

## **ENERGIA E SENSAZIONI: ISTRUZIONI PER L'USO (III parte)**

Eccoci di nuovo a parlare di energie, in questo Tempo.

Le aree della vostra vita che sembravano così solide e sicure (il lavoro, i rapporti, la religione) sono diventate volubili e incostanti. La vostra stessa identità sembra cambiare. Cercando di rimanere aggrappati alle vecchie certezze, forse molti di voi hanno fatto le seguenti, frustranti esperienze:

- Il lavoro o la professione per cui avete studiato e che vi aspettavate che durasse per sempre, all'improvviso non esiste più.
- Vi innamorate di una persona o di un'idea improbabile e, in un batter d'occhio, tutto ciò che pensavate e in cui credevate scompare. Alla luce di questa situazione improvvisa, ciò che eravate ieri è molto diverso da ciò che state diventando adesso.
- Vi svegliate al mattino attanagliati dall'urgenza di "farla finita". Non sapete con che cosa dovete farla finita, ma questa voce continua a mordervi alle caviglie come un cane. Qualcosa di sconosciuto vi sta chiamando e sapete che siete disposti ad attraversare oceani, continenti e persino livelli di realtà per scoprirlo.
- Siete molto preoccupati per le disparità dei nostri giorni, per il divario sempre più netto tra ricchi e poveri, opulenza privata e miseria collettiva. Ciò che è peggio, non riuscite a togliervi dalla testa l'idea che dovete fare qualcosa in prima persona per raddrizzare questa situazione.
- In ogni libro che leggete trovate qualcosa che vi riguarda. Le sincronicità abbondano. L'universo sta cercando di dirvi qualcosa e non potete più ignorare i suoi messaggi.
- La religione in cui siete cresciuti non vi soddisfa più, mentre altre tradizioni appartenenti ad altre culture vi parlano molto di più.

E' evidente che siete giunti alla fine di una strada. Un futuro ignoto vi aspetta. Ma la via si fa da sola, e solo in retrospettiva comprendiamo il significato dei cambiamenti e delle svolte.

Chiedetevi se siete disposti ad assumervi la responsabilità di creare il vostro futuro. Questo è il momento di agire. Gli uomini sono parzialmente responsabili della transizione in nuove realtà.

E' con i nostri pensieri e le nostre parole che creeremo questa realtà. Accettiamo questa sfida o preferiamo il disastro?

**La scelta è solo nostra.**

Nel primo report ti ho dato delle indicazioni molto semplici per aiutare un pochino l'aumento del tuo livello vibrazionale.

Può darsi che tu sia stupito perché non ho parlato della negatività di sigarette e alcol, o perché non ho consigliato di convertirsi ad una alimentazione vegetariana.

Ci sono due motivi, per cui non l'ho fatto.

Il primo è che ci sono abitudini che, per essere eliminate, richiedono motivazioni che risuonino profondamente con implicazioni personali che, il più delle volte, esulano dal concetto di "salute" e di "rispetto per gli animali". Ad ognuno, quindi, il suo momento.

Il secondo motivo è legato a qualcosa di cui parlerò in seguito.

Nel secondo report hai scoperto che, se stai vivendo cose strane, non stai impazzendo, non sei malato e che moltissime persone, come te, stanno vivendo tutto questo e molto altro, che il nostro cervello qualche volta si rifiuta di riconoscere.

**Per cooperare attivamente al recupero dell'armonia, sul nostro Pianeta, occorre cominciare proprio da se stessi.**

Come tutti, in questo periodo molto complesso, ti chiedi perché l'ostilità è in aumento, non solo nei comportamenti delle persone, ma addirittura nelle scelte dei governi: purtroppo non bastano più la sola meditazione e i cibi sani, a mantenerci obiettivamente centrati sull'insieme e in grado di preservare la nostra energia e mantenere un equilibrio stabile.

La perdita di equilibrio è ciò a cui il "sistema" ci spinge. Così stiamo vivendo:

- l'isolamento, che fa sentire ogni persona sola, indifesa
- il ricatto, che fa presa su ciò che ognuno di noi teme di perdere (la salute, il denaro, la famiglia).

Quando il sistema usa il metodo "colpisco uno per spaventarne molti", e i molti si sentono isolati, il risultato è assicurato (pensate alla Grecia, usata come vittima sacrificale per ricattare, ad esempio, gli italiani).

Una persona che si crede sola, vive più facilmente il senso di impotenza e nel ricatto si rassegna e si sottomette.

So, lo sento, che Tu, che stai leggendo, hai voglia e volontà per un Mondo diverso: umano e intessuto di sano buon senso.

Per questo devi sapere che ora più che mai, in questo 2012 tanto mormorato e temuto, è importante che continui a fare qualcosa per te, anche se ti sembra di non vedere risultati.

