo così dietro le quinte senza il desiderio di essere protagonista. Prevalentemente stabile nelle scelte quotidiane tende spesso a intraprendere strade già battute e sicure invece di tentare l'avventura prendendo altri percorsi. Odia l'espansività altrui rifugiandosi così nella sua perenne introversione.

### **Il significato e le proprietà del colore Arancione**

Il colore Arancione è simbolo di armonia interiore, di creatività artistica e sessuale, di fiducia in se stessi e negli altri. Nello spettro luminoso si colloca tra il colore Rosso e il colore Giallo ed è abbinato al secondo Chakra. L'Arancione, simboleggia la comprensione, la saggezza, l'equilibrio e l'ambizione.

Questo colore, spesso associato alla salute del nostro corpo, agisce sulla nostra vitalità e su tutto quello che concerne l'assorbimento di ciò che si mangia. Il colore Arancione, inoltre, libera da sintomi depressivi aumentando la capacità di reagire alle avversità della vita in modo repentino ed efficace. Simbolo per eccellenza di fertilità, il colore Arancione stimola la circolazione del sangue. Inoltre, dà vitalità agli organi sessuali, sia maschili che femminili, favorendo la fecondità.

Le persone che prediligono l'Arancione manifestano una chiara vitalità ed energia: la preferenza per questo colore quindi, rende tali persone capaci di imprese fuori dal comune; imprese, comunque, sempre serene e ponderate.

Chi ama l'Arancione è anche una persona tendenzialmente ottimista e consapevole delle proprie capacità. Ripone, infatti, in se stesso, senza presunzione alcuna, una smisurata fiducia.

Ama con gioia e trasporto e generalmente si trova in perfetta armonia con tutto ciò che la circonda.

Chi rifiuta l'Arancione tende a controllare costantemente la propria emotività. Sovente trova difficoltà nel rapportarsi con il prossimo e, ove ci fosse un problema, è portato ad ingigantirlo credendo così di non essere in grado di risolverlo.

Chi rifugge dal color Arancione di solito non pondera le decisioni e agisce d'impulso. Questo modo di affrontare le situazioni, che in un primo momento può sembrare efficace per raggiungere grandi obiettivi, viene bloccato dalla tendenza al pessimismo insito a chi non ama questo colore. Trova molta difficoltà inoltre sia nella sfera sessuale che sentimentale. Non si abbandona mai del tutto con fiducia, delegando alla ragione qualsiasi tipo di mossa.

### **Il significato e le proprietà del colore Giallo**

Abbinato al terzo Chakra il colore Giallo è simbolo della luce del sole ma anche della conoscenza e dell'energia, sia dell'intelletto che nervosa. Il colore Giallo ha la capacità di regolare la frequenza del battito cardiaco e la pressione arteriosa.

Inoltre, questo colore agisce sul sistema digestivo e su quello epatico ma anche sulla vescica e la milza. I colori di tonalità gialla agiscono su diversi aspetti della nostra

personalità e attitudini: generalmente infatti favoriscono l'estroversione e la capacità di concentrazione.

Chi predilige il colore Giallo è una persona estroversa che accoglie con gioia le novità ed è solitamente dotata di una fervente immaginazione. Chi preferisce il colore Giallo manifesta una vitalità a fasi alterne con picchi più o meno alti.

Molto prolifico in fatto di idee che applica al mondo reale è soggetto anche a rapidi cambiamenti di fronte. Ha molte aspettative sul suo futuro e adora rinnovarsi e fare nuove esperienze. Tende spesso a cercare l'approvazione delle persone che lo circondano e fa il possibile perché sia ammirato. Inoltre soffre la solitudine.

Chi rifugge dal colore Giallo si sente spesso deluso nelle sue aspettative e poco stimato dalle persone che fanno parte della sua cerchia di conoscenze. Cade spesso nella trappola della poca fiducia nei suoi mezzi anche se questa lacuna può essere colmata anche solo accumulando di nuovo energia perduta.

### **Il significato e le proprietà del colore Verde**

Il colore Verde simboleggia la perseveranza e la conoscenza superiore. Associato al quarto Chakra, nello spettro della luce si colloca tra il Giallo e l'Azzurro. Questo colore emana senso di equilibrio, compassione e armonia; trasmette amore per tutto ciò che riguarda il regno naturale favorendo il giusto contatto con le leggi della natura e con il rispetto delle tradizioni.

Oltre ad avere un effetto calmante, questo colore infonde senso di giustizia e grandezza d'animo oltre a conferire tenacia e perseveranza nel seguire i propri progetti. Di contro, il Verde crea una sorta di resistenza ai cambiamenti. Risultato della combinazione dei colori Blu e Giallo, il Verde rappresenta anche la tensione, risultato del senso di quiete emanata dal blu e dell'energia infusa dal Giallo. Inoltre,

rappresenta l'energia accumulata non esternata portando, sovente, ad un eccessivo autocontrollo e bisogno di dominare sia le persone che gli eventi.

