

EticaMente

La Cura dell' Anima

La Formula Di Pacificazione Delle Emozioni Per Sbloccare Qualsiasi Situazione



**La Formula Di Pacificazione Delle
Emozioni Per Sbloccare Qualsiasi
Situazione**

I miei corsi di yoga sono frequentati quasi esclusivamente da donne. Donne che ho accompagnato durante la propria gravidanza, ma anche donne che mi hanno confidato di desiderare tanto un bambino che però stenta ad arrivare.

Secondo alcuni dati, a circa il 15% delle coppie, che richiede accertamenti per capire perché non riescano ad avere un figlio, viene diagnosticata una infertilità idiopatica, cioè senza cause precise. Io credo fermamente che ci sia un motivo per tutto e che se imparassimo ad accogliere e ad interrogare le difficoltà che incontriamo, come se fossero dei messaggeri anziché dei nemici, potremmo capire il senso di quello che stiamo attirando.

La consapevolezza è una sorgente di energia fortissima che può indebolire o addirittura eliminare molti ostacoli.



Come sanno le mie allieve noi non abbiamo solo un corpo fisico, ma anche dei corpi energetici, tutti in relazione tra di loro.

Tutte le diagnosi mediche riguardano il corpo fisico che è il più conosciuto, il più tangibile e il più “denso”, è quello con la vibrazione più lenta, ma anche l’unico che si può percepire con i cinque sensi. A volte ci possono essere dei fattori puramente meccanici che impediscono il funzionamento corretto degli organi riproduttivi come cicatrici, aderenze, fratture pregresse o traumi che un bravo osteopata può trattare.

Ma ricordiamoci che ogni scompenso a livello fisico è collegato a scompensi energetici di altri corpi.

Il corpo eterico, o aura è quello che avvolge immediatamente il corpo fisico e le disfunzioni sono sovrapponibili.

Il corpo astrale invece registra principalmente le emozioni.

Come spiega *Diego Giaini*: “Cause emotive, anche rimosse, legate ad eventuali percezioni di difficoltà che possono insorgere nel mettere su famiglia, nell’aver figli, nell’essere padre o madre, influenzano direttamente il funzionamento dei chakra nella funzione riproduttiva. Per fare un esempio immaginiamo una persona che ha visto la madre soffrire molto perché, quando ha partorito, il marito l’ha lasciata. Questa informazione può venire registrata e può creare una “forma pensiero”, un agglomerato di emozioni sotto forma di frequenza emozionale. Se quel dolore viene tradotto e percepito con “se faccio un figlio rimango da solo/a e il partner mi lascia” l’input può portare infertilità. Questa è una delle “forme pensiero” che si possono costruire nella vita. Il corpo mentale, poi, è legato principalmente alla formulazione dei pensieri. Il blocco è simile a quello descritto precedentemente, perché pensieri ed emozioni molto spesso agiscono sinergicamente nella formazione di “forme pensiero”. Un altro esempio: se per una vita si è sentito dire dai propri genitori che avere figli è una grande fatica, in maniera più o meno colorita, questo input potrebbe sedimentarsi sul corpo mentale come “forma pensiero” e creare un blocco nelle funzioni riproduttive. Arrivando al “corpo causale” dobbiamo parlare anche dei blocchi energetici della fertilità che possono avere cause non legate alla vita attuale della persona, ma essere “ereditate”. E’ possibile che alcuni temi importanti che non sono giunti a completa elaborazione e soluzione all’interno della famiglia si ripresentino nelle generazioni successive. L’equilibrio energetico della famiglia non si chiude con la morte dei membri, niente si crea e niente si distrugge, quindi alcune questioni importanti irrisolte potrebbero ripresentarsi nelle generazioni successive. Per esempio: immaginiamo una donna che è morta di parto e tutto ciò che questo lutto comporta. Questa tragedia potrebbe aver creato una “forma pensiero” familiare, una stasi energetica, uno shock familiare etc. Magari i figli di questa donna riescono a procreare, ma questo tema, questo lutto, potrebbe presentarsi nella generazione dei nipoti o dei bisnipoti con un problema di infertilità perché “avere figli significa morire”.