Anche se ti sembra che tutto peggiori, ogni giorno un po'.

**Osserva la tua paura, invece di subirla, perché così puoi vedere la realtà per migliorarla, non per scappare nell'illusione.**

I motivi per cui vedi le cose peggiorare ancora, e ancora, riguarda proprio le nostre vibrazioni: più aumentano, più riconosciamo le cose sgradevoli in cui siamo immersi: la menzogna, che ha una vibrazione piuttosto lenta, si distingue immediatamente.

Hai mai pensato che ... Non è il male che sta aumentando, ma la luce che evidenzia meglio il male?

Se riempi per anni oggetti in una stanza o un armadio, senza cura e riordino, e usi una lampadina di 40 watt, il giorno che la sostituisci con una di 100 watt comincerai a vedere il disordine e la polvere che non avevi notato, ignoravi esistessero.

Già...Lo sporco sarà evidente.

La tristezza che provi, e il pianto facile – anche senza nessuna apparente ragione – fanno parte di questo processo di evoluzione. Mentre aumentano le tue vibrazioni e ti purifichi, ti liberi del tuo passato, e ciò causa quella sensazione di tristezza, malinconia.

Se hai vissuto dei traslochi di casa, sai che il passaggio da una abitazione ad un'altra, per quanto desiderato, porta sempre a confrontarsi con i ricordi di quello che si è vissuto lì, nel bene e nel male. Ecco, vedi questo periodo come un trasloco...

Piangere, per quanto imbarazzante, aiuta a liberare la vecchia energia: non contrastare le lacrime.

Nel report del 28 ottobre 2011, ho parlato di questo periodo, fino a giugno 2012, come quello in cui il Karma cambia modo di palesarsi. Ora è evidente, non si può ignorare.

Siamo completamente immersi nel concetto di debito, di cui ci facciamo carico fin dalla nascita e prima ancora... debito pubblico, peccato originale... sacrificio... colpa...

Abbiamo accettato questi concetti, per fede ed obbedienza. Oggi ci stiamo rendendo conto che sono parole dietro le quali c'è illusione di realtà, resa potente e manifesta dalla forza della nostra mente.

Ora ti racconto una cosa: il signor Edward Bernays, nipote di Sigmund Freud, emigrò a New York alla fine del 1800 e divenne un famosissimo pubblicitario, fino ad essere chiamato "il patriarca della persuasione occulta": aveva compreso l'importanza dell'uso massiccio e spregiudicato dei media, che utilizzava per lanciare un prodotto, un candidato politico, per sensibilizzare la gente ad una causa, per uno scopo (pensate a convinzioni come "bisogna bere latte", "bisogna vaccinarsi contro l'influenza", "fumare sigarette è libertà per la donna": sono messaggi che sono stati inculcati con lo stesso sistema).

Bernays, in effetti, stava sfruttando una importante legge che regola energia e materia: la forza della mente di intere folle, in risonanza, crea nuove realtà, che il cervello accetta come tali ...

Molte comunicazioni, anche oggi, si basano su illusioni costruite e così molte ideologie diffuse (che coinvolgono milioni di persone che la pensano allo stesso modo): sono informazioni che sfruttano frequenze precise (le potremmo chiamare griglie di pensiero, eggregori, livelli dell'inconscio collettivo....).

Quando tu esci da quelle frequenze, elevando le tue vibrazioni, ti accorgi della loro vacuità, che non ti appartengono e tu non appartieni a loro!

### **Riprendiamoci l'Anima**

Chi ha compreso e sa usare la relazione causa→effetto, è padrone del suo percorso nell'esistenza, nella Vita, perché le sue azioni non sono ostacolate dal limite di un Tempo sequenziale (passato, presente, futuro).

Da tempo stiamo aumentando le nostre vibrazioni e così siamo passati da un mondo tridimensionale (lo Spazio fatto di lunghezza, larghezza, profondità), a cui eravamo abituati, in cui le cose apparivano in un certo modo e rispondevano ad alcune leggi fisiche, ad un mondo a quattro dimensioni (non solo più Spazio, ma questo in relazione al Tempo), in cui abbiamo avuto (e abbiamo ancora) grandi difficoltà per adattarci, non avendo chiaro come funziona.

Infatti spesso insistiamo nell'applicare ragionamenti e leggi fisiche della terza dimensione, con risultati disastrosi: è come voler seguire la tabella oraria dei treni regionali del 2000 per prendere un aereo nel 2012.

Continuando a migliorare il nostro livello vibratorio, la qualità delle nostre frequenze, lasciamo andare del tutto le vecchie leggi della terza dimensione, e cominciamo a mettere ordine a quello che ci appare come caos,

Quindi TU sai fare “miracoli”, ma non ci credi, perché qualcuno ti ha convinto che non puoi.

Le cose negative hanno potere perché glielo dai tu, accettando che “non può essere diversamente”.