Chi predilige il colore Verde tende ad auto esaltarsi dando, spesso, la sensazione di sentirsi superiore al prossimo.

Inoltre, chi ama questo colore è caratterizzato dal continuo desiderio di fare bella figura e impressionare. Non accetta cambiamenti nei suoi modi di agire. Infatti, sentendosi il migliore, l'adattamento agli altri lo svilirebbe nella sua alta considerazione di sé. Conservatore e abitudinario, chi sceglie il Verde si sente spesso insicuro. Potrebbe, quindi, prova di fragilità nei confronti di se stesso.

Chi lo rifiuta, invece, è costantemente soffocato dalla morsa degli obblighi e si sente costretto a compiere azioni e fare ciò che non vuole. Spesso si sente frustrato perché crede di non essere all'altezza delle sue grandi aspettative.

### **Il significato e le proprietà del colore Azzurro**

Il colore Azzurro, collocato, nello spettro luminoso, tra il colore Verde e l'Indaco, è simbolo di comunicazione attraverso la creatività. Colore emblema della lealtà e dell'idealismo, trasmette senso di pacatezza.

Aiuta, quindi, sia nella meditazione che nell'estroversione. Inoltre stimola il sonno e favorisce i rapporti di diplomazia. Associato al quinto Chakra il colore Azzurro tende a favorire l'abbassamento della pressione arteriosa.

Chi ama l'Azzurro è portato ad avere un comportamento armonioso verso l'ambiente e le persone che lo circondano. Anche se non è mai soddisfatto

pienamente del mondo in cui vive ha piena fiducia nelle proprie capacità e trova nell'espressione artistica e psichica pieno appagamento.

Molto abile a far tesoro delle proprie esperienze, chi si avvicina all'Azzurro ha un'innata capacità di riflessione. Questa si esplica sia prima di una sua azione che dopo.

Capace di stringere legami molto profondi con le persone che ama, si fa coinvolgere molto frequentemente nella sfera psichica più che in quella fisica.

Chi rifiuta il colore Azzurro è tendenzialmente poco tollerante e poco accomodante. Reagisce, quindi, molto spesso con animosità ed ermetismo alle situazioni spiacevoli e poco soddisfacenti.

Incline ad essere aggressivo e iroso, se impossibilitato a sfogarsi o a scaricare la tensione accumulata, si rifugia nell'auto commiserazione. Chi rifugge l'Azzurro tende, tra le altre cose, a non imparare dai propri errori. Inoltre, trova molta difficoltà a stare solo con se stesso.

### **Il significato e le proprietà del colore Indaco**

Collocato tra l'Azzurro e il Viola nello spettro luminoso il colore Indaco è simbolo di spiritualità e risveglio interiore. Associato al sesto Chakra, l'Indaco agisce sui nostri sensi.

Ne aumenta il tono dell'umore in caso di malinconia o di leggeri stati depressivi. Il colore Indaco, inoltre, ha un forte potere rilassante e aiuta nelle pratiche meditative.

La persona che predilige l'Indaco tende a elevarsi e a guardare con occhio critico la realtà che la circonda. Questa tendenza fa in modo che la stessa realtà venga meglio

compresa per ottenere così un appagamento interiore che il mondo esteriore nega all'individuo.

Alla continua ricerca di armonia e affinità con le persone che lo circondano, chi ama l'Indaco può subire dei repentini attacchi di malinconia. Da questi ne può uscire captando emozioni e segnali positivi dal mondo esterno.

Al contrario, di chi si avvicina all'Indaco, chi lo rifiuta ha grandi difficoltà nel trovare armonia sia con le persone che lo circondano sia con l'ambiente in cui vive.

Facile preda di attacchi depressivi, dai quali trova grandi difficoltà ad uscire, la persona che rifugge l'Indaco, riflette in maniera caotica. In questo modo può rischiare di rimanere spesso impigliato nella rete dell'emotività.

Una delle tendenze principali di questi individui è quella di addossare ad altri la colpa di eventuali fallimenti o la causa del proprio malessere.

## **Il significato e le proprietà del colore Viola**

Nello spettro luminoso, il colore Viola è posizionato agli antipodi del Rosso e simboleggia l'attitudine a identificarsi con il prossimo. Abbinato al settimo Chakra evidenzia e accentua la parte emotiva dell'individuo rendendolo, di conseguenza, fragile e facilmente attaccabile.

Il colore Viola stimola il desiderio di avere un legame, sia fisico che emotivo, molto intenso con la persona amata. Questo colore accresce, inoltre, la capacità creativa e la fantasia inibendo, di contro, l'eccesso di razionalità. Questo colore ha la capacità di rendere la persona seducente ma, di contro, anche molto inquieta e suggestionabile.