Poco tempo fa ho proposto ai miei allievi una pratica, che viene dallo *yoga sciamanico*, “**La formula di pacificazione delle emozioni**”, che consiste nell’individuare e nel “mettersi di fronte” all’immagine di un evento che ci provoca forti emozioni negative al punto dal bloccarci o da impedirci di fare qualcosa che vorremmo tanto.



I risultati sono stati sorprendenti: c'è chi ha ottenuto quello che desiderava da tempo la sera stessa, chi nel giro di una settimana o entro il mese. Qualcuno ha trovato casa, qualcuno ha cambiato lavoro, una ragazza si è innamorata e un'altra che cercava un bimbo da qualche anno è riuscita a concepire. C'è chi continua a praticarla e vede la propria vita modificarsi ogni giorno.

Per questo ho deciso di scrivere questo articolo e di proporla anche a voi. Ovviamente ci sono immagini e immagini. Serve coraggio a stare di fronte all'immagine di un tradimento, di un sopruso, di una violenza, di un lutto o di un abbandono. Il segreto è accogliere quell'immagine come se fosse un messaggero e non un nemico, assumendo una postura capace di farti sentire un re o una regina che vuole accrescere il suo regno, tenere la schiena dritta e lo sguardo all'infinito, senza mettere a fuoco ciò che vediamo.

Pratica

Come consiglia Selene Calloni Williams:

“Visualizza nel punto mistico, che è una spanna sopra la tua testa e una spanna più avanti rispetto alla tua fronte, una stella a cinque punte e chiedi all'immagine di entrare nella stella. Quando l'immagine è dentro la stella, inizia a ripetere: “Ti benedico! Ti ringrazio! Ti perdono! Ti amo! Credo in te!”.

Questa è la cosiddetta “formula psichica pentacolare” o “formula di pacificazione delle immagini.” Grazie a questa formula tutte le immagini “adirate” possono essere “pacificate”. La formula va scritta sulle cinque punte della stella a caratteri bianchi e luminosi. Perciò immagina di scrivere sulla punta più alta della stella la formula “Ti benedico!” su quella di destra “Ti ringrazio!” sulla successiva “Ti perdono!” sulla seguente “Ti amo!” e sull'ultima “Credo in te!”.

Pacificare un'immagine adirata significa smettere di analizzare, giudicare e semplicemente accogliere e amare. Fai particolare attenzione al *perdono*. Incolpare qualcuno di qualcosa è rimanere nella legge della causa e dell'effetto, continuare ad essere prigionieri del tempo.

Il perdono libera dalla gabbia.

Le immagini del tuo cosiddetto passato non sono accadute un tempo, ma ti accadono ora, e proprio adesso ne puoi cambiare l'aspetto, ma poiché esse sono nei tuoi occhi, per cambiare il loro aspetto devi trasformare il tuo sguardo. Guarda con amore alle immagini del tuo passato ed esse cesseranno di tormentarti. **Qualsiasi demone, se amato, può trasformarsi nel tuo più potente alleato.**

Ci sono immagini che per essere fronteggiate, evocate e sostenute, richiedono coraggio. Trova la forza di porti davanti agli eventi che vorresti non fossero mai accaduti e semplicemente accoglili, amali. Se trovi persino la forza di dire ad essi: "Credo in te!", il tuo mondo immaginale cambierà profondamente.

L'uso del pentacolo è una vera e propria magia. Le immagini pacificate non sono più legate ad altre immagini da rapporti di causa ed effetto. I rapporti di causa ed effetto si nutrono del senso del bene e del male, del vero e del falso, del giusto e dello sbagliato, del giudizio discriminatorio della mente. Quando un'immagine è totalmente accolta, non porta più in sé né colpe né meriti, è una forza pura che contiene l'universo, un attimo che porta in sé l'eternità. La pacificazione delle immagini a mezzo dell'utilizzo del pentacolo le solleva dal legame di causa effetto che le vincola a dipendere da altre immagini e le restituisce alla loro reale natura che è