Così le cose buone ti sembrano sempre fatte da qualcun altro, a cui sei invitato a dipendere.

Ricapitoliamo.

E' importante avere cura della propria qualità vibratoria per:

- non crederci isolati, e al contrario sentirci Uno con il Tutto;
- non sentirci impotenti, e nutrire invece le personali capacità, evidenti, meno evidenti e anche quelle che abbiamo avuto paura di riconoscere in noi, finora;
- smascherare ogni tentativo di manipolazione, togliendogli il potere emotivo di cui è carico;

- favorire il processo liberatorio dal passato.

Tanti credono che, per essere di aiuto, occorre fare cose eclatanti, tipo saper leggere l'aura o comunicare con le astronavi della 12° dimensione, leggere passato e futuro degli altri.

Altri sono convinti che il risveglio dell'Umanità trovi radici nel disappunto velenoso, copia-incollato su Facebook.

E poi c'è chi aspetta, rassegnato, che i politici del mondo intero si ravvedano ed esternino la loro coscienza, recuperata e corretta magicamente, come farebbe una fatina con la bacchetta magica.

L'aspetto più intrigante, entusiasmante, che opera l'aumento vibrazionale personale, è che tu puoi arrivare a non essere più preda di quanto ha – potenzialmente – il potere di aggredirti, di abbassare la tua frequenza, pian piano che impari a riconoscerlo e a non temerlo.

Pian piano che aumenti e stabilizzi la tua frequenza su valori crescenti, diventi più attento, sensibilmente attivo e percettivo, quindi meno attratto da ciò che può nuocerti e in grado di decidere quale barriera mettere tra te e quanto senti negativo. Pensi diversamente, sei più mirato nel tuo fare, meno distratto quando leggi, fai fruttare meglio il tuo tempo, perché cominci finalmente a gestire la tua energia.

Sto parlando di un vero e proprio allenamento alla CONSAPEVOLEZZA di quello a cui dai e non dai potere.

Ognuno ha bisogno di arrivare a riconoscere il suo atteggiamento interiore di “debolezza” e accettare il suo grado di “potere”.

I consigli aiutano ad allenarti: sostieni e sviluppa l'attenzione a quanto può avere effetto negativo su di te. Non per nutrire la paura, ma per generare una nuova consapevolezza con/di ciò che ti circonda.

Ti faccio un esempio.

Cammini in una strada molto pericolosa: è ignorandone i pericoli, che “ti salvi”?

“Uscirne illeso” per qualcuno sarebbe *fortuna*, per qualcuno *destino (o karma)*, per qualcuno *l'aiuto di un Angelo*. Ma queste interpretazioni escludono la tua diretta responsabilità in ciò che vivi.

Osserva: la strada “pericolosa” è la tua vita. Il “sistema”, in cui viviamo, vuole farti sentire in balia di qualcosa, di qualcun altro, negando che tu possa gestire ogni accadimento (hai mai contato le volte in cui le pubblicità parlano di “protezione”?).

Ti viene insegnato: *“sopporta, rassegnati, soffri, non ci puoi fare niente. Sei malato o ti ammalerai certamente, perché devi. Nel futuro, o dopo la morte, avrai una vita migliore”*.

Sei stato programmato per “avere fede” in qualcosa/qualcuno fuori di te (anche se l’avvento del messaggio cristico portava esattamente il concetto contrario), ma non “fiducia in te stesso”.

Buffo e diabolico al tempo stesso, vero?

Ora si tratta di questo: cambiare la tua visione di cosa sono i tuoi limiti.

Questo periodo di forti trasformazioni elettromagnetiche, può aiutarti con un ulteriore aumento di frequenza personale, se non lo temi.

Puoi diventare capace di evitare i pericoli, allenarti a superarli, sviluppare la capacità di neutralizzarli. Come?

Allenando la tua attenzione, diventando partecipe delle tue scelte, ogni giorno un po’. Non solo guardando alle cose eclatanti, ma ribaltando ogni abitudine, ogni frammento che si inserisce, senza attirare l’attenzione, nella tua vita.

Pensa a un guerriero. Non è esente da un attacco del nemico solo perché lo ignora. Né vive continuamente in atteggiamento difensivo (vestito di pesante corazza e scudo), perché sprecherebbe energie inutilmente. Un vero guerriero valuta il suo avversario, e non si vergogna di fuggire, se si rende conto che è troppo forte, rispetto a lui. Veste l’armatura quando è il momento per farlo.

Quindi il guerriero sviluppa il suo “centro interiore”, vivendo nella continua attenzione consapevole.