Chi ama il colore Viola è pervaso dal forte desiderio di essere accettato e di piacere alle persone che lo circondano.

Di solito denota una predisposizione ad essere apprensivo e impacciato ma desidera anche essere compreso e che venga trattato con modi gentili. Chi predilige il Viola trova difficoltoso controllare il suo livello emozionale ma sa anche accantonare la troppa razionalità. Amante dell'arte in tutte le sue forme, adora le forti sensazioni che provengono dal contatto con l'ambiente e le persone.

Chi rifugge il colore Viola tende ad essere, in genere, diffidente ed esageratamente critico verso tutti. Fa della razionalità e della logica la sua arma in grado di proteggerlo da ogni tipo di stato emozionale. Rifugge, quindi, le sensazioni forti e si mette a riparo dal contatto con le persone e il mondo che lo circonda.

3

ATTIVAZIONE DI UN PROCESSO DI GUARIGIONE

*“Guarire è toccare con amore  
ciò che abbiamo precedentemente  
toccato con paura.”*

*(Stephen Levine)*

Ogni processo di guarigione parte dalla presa di consapevolezza di una propria dinamica interiore. Qualcosa nell'animo della persona sta inviando dei segnali, che il corpo traduce in sintomi.

Attivare un processo di guarigione significa entrare in profondità dentro di se, ed avviare un'analisi obiettiva e senza filtri. Guardare in faccia la propria realtà, senza mezzi termini, per comprendersi nel profondo e comprendere nel profondo cosa il proprio corpo sta tentando di comunicare.

Questo è l'unico modo in cui possiamo davvero accedere al linguaggio energetico che trasmette il nostro corpo. La metamedicina, parola formata dal prefisso greco “meta”, che significa “al di là” e dal sostantivo “medicina” che si riferisce all'insieme dei mezzi utilizzati per prevenire, guarire e alleviare le malattie, ci insegna, per esempio, come ogni sintomo corrisponda ad un messaggio.

Il nostro corpo energetico trasmette continuamente questi messaggi, sta a noi cercare di leggerli ed interpretarli nella maniera corretta.

Non tutti sono in grado di fare un'analisi obiettiva di se stessi, è più facile a volte dare la colpa al sintomo, cercando di rimuoverlo temporaneamente e

superficialmente, piuttosto che andare a scavare nella profondità del proprio animo per comprenderne quale sia la sua reale derivazione.

Per questo ho deciso di elaborare , in questo progetto, un trattamento individuale che ogni persona possa eseguire su se e per se stesso, che non entri tanto in merito al come andare a curare un processo già in atto, ma che porti ad un riequilibrio del proprio campo energetico, emozionale e spirituale, in modo che la persona entri nel suo spazio.

Solo quando l'ambiente in cui vogliamo accedere è pulito da interferenze, possiamo comprendere davvero cosa accade all'interno.

Tutto parte da un ascolto di sé, come evidenziavo all'inizio di questo elaborato: l'uomo ha sempre vissuto in connessione con sé e con i cicli della natura, in un forte e radicato rapporto con l'energia della Terra e degli elementi e di conseguenza nella piena consapevolezza di ciò che avviene al suo interno. Se perdiamo questa connessione, perdiamo anche la connessione con il nostro centro.

Per ritrovarla è indispensabile mettere in atto un processo di guarigione e riequilibrio del campo energetico, che ci permetta di fare pulizia di pensieri, blocchi, sensazioni, emozioni negative, e di tutto ciò che limita ed ostruisce la nostra percezione, per entrare "nell'ascolto".

**4**

**L'ASCOLTO DEL PROPRIO SE'**

Se non sono nel mio ascolto, non mi comprendo.

Non comprendo cosa accade in me ed intorno alla mia vita. Non comprendo le conseguenze delle mie azioni. Posso comprendermi fino in fondo quando comprendo in primis la mia natura , la mia anima , i miei desideri e dopo, solo successivamente, posso stilare un'analisi accurata di ciò che accade in me, evidenziandone le mancanze e le lacune.

Sono queste mancanze e lacune la causa della malattia, intesa come malessere.

Un individuo che è nel pieno del suo potere personale ed atto ad esprimersi nel realizzare il suo scopo, con la piena libertà di essere ciò che è e di agire nella realizzazione dei suoi più alti desideri e propositi, emana una vibrazione che è al di sopra qualunque malattia.

Entriamo del disequilibrio quando avvertiamo che dentro di noi c'è una voce che ci sta spingendo a fare altro. Quando sentiamo suonare un campanello di allarme, ma non ne comprendiamo il significato e per superficialità lo lasciamo suonare con indifferenza, togliendo l'ascolto da quell'avvertimento, isolandone il suono e sovrapponendoci altri pensieri .

