

ENERGIA E SENSAZIONI: ISTRUZIONI PER L'USO (I parte)

Di Gisella Cannarsa

Incontro sempre più spesso persone che mi chiedono come aumentare la loro frequenza energetica e che mi raccontano la comparsa di disturbi e percezioni “strani”.

Cominciamo con le frequenze personali.

Non è solo questione di “stare meglio”, in termini di salute fisica: aumentare la personale frequenza è il primo indiscutibile passo per disinnescare il processo di manipolazione mentale e a cui siamo sottoposti da anni, in modo sempre più pressante. Diminuisce, o impedisce, il deterioramento psicologico e l'annullamento dell'Essere.

Si parla spesso di “salto quantico”, di Cambiamento, e di Luce. Aumentare la frequenza individuale significa mettersi in una condizione ottimale per sfruttare al meglio tutte le potenzialità (qualità positive assopite) insite in ogni Essere e – come farebbe un “elettrone” stimolato dalla grande energia ricevuta - “salire di livello” (perdonatemi l'utilizzo di un esempio scientificamente non corretto, ma certamente comprensibili a chi ha una vecchia educazione scolastica).

Non si tratta solo di “cercare la Luce”, invocarla, ma di riuscire anche ad immagazzinarla per un tempo abbastanza lungo da permettere che ne derivino benefici stabili per voi stessi e possiate cederla per aiutare altri (tutto questo è essere dei Corpi di Luce).



Se il corpo e la mente non sono in grado di stoccare l'energia ricevuta, la disperdono in fretta e “casualmente”.

Non confondete l'energia fisica con la qualità della frequenza personale: una persona può essere molto forte, anche iperattiva, ma vibrare a bassa frequenza. Avere i muscoli per sollevare 100 chili e avere l'abitudine di maledire gli altri, è un esempio di bassa frequenza.

Il mondo in cui viviamo ci offre costanti occasioni per abbassare la frequenza individuale. Perché le persone con bassa frequenza sono manipolabili e ricattabili attraverso le loro debolezze.

Chi vibra in una bassa gamma di frequenze, risuona facilmente con quella della paura, percepisce i pensieri ossessivi degli altri e li fa suoi, perdendo la facoltà di analisi oggettiva, diventando sordo all'intuito e ipersensibile all'istinto di sopravvivenza.

La bassa frequenza aumenta l'intolleranza, l'aggressività, la rabbia. Incita le persone a maledire, a invidiare, a perdersi in competizioni inutili, a non ascoltare nemmeno se stessi, a rinunciare ai progetti, ai sogni e compiangersi.

Hai paura per la tua salute? Mentre vibri a bassa frequenza prenderai qualsiasi medicina, anche se ti dicono che uccide.

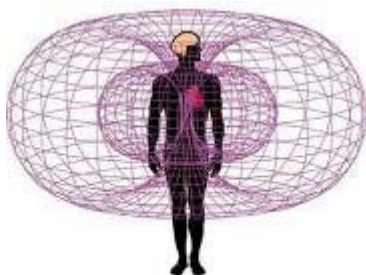
Ha paura di non fare il tuo dovere per la tua famiglia, hai paura di perdere tutto e hai energia con una bassa frequenza? Ti venderai anche le mutande, e perderai tutto, pur di obbedire alle leggi, sebbene le definisci ingiuste.

Hai paura di diventare povero e vivi una bassa frequenza? Vorrai credere che sei nato per soffrire, e non avrai la capacità di renderti conto che puoi trasgredire e vincere le tue ossessioni, scoprendo che non esistono.

Sono efficaci strumenti per abbassare le frequenze:

- HAARP, che emette frequenze con cui il cervello entra in sintonia.
- Le scie chimiche, che creano specchi di propagazione per HAARP e disseminano sostanze che aggrediscono il sistema immunitario.
- I vaccini, in cui i veicolanti “craccano”, come i virus informatici, le barriere organiche naturali.
- La maggior parte dei farmaci, che hanno la capacità di creare malattie più malattie di quelle che dovrebbero curare.
- L'inquinamento luminoso notturno, che contrasta la produzione di pinealina e la sua sincronizzazione con i ritmi del sonno e gli stati di coscienza legati ad esso.
- L'enorme campo di microonde (frequenze che favoriscono la morte), in cui siamo immersi notte e giorno.
- Le informazioni dei media, delle pubblicità, delle campagne “salute”, “progresso”, “finanza”, in cui nulla è lasciato al caso, per avere maggiore impatto (si chiama terrorismo psicologico).
- Le luci al neon, che aggrediscono la forza vitale e il sistema immunitario.
- I cibi (e bevande), industrialmente trasformati, pericolosamente additivati, geneticamente modificati.
- I cosmetici, ricchi di sostanze che facilitano l'assorbimento di metalli pesanti.
- La musica martellante e ripetitiva.
- L'acqua: quella dei rubinetti, privata della struttura organizzata che la rende vitale; e quella in bottiglia di plastica, che si arricchisce, nel suo viaggio fino alla nostra tavola, di informazioni sgradevoli.