L’attenzione consapevole è quella che applichi quando ti chiedi:

**COSA STO FACENDO ORA?**

**COSA MI STA DICENDO QUESTA PERSONA, QUESTA NOTIZIA?**

**COSA SENTO MENTRE FACCIO QUESTA COSA?**

**E sai risponderti con molta precisione, subito.**

Mantieni alte le tue vibrazioni, aiutandoti all’inizio, con i consigli della prima parte (rileggili spesso, e scoprirai che qualcuno lo avevi dimenticato).

Recupererai buon umore e fiducia in te stesso. Anche chi cerca di isolarti e affossarti, non ti darà più fastidio, perché cambierete “livello”, i vostri spazi e il vostro tempo si separeranno (questo è un salto quantico).

Aumentando le tue vibrazioni e ti **pre**/occuperai sempre meno (non ci sono alte vibrazioni in pensieri del tpo: No, arriva la neve...; Oddio lo sciopero dei tir!; Ecco,

ci sarà una terribile eruzione solare; E se venisse il terremoto qui?; Finisco i soldi e poi?; E se mi lascia anche lei?), perché avrai la consapevolezza per VOLERE e per NOTARE tutte le opportunità che – altrimenti – non vedresti.

E avrai abbastanza energia da canalizzare verso le cose di cui – invece – è importante occuparsi, nel giusto momento.

Sai che ci sono persone che riescono a neutralizzare “alcune cose” negative, ma non riescono con tutto? Questo è comprensibile e può succedere ad ognuno di noi: stiamo scoprendo in noi caratteristiche che non avevamo mai considerato prima!

Per esempio alcune donne sopportano molto bene la luce del neon, ma temono come il diavolo gli effetti negativi degli anticoncezionali, di cui subiscono parecchi scompensi.

Alcuni padroneggiano le sigarette, ma si preoccupano moltissimo delle scie chimiche, a cui attribuiscono molti disturbi che provano.

Alcuni mangiano qualsiasi cosa, senza disturbi, ma insistono nel vaccinarsi, mettendo in dubbio il loro sistema immunitario, e puntualmente si ammalano.

Alcuni affermano di conoscere bene se stessi e di avere la giusta cura di sé, poi muoiono di paura pensando che erediteranno il tumore del padre.

Leggi delle contraddizioni, nelle scelte di queste persone? Sì, esatto!

Quindi allenati un pochino alla volta. Non sentirti limitato, incapace, inadeguato. Apprezza ogni tuo impegno e ridi ogni volta che pensi ad un fallimento. Le risate, fatte di cuore, alzano le vibrazioni personali.

Alzati dal letto ridendo! Sorridi grato, infilandoti nel letto, la sera.

Non avere fretta, allenati a tenere alta la tua energia, perché tu possa educare la tua mente ad analizzare diversamente tutto ciò con cui entra in contatto.

Allenati ad utilizzare l'energia di ciò che “potrebbe essere negativo” (l'energia dell'avversario), a tuo vantaggio. E' la tecnica dell'Aikido.

Ti passo due consigli finali.

1) Informati sui cibi che acidificano e basificano il sangue: dopo un certo valore, il pH acido del sangue diviene un messaggio recepito come il segnale che l'organismo è morto e che ogni suo componente deve essere disgregato.

E' un meccanismo naturale. Inutile prendere farmaci, quando si può regolare la propria salute attraverso ciò che si mangia.

Certamente anche l'alimentazione è dipendente da quanto sei consapevole del tuo potere di annientare quello che ti fa male. Ma finché non sei in grado di trasformare una brutta giornata in una bella, non cimentarti nel convincere il tuo sangue a cambiare pH!!!

Soprattutto se ti piace mangiare cose già pronte, sei più facilmente preda di scompensi metabolici.

2)Abracadabra!

La formuletta magica più famosa non è una invenzione di qualche cartone animato della Walt Disney.

ABRAQ AD HABRA è aramaico: significa “CREO QUELLO CHE DICO”.

Tu certamente sai che anche la scienza spiega, oggi, che creiamo la nostra realtà attraverso quello che diciamo: meraviglioso, vero?

Allora stai attento alle parole che scegli. Sempre.

Dire “stupido” a tuo figlio, dire “che cretino che sono”, affermare “siete delle merde”, ripetere “combatto”, è un ottimo modo per crearti una realtà sgradevole. Tutta tua.

Anche “farò, poi, vedrò, cercherò, proverò”, sono formule magiche per allontanare da te il presente. Se stai chiedendo benessere e salute, è il caso che impari a esprimerti, magicamente, nel qui e ora.

Pensaci: sei abituato a muoverti e pensare considerando il tuo spazio (di potere e di azione) come una realtà materiale. Solo così. Vedi ostacoli, pensi ostacoli, poni ostacoli.

Il mondo dell’energia non è così! E’ libero da spazio, distanze, tempo: “è”, e basta. E tu?

Spero di esserti stata di aiuto, e grazie per questo pessetto di strada fatto insieme, in tre tappe.

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.