



# *Il potere della fede* e la capacità di realizzarsi

*di Selene Calloni Williams*

gli insegnamenti di Carla, artista di fama internazionale, una figura realmente esistita che rappresenta il successo che è in ciascuno di noi. Il libro narra proprio una storia di successo e descrive anche un metodo che non parte però dall'io e non ha come fine il rinforzo delle categorie dell'io. È piuttosto un cammino dell'anima.

**Perché la fede è così importante.** Coltivare la fede è un atto immenso, poiché

accesce la capacità di amare. L'amore è l'ingrediente fondamentale della vera conoscenza e del successo. Bisogna coltivare la fede nell'esistenza di qualcosa di più alto: qualcosa oltre il pensiero e oltre la mente.

La fede è un dono con il quale si nasce: venire al mondo è un atto di fede, il mondo è un atto di fede. Ma poi si forma il pensiero e la sensazione che le cose esistano perché hanno cause in altre cose e non semplicemente perché tu ci credi. Allora la fede si stempera, a volte si perde. Bisogna comprendere l'importanza della fede e coltivarla. Se hai fede non ci sono obiettivi irraggiungibili, devi avere fede per evitare che questo mondo prenda possesso di te! La fede è una qualità dell'amore. Quando ami, hai fede.

**Una pratica per coltivare la fede in ciò che aspiri.** Uno degli esercizi per coltivare la fede che descrivo nel libro consiste nel **tacitare la mente** a mezzo di una parola o frase che frantumi tutte le altre, un solo suono che ripetendosi non lasci spazio ad altri suoni. Questo è il mantra. **Un mantra è una frase**, una parola, una sillaba, una

preghiera in cui si ha fede. Trova un mantra o una preghiera e ripetila. **Non un'affermazione che abbia un significato logico**, ma una frase poetica che porti in sé l'amore, la capacità di darsi, di spegnere la mente con il potere del cuore, per creare oltre la mente.

Affinché la ripetizione del mantra funzioni, **bisogna avere fede in ciò che sarà quando la mente sarà spenta e il controllo perduto**. Affidarsi al silenzio, al nulla che precede l'arrivo della luce. La luce può manifestarsi in molti modi: come luce chiara e calda, come idee, ispirazioni geniali, come fuoco creativo. Ripeti il tuo mantra, o la tua preghiera, più volte durante la giornata, ogni volta che te ne ricordi, qualsiasi cosa tu stia facendo. Ma, in particolare, ripetilo prima di addormentarti e al risveglio. Ripetilo quando hai paura, sei arrabbiato o triste, ma anche quando sei in pace e felice. Ogni volta, pensa di offrire te stesso al silenzio, al vuoto, al nulla, per svanire e creare oltre te stesso. Ripeti il mantra per arrivare al silenzio e al vuoto mentale. Il mantra è il veicolo dell'intenzione che tu hai nel corpo, la trasporta verso piani più elevati, la

potenzia, la conduce nel vuoto e la consegna alla luce dove la luce risponde.

L'amore risponde sempre all'amore. Senti che c'è nel tuo corpo un'intenzione, un'aspirazione che vibra. È la voglia di cambiare qualcosa, di lasciare un segno, il bisogno di esprimerti e di essere sentito. Associa quindi la tua intenzione, la tua aspirazione che vibra nel tuo corpo alla vibrazione di un mantra e inizia a darle eco. Gradualmente, lascia che si manifestino in te grandi visioni e non permettere alla tua mente di giudicarle. Allora, attraverso il tuo mantra, spegni i pensieri, fai il vuoto dentro la tua mente e abbi fede. In breve la tua intenzione si realizzerà, a gradi d'intensità sempre crescenti. \*