La maggior parte di questi strumenti è diretta al campo elettromagnetico del cervello; una parte



lavora – in generale - su quello delle cellule del corpo. Nulla di tutto questo lavora direttamente sull'attività magnetica del cuore, il cui campo è molto più forte di quello del cervello, e in grado di contrastare molte interazioni dannose. Ma se tu ignori questo, e come te molto non lo sanno, ogni dolore e paura che crederai di provare, permetterà di indebolire un po' il tuo cuore e ti allontanerà dal potere di questo centro energetico sottile.

Aumentando la tua frequenza personale, acquisisci il controllo del pensiero, puoi riconoscere le emozioni e circoscriverne gli effetti, evitando azioni reattive.

Cambi punto di vista (ti stacchi dal solito modo di giudicare le cose).

Ti rendi conto della polarità di quello che dici, che fai e di quello che ti viene detto, raccontato, passato per “vero”! L'aumento della frequenza personale, riduce le debolezze intellettuali e comportamentali che rendono deboli, dipendenti e ricattabili.

Voglio quindi darti alcuni consigli. Non parlerò di meditazione o di preghiera. Perché possano essere applicati senza limiti, ho tralasciato volutamente tecniche e aggeggi vari. Chi dice “io uso la tecnica X”, o chi dice “io prendo i Sali Y”, si sta appoggiando a qualcosa (che forse vende, da cui dipende).

Anche io conosco tante tecniche e tante “mercanzie”. Alcune le ritengo valide e le uso, altre no. Ma il fatto è che occorre cominciare a lavorare con i propri mezzi, le proprie effettive capacità: sono insite in noi, e aspettano di essere sfoderate, come lucenti spade. Lascia da parte "gli attrezzi". Se continui a delegare qualcun altro (dio o il medico), o qualcos'altro (talismani, pastiglie, bibitoni, ecc) , senza il coinvolgimento intimo di te stesso, educazione del tuo pensiero, non ci sarà nessun miracolo.

Continuerai a fare quello che dicono da “decenni” le industrie di culto e quelle farmaceutiche, nonché le superstizioni, cioè escluderai te stesso dal processo del Cambiamento!

Non ti sto dicendo “non usare più nulla”, ma che “tutto quello che vuoi usare, funziona se trova in te il terreno adatto”. Esattamente come la manipolazione in corso. Cambia abitudini, cambia pensiero e cambierai i risultati.

Se alcuni consigli risuonano in te più di altri, comincia da quelli, ma non modificare in un colpo solo tutte le abitudini: potrebbe risultare faticoso e molto scoraggiante.

Al contrario, inserendo una o due novità alla volta, porti ad esse tutta l'attenzione e puoi percepire con chiarezza e soddisfazione i cambiamenti, nel corpo e nella mente. Non sono in ordine di efficacia o di importanza: quello dipende da te.

Infatti, quando avrai letto tutto, alcune indicazioni ti sembreranno inutili, oppure ovvie, sciocche o eccessive, forse perché toccano proprio una tua dipendenza o situazione intima, che giustifichi come una tua libertà di scelta o imposizione che sei costretto a subire. Sei sicuro che sia così?