E' un po' come mettere la polvere sotto al tappeto. Prima o poi, in un modo o nell'altro, andrà ripulita.

Per questo parlo dell'importanza dell'ascolto alla base di ogni processo di guarigione.

Il trattamento energetico di auto guarigione che ho elaborato è una procedura che consente alla persona di andare a rimuovere il silenziatore che è stato innescato, e cominciare ad ascoltare.

Quando mi ascolto ci deve essere neutralità, imparzialità.

Non posso ascoltare davvero e fino in fondo cosa si anima in me, se entro nella mia stanza interiore con già delle opinioni, ponendomi con l'atteggiamento di chi ha già effettuato una diagnosi e crede di conoscere a priori le cause e l'origine del suo malessere.

La mia mente dovrà, perciò, essere liberare dalle opinioni personali.

Chi osserva un tramonto si limita a goderne lo spettacolo, non si chiede da cosa nasce, perché esista o quale sia il suo scopo; semplicemente rimane nel silenzio e osserva.

## 5

### TRATTAMENTO DI AUTO GUARIGIONE

Partendo dall'ascolto del Sé, ed in virtù di tutte le informazioni riportare nel mio lavoro di ricerca ed approfondimento, ho deciso di elaborare un semplice e potente metodo di auto guarigione, basato sull'uso della parola come frequenza e atto a riportare in equilibrio tutti i sette principali centri energetici corporei.

#### **Procedura di inizio**

Entro nel mio "ascolto interiore".

Lascio che sia la mia anima a condurmi.

Abbasso le luci, chiudo gli occhi, e mi lascio guidare.

C'è una voce interiore che mi può guidare in ogni momento.

L'ascolto.

Forse ci sono delle parti del mio copro in cui percepisco della tensione. Porta la mia attenzione consapevole in quei punti, e lascio andare.

Forse ci sono dei pensieri di troppo che non mi stanno permettendo di lasciarmi del tutto andare all'ascolto di me stesso. Li osservo.

Mi metto per qualche istante nei panni di un osservatore che guarda al tramonto, ammirandone la perfezione e senza volerlo intaccare in nessun modo.

Semplicemente osservo.

Probabilmente il mio copro respirerà con più intensità ora.

Lascio che accada.

Non ho nulla da temere in questo contatto poiché sono costantemente protetto e poiché ogni cosa che vedo ed osservo giunge a me per il mio massimo bene supremo.

Lascio che la paura ceda il posto ad un senso di fiducia.

So che posso intraprendere questo viaggio nella mia interiorità, senza pormi nessun limite e nella piena consapevolezza di ciò che sono. Della mia natura umana ed al contempo divina.

### **Ascolto del corpo energetico**

Mi sono rilassato, ho lasciato andare ciò che era di troppo e mi sono connesso nella mia profondità.

Rimango in questa connessione e mi lascio guidare dal mio intuito.

Porto per un istante l'attenzione sul mio chakra di base, il chakra che vibra nel colore rosso e che si trova alla base della mia colonna vertebrale, la porta di accesso dell'energia della Terra nel mio campo vibrazionale.

Sento se ci sono delle tensioni, in questa area. Se ci sono le osservo, e le lascio andare. Con semplicità e con un intento forte e chiaro.

Forse c'è qualcosa che questo chakra mi vuole comunicare.

Resto in ascolto, fino a quando percepisco una parola, la prima parola che giunge nella mia mente, immaginando come se dal nucleo centrale di questo chakra fuoriesca una vibrazione che posso interpretare come suono o parola.

Scrivo su un foglio la parola che scaturisce dalla vibrazione di questo centro energetico. Solo una.

Non ha nessuna importanza , in questa fase di pura osservazione, che io giunga a conclusioni. Non mi metterò ad analizzare, né a cercare dei riscontri, ma mi limiterò ad essere un semplice osservatore neutrale.

E' fondamentale che io riesca a calarmi in questo ruolo, di semplice osservatore, e che ne mantenga viva l'intenzione per tutto il processo.

Trascritta la parola correlata al mio chakra primo chakra, mi riconnetto rapidamente di nuovo nella mia stanza energetica e vado a porre la mia attenzione sul secondo centro energetico, il mio chakra arancione, che posso visualizzare con il potere della mia mente come una sfera luminosa che comprende la mia pancia, quel punto che i giapponesi definiscono "hara", campo energetico vitale associato al "ventre" e sede delle mie emozioni.

Con lo stesso procedimento di prima, dopo avere eseguito qualche respiro per portare via l'energia di pensieri residui e sensazioni che potrebbero distrarmi dal mio essere un neutro osservato imparziale, anche qui mi collego all'energia del chakra. Ascolto e riascolto attentamente la sua emanazione, e la traduco in una nuova parola, che andrò a trascrivere sul foglio, in corrispondenza di questo punto.

Non ha nessuna importanza che le parole abbiano un'attinenza tra loro, ne che abbiano un'associazione positiva o negativa. Esse rappresentano la frequenza attuale sulla quale ogni centro di energia sta vibrando in questo momento.

Potrebbero essere sostantivi o aggettivi.

Riporto ciò che emerge e che passa attraverso la mia comprensione ed ispirazione, in un processo in cui la mente razionale viene momentaneamente messa da parte e ci si connette con la pura sensazione intuitiva ancestrale presente in ogni essere.

Ripeto l'operazione per tutti i punti energetici corporei.

Mi soffermo sul chakra giallo; e ascolto e osservo ciò che emana il sole energetico che è situato al centro del mio plesso solare.

Poi passo attraverso il centro del mio cuore , la sede dei miei sentimenti.

Potrebbero emergere paure. Potrei sentirmi trasportato da un ricordo, indirizzato ad un'area in particolare della mia vita. La traduco in una parola, e la trascrivo.

Ad ogni cambio di posizione, quando la mia attenzione si porrà sul chakra successivo, dovrò assicurarmi di liberarmi delle sensazioni legate al chakra precedente, facendo magari dei profondi respiri, per andare a resettare i pensieri legati all'energia emanata dal punto precedente.

Salgo su per il mio chakra della gola. Ascolto. Osservo come questo vortice energetico sta emanando una sua informazione, e la traduco.

Così anche per il mio terzo occhio, che governa la visione interiore e per il chakra corona, veicolo verso la mia connessione con il Divino.

Avrò a questo punto con me sette termini; ognuno di essi rappresenterà l'emanazione di ognuno dei miei centri energetici principali.

Come ho descritto nei capitoli precedenti, ogni parola corrisponde in realtà ad una determinata frequenza e il corpo umano è esso stesso costituito da energia, frequenza e vibrazione, in continua trasformazione ed espansione.

Se siamo energia e possediamo il potere di trasformarci ed evolvere continuamente, significa che possediamo anche il potere di modificare il nostro livello vibrazionale corporeo, inserendo al suo interno delle frequenze diverse, ed è quello che faremo.

Ritorno al mio foglio e alle parole/frequenze scaturite dall'ascolto del mio campo energetico vibrazionale.

Esamino le parole e ad ogni termine aggiungo un nuovo termine in sostituzione del precedente, che rappresenti , per me, l'opposto in positivo di un termine negativo, oppure , se si tratta già di un termine positivo , che vada ad amplificare il suo aspetto positivo.

Ad esempio:

Se ho rilevato nel mio chakra di base la parola "ANSIA", entro in ascolto, e cerco, non solo di individuare un contrario di questo termine, ma di individuare qual è la sensazione, la parola, il termine, l'aggettivo, che per me in quel momento rappresenta il rovescio della medaglia di "ANSIA".

Potrebbe essere per alcuno "CHIAREZZA", per qualcun'altro "PACE". E' un processo che passa attraverso una certa soggettività.

Nel caso in cui io non debba andare a compensare con un opposto, ma ad amplificare l'energia del chakra, cercherò invece un termine , uno solo, che rappresenti quella sensazione all'ennesima potenza.

Per esempio nel mio chakra del cuore potrebbe essere emerso il termine "LUCE".

Una sua amplificazione potrebbe essere "SPLENDORE".

Depennero le parole precedenti e terrò solo le successive.

I miei nuovi sette termini, rappresenteranno le nuove frequenze che dovrò andare ad immettere nel mio corpo energetico per riprogrammare e riequilibrare la vibrazione.

A questo punto procedo in questo modo. Mi riconnetto nella mia interiorità.

Con i palmi delle mani aperte, distanziati a circa venti centimetri, immagino, utilizzando il mio potere di visualizzazione, di tenere tra le mani una sfera luminosa.

Rimango in questa visualizzazione fino a quando percepirò bene la visione.

Immetterò nella mia sfera luminosa il primo termine e lo immetterò attraverso il potere del Mantra.

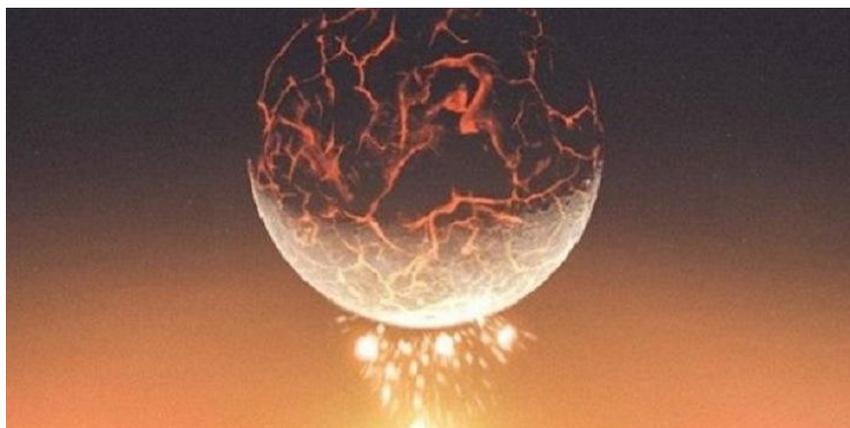
Con tutta la mia energia mi concentrerò su quel termine, ne sentirò la vibrazione, e ripetendolo più volte e in maniera continuata, ad alta voce o nella mia mente, immaginerò come se la vibrazione della parola che sto pronunciando compenetri la mia sfera e che essa venga completamente permeata dall'energia trasmessa da quel suono.