1. Vivi consapevolmente la Gratitude. Non vergognarti di dire grazie, per qualsiasi cosa tu sei e hai. Impara ad apprezzare ogni piccolo fatto che è entrato nella tua vita, a non vederlo come un modo di accontentarti. Pian piano vivrai più facilmente la Gratitude e il suo effetto vitalizzante. Rancore, rabbia, paura, indeboliscono il tuo cuore.
2. Impara a sorridere e a ridere di più. Non aspettare un motivo importante e non sentirti sciocco, se lo fai. Non confonderli però con il sarcasmo e la beffa: il primo si fonda sulla tua rabbia, il secondo si nutre della debolezza di qualcuno, ed entrambi abbassano la frequenza della tua energia.
3. Mangia con la tv spenta. Mentre porti in te il cibo, non ingoiare anche le notizie di grave crisi, di guerra, di morte, di violenza o diventeranno il tuo sangue, entreranno nelle tue cellule, rendendoti meno sano e ipersensibile.
4. Mentre fai una cosa, ripetiti spesso cosa e perché lo stai facendo. E' un ottimo modo per non distrarti, rimanere presente ed educare la mente a non mentire.
5. Comincia la giornata sciacquando la bocca. Prima di ingerire il caffè o altro, porta via un po' delle scorie accumulate sulla lingua, sotto e vicino alle gengive. Sono prodotti di scarto e non è il caso di reintrodurli.
6. Fai riposare l'acqua del rubinetto, prima di berla: lasciala per un'ora in una brocca o bottiglia di vetro trasparente. Travasa l'acqua delle bottiglie di plastica in una brocca o bottiglia di vetro blu. Nel vetro blu puoi mettere anche l'acqua del rubinetto.
7. Almeno una volta al giorno porta attenzione al respiro: respira rendendoti conto che lo stai facendo. Permetti alla cassa toracica di espandersi, senti i muscoli che si attivano nel processo del respiro.
8. Almeno una volta al giorno muovi le articolazioni: collo, spalle, polsi, dita delle mani, ginocchia, caviglie, dita dei piedi, in sequenza. Se hai difficoltà per qualche parte, fatti aiutare. Ci vogliono pochi secondi per sgranchire ogni parte e favorire il flusso dell'energia, anziché bloccarlo. Se sei una mamma, fallo con i tuoi bimbi: è un gioco molto serio. Se ci

- sono persone anziane, in casa, aiutale a ripetere i movimenti, senza sforzo e spiega loro che non è un test di efficienza, ma una coccola.
9. Evita di alimentarti con qualsiasi cibo contenente monoglutammato di sodio (MSG- Mono sodium glutamate E621). Evita anche E620, E622, E623, E624, E625. Ingannano il gusto, la memoria e facilitano il mal di testa e alcune reazioni allergiche.
 10. Elimina dalla tua dispensa i prodotti che contengono i dolcificanti acesulfame K; aspartame; saccarina; sucralosio. Ingannano il pancreas e stimolano l'appetito e la dipendenza.
 11. Se proprio vuoi bere latte vaccino, cerca quello crudo. Niente UHT e pastorizzato, che eliminano sostanze importanti e favoriscono la fragilità della struttura ossea.
 12. Se non puoi fare a meno di mangiare carne, ricorda di ringraziare l'animale che è stato sacrificato per la tua fame, ed è nel tuo piatto. La gratitudine annienta molte influenze negative.
 13. Scegli la musica con molta attenzione: sei in grado di spiegare cosa provoca in te veramente, quella che dici piacerli? Sappi che se senti il bisogno di ascoltarla a volume molto alto, significa che la sua frequenza non ha un buon effetto su di te, non la stai "ascoltando", ma subendo.
 14. Evita di frequentare chi maledice, chi continua a esprimere invidia, chi si lamenta e vorrebbe cambiare gli altri, invece che se stesso. La loro bassa frequenza peggiorerebbe la qualità della tua.
 15. Quando ti senti inadeguato, perché le persone intorno a te giudicano le tue scelte e ti spingono a fare cose convenzionali, che non vuoi, lava spesso le mani e il viso, togliti le scarpe e posa le piante dei piedi a contatto con il pavimento.
 16. Quando si presenta una contrarietà, usa un facile semplice mantra: "è tutta un'illusione". Ripetilo molte volte, e considera che ci possono essere spiegazioni e soluzioni che la mente non è abituata a vedere. Permettiti di espandere il suo panorama!
 17. Se hai delle luci al neon, e puoi sostituirle, fallo in fretta.
 18. Dormi al buio, buio completo. Se non puoi spegnere tutto, nella camera, usa la mascherina, abbastanza grande da coprire la fronte.
 19. Rifiuta di vestire pellicce e pelli animali: porteresti addosso testimoni impregnati di vibrazioni di morte.
 20. Scegli prodotti non testati sugli animali: al discorso etico si affianca la realtà vibrazionale del prodotto. La sofferenza indotta in un Essere Vivente, lo impregna di orrore, dolore, paura.
 21. Non comprare detersivi e prodotti con antibatterico: gli antibatterici aiutano a spegnere il sistema immunitario.
 22. Evita di preoccuparti di non puzzare. Lavati senza esagerare: ricorda che i "sapone" moderni contengono i detersivi, sostanze che aggrediscono la pelle (che è il nostro involucro difensivo) e che i deodoranti a lungo effetto contengono alluminio: perché additare le scie chimiche, e poi spruzzarsi da soli certe sostanze?



Termina qui la **prima parte del report**. Pubblicherò successivamente la seconda parte, riferita ad alcune domande, comuni a sempre più persone.

Grazie dell'attenzione, Gisella



Puoi divulgare questo scritto, ma devi dichiarare sempre l'autore e la provenienza.

Non puoi modificarlo, estrapolarne parti, né venderlo: la distribuzione è gratuita.