Quando ho la percezione che la mia sfera sia abbondantemente caricata con la nuova frequenza, vado ad immetterla nel mio chakra corrispondente, ponendo entrambe le mie mani sul mio corpo, all'altezza del chakra.

Resto in questa posizione fino a quando sento che la frequenza viene assorbita.

L'energia Universale passerà all'interno del mio chakra, arricchita della frequenza che avrò generato attraverso la mia sfera di luce.

Su ogni punto energetico procedo nello stesso modo, riprogrammando completamente il mio campo vibrazionale corporeo.



6

LA GIUSTA PREDISPOSIZIONE

*“Che tu creda di farcela o di non farcela avrai comunque ragione.”*

*Henry Ford*

Tutto ciò che crei nella tua vita deriva da ciò che pensi.

Quando andiamo a modificare un campo vibrazionale, inserendo nuove informazioni e come se andassimo a riprogrammare la memoria di un computer con nuovi input e, anche ciò che ruota intorno a noi e alla nostra vita sotto forma di eventi, situazioni, esperienze, relazioni, comincerà a mutare, cambiano forma e aspetto.

In questo auto trattamento di riequilibrio siamo andati a riprogrammare tutti e sette i nostri centri di potere inserendo nuove informazioni sotto forma di parole e mantra, quindi lavorando con le frequenze del suono.

Quando mi appresto ad eseguire un lavoro energetico di tipo dovrò innanzi tutto entrare nella giusta predisposizione d’animo ed attivare in me un intento preciso e forte.

L’intento sarà determinante.

Più il mio intento sarà chiaro, maggiore sarà il risultato che andrò ad ottenere nel mio auto trattamento di riequilibrio e , in genere, in ogni lavoro di guarigione energetica.

Cito di seguito un articolo che esprime bene, a mio parere, cosa si intenda con il termine “intento”.



*La forza dell'intento è un tema ricorrente e fondamentale nella cultura sciamanica di tutti i popoli indio-americani. Gli indios si riferiscono alla forza dell'intento come a qualcosa che non ha spiegazioni logiche ma solo risultati, una sorta di atto totale, che coinvolge tutto il nostro essere, le nostre emozioni, i nostri pensieri ed il nostro agire.*

*L'intento non è sicuramente qualcosa da capire a livello razionale, la mente cerca delle spiegazioni logiche che non trovano riscontro nelle parole spesso enigmatiche dei nativi. L'iter occidentale nei confronti di un'esperienza è quello di voler prima di tutto capire di cosa si tratta, quindi sentire se ci piace e poi se non ne abbiamo troppa paura, allora ci decidiamo a fare quell'esperienza. L'approccio sciamanico è diverso: prima faccio, mentre faccio percepisco e sento e poi, forse, capisco.*

*La visione più comune nei confronti dell'intento, è quella di credere che esso sia una sorta di atto di volontà all'ennesima potenza, l'espressione di una tenacia tale per cui niente e nessuno può essere in grado di mettersi fra noi ed il nostro obiettivo. Nei confronti della vita dovremmo allora essere come dei pitbull che quando azzannano*

*qualcosa, non lasciano andare mai la presa. Adottare l'attitudine del pitbull per raggiungere il nostro scopo, essere quindi degli accaniti lottatori che si affannano per raggiungere i loro scopi, non ha poi molto a che vedere con quello che gli sciamani definiscono come intento. L'intento non è qualcosa che noi facciamo puntando i piedi ed andando contro tutto e contro tutti pur di raggiungere l'obiettivo. In questo caso, quello che ci farebbe agire sarebbe solo il potere del nostro ego, un potere mentale, un falso potere.*

*La vita sa bene di cosa abbiamo bisogno, mettendoci di fronte a sfide che sono sempre delle opportunità per crescere e proseguire nel nostro cammino evolutivo.*

*Secondo la visione dei nativi l'intento non è qualcosa che necessariamente facciamo piuttosto qualcosa che dobbiamo contattare. E' una forza la cui provenienza deriva da una fonte universale, un'energia, un flusso di coscienza che potremmo chiamare Dio, Grande Spirito, Mistero o anche solo Vita. La forza del nostro intento si misura allora nella nostra capacità di abbandonarci ed affidarci a questo flusso, nella nostra volontà di consegnarci senza opporre resistenza, nella nostra flessibilità e soprattutto nell'accettazione totale del presente. Se davvero crediamo ad una fonte divina che tesse la vita, questa nostra esperienza così come la sua fonte, non può che essere perfetta. Il qui ed ora diventa quindi il miglior momento possibile, perfetto qualsiasi esso sia, sul piano evolutivo della nostra coscienza di anime in cammino. Questo non significa essere immuni dalla sofferenza sul piano fisico. Quando però ci si abbandona e si lascia l'intento agire attraverso di noi, ci si rende conto che tutto ciò che si manifesta nel mondo che conosciamo, proviene da qualcosa che sta al di là di questa realtà materiale. Tutto ha origine nel mare insondabile dell'invisibile, del mistero e dello spirito che circonda questa piccola isola che è il mondo che conosciamo.*

*Tutto ciò che esiste è quindi connesso attraverso la forza dell'intento ad una fonte divina. Per il solo fatto che noi esistiamo, potremmo dire di essere già connessi a questa fonte. La nostra difficoltà è quella di crederci, quella di pensare che sia possibile. Come umanità, potremmo dire che abbiamo dimenticato chi siamo e da dove veniamo. Questa fonte divina però è dentro di noi e si manifesta attraverso la nostra parte più saggia, nel maestro o come dicono gli andini, nell'Amauta che sta dentro di noi. Risvegliare la nostra coscienza significa riconoscere che questa energia divina sia dentro di noi, dentro tutta l'umanità. In questo modo sapremo fluire con la forza dell'intento senza opporre resistenza, godendo realmente della meraviglia e della bellezza infinita della vita, accettando e ringraziando ogni singolo istante come un dono, come un'opportunità, come una benedizione.*

*Prendendo esempio dallo scrittore americano Wayne Dyer, possiamo fare un parallelo fra ciò che hanno detto due personaggi illustri che hanno avuto molta influenza sulla cultura moderna. Sono due uomini molto diversi fra loro, il primo è l'antropologo e scrittore Carlos Castaneda, che negli anni '70 ha reso popolare lo sciamanesimo dei nativi americani, raccontando il suo apprendistato con lo stregone Don Juan Matus, il secondo è lo scienziato premio nobel per la fisica Max Plank, definito il padre della meccanica quantistica e considerato insieme ad Albert Einstein la mente scientifica più brillante del secolo scorso. Parliamo di due uomini in apparenza molto diversi, uno scrittore ed uno scienziato che però sembrano arrivare alle stesse conclusioni.*

*Carlos Castaneda parla dell'intento in questo modo: "Nell'universo c'è una forza non misurabile ed indescrivibile che coloro che vivono della fonte, (ovvero gli stregoni e gli sciamani) chiamano intento. Tutto quello che esiste nell'intero Cosmo è legato e connesso alla forza dell'intento".*

*Quindi per Castaneda tutto ciò che esiste nell'universo, viene generato da una fonte originale e legato tramite la forza dell'intento. Castaneda diceva che il compito degli stregoni era quello di pulire il vincolo che ci lega al campo perché più siamo in armonia con il flusso, più crescerà il nostro potere personale, fino a diventare capaci di curarci e di fare miracoli. Max Plank premio nobel per la fisica per le sue ricerche sull'atomo, è stato uno scienziato che ha dedicato tutta la sua vita allo studio ed alla ricerca, ideando la teoria dei quanti e della meccanica quantistica. A lui si deve tutta la nuova e rivoluzionaria visione delle fisica moderna che ha visto solo in quest'ultimo periodo, a 100 anni dalla sua scoperta, uno sviluppo incredibile a livello di letteratura. Quando a Plank consegnarono il nobel nel 1918 le sue parole furono: "Non esiste la materia come tale. Tutta la materia si origina e si mantiene in virtù della forza che produce la vibrazione delle particelle dell'atomo. Dobbiamo supporre che dietro questa forza esista una mente cosciente ed intelligente che è la matrice, l'origine di tutta la materia".*

*Plank afferma che l'unica spiegazione possibile è che quindi esista nel mondo spirituale, una matrice intelligente e divina capace di generare la vita e l'intero universo che conosciamo.*

*Sia Plank che Castaneda quindi parlano di un campo di energia, di una fonte o matrice divina che sarebbe l'origine di tutto. L'intento quindi sarebbe quella forza generata dalla fonte divina capace di tessere ogni singola emanazione in un'unica grande tela.*

*La forza dell'intento più grande, prende il nome di fede. Non ci stiamo riferendo ad una fede religiosa in particolare, ma alla certezza interiore di essere connessi con la fonte divina. Per attivare questa forza dobbiamo però accettare nella sua totalità il presente come vita, come flusso che si propone in ogni istante, perché non esiste vita al di fuori del presente. Il passato così come il futuro non esistono, se non nella*

*nostra mente. Il passato continua infatti ad esercitare la sua forza in virtù dei nostri ricordi che ci fanno rivivere quelle esperienze, mentre il futuro esiste solo come proiezione fantastica del presente. Queste realtà che potremmo definire virtuali, sono mantenute in vita solo dal dialogo interno del nostro ego. Sviluppare l'attenzione e la presenza al qui ed ora, come unico momento reale di vita, è il modo per riconnetterci alla fonte della vita stessa. Se riconosciamo infatti il presente come un'emanazione della fonte originale e divina, allora tutto è perfetto così com'è. Posso affidarmi, consegnarmi ed accettare con serenità qualsiasi cosa, anche un dolore perché tutto proviene dalla fonte. Questo non significa escludere la possibilità che il presente ci possa portare verso una sofferenza sul piano fisico. Come esseri incarnati in un corpo, siamo ovviamente soggetti ad esperienze che possono essere dolorose, come i traumi, le perdite, i fallimenti e tutto ciò a cui diamo un giudizio avverso. Se però usciamo dall'ottica puramente fisica ed entriamo in quella spirituale ci accorgiamo che non sono le situazioni in sé a farci soffrire ma è il modo in cui il nostro ego le giudica e le vive. In altri termini, il problema esiste solo nella nostra mente, nel nostro modo di vedere le cose, nel giudizio presente nei nostri pensieri. Ecco perché solo uscendo dall'ottica limitante dell'ego, qualsiasi esperienza, anche la più dolorosa, può trasformarsi in un salto evolutivo di coscienza.*

## 7

### LA PREPARAZIONE DELLA SALA E L'AMBIENTE IDEALE

Per eseguire l'auto trattamento di riequilibrio energetico in maniera corretta, consiglio, oltre a predisporci interiormente nel modo giusto e ad entrare in sintonia con il nostro intento "forte e chiaro", come abbiamo precisato nel precedente capitolo, di predisporre anche l'ambiente in cui ci troviamo nel modo più idoneo.

Innanzitutto potremmo partire dall'eseguire una pulizia energetica della stanza.

Brucerò degli incensi naturali, oppure delle erbe sciamaniche, o del Palo Santo, lasciando che i fumi scaturiti vadano a portare via ogni tipo di energia stagnante.

Anche in questa operazione sarà necessario lavorare con un intento preciso, poiché ogni gesto, fatto in maniera automatica o fatto con intento, porta a dei risultati ben differenti.

Mi assicurerò a questo punto che nessuno entri nella stanza mentre eseguo il mio trattamento, in modo da non venire disturbato.

Se lo desidero potrò creare un contesto rilassante, attivando un diffusore con degli oli essenziali puri, oppure inserendo anche della musica meditativa di sottofondo.

Dovrò essere rilassato, ma attivo.

Mi procurerò prima il materiale che mi serve, carta e penna, e mi metterò in una postura comoda, cominciando ad eseguire dei profondi respiri per rilassare il mio corpo e svuotare la mente.

Eseguo il mio auto trattamento di riequilibrio energetico con estrema calma, senza forzature, e prendendomi il tempo necessario per riflettere.

La mia tuttavia non dovrà essere un'analisi analitica, bensì puramente ispirata, perciò cercherò sempre di lasciare da parte ragionamenti troppo articolati, ponendo l'attenzione sulla mia interiorità.

Al termine di ogni auto trattamento, mi prenderò ancora qualche istante, ponendo l'attenzione sulla nuova energia che emanerà ora il mio corpo e restando in osservazione per verificare dei cambiamenti che, se vorrò, potrò anche annotare di volta in volta.

Non esiste un'indicazione precisa su quando e come eseguire questo lavoro energetico, il mio consiglio tuttavia è quello di sperimentarlo all'inizio per una volta alla settimana e di prestare attenzione, di volta in volta, ai cambiamenti che potrebbero verificarsi.

Consiglio inoltre, al termine di questo auto trattamento, come al termine di ogni lavoro energetico, di ringraziare l'Energia Universale che si è prestata a collaborare con noi.

*Io invece ringrazio personalmente l'Accademia Opera, per gli insegnamenti, per il supporto e per l'estrema professionalità dimostrata durante questo percorso insieme ed auguro ad ognuno una buona continuazione di vita.*

*Con affetto.*

*Alessandra*

**Fonti di spunto:**

Wikipedia;

scuolaermetica.it

lafenicepsicologia.it

sorgentenatura.it

[cure-naturali.it/](http://cure-naturali.it/)

ilgiardinodegliilluminati.it

amauta.it

benesserenelsuono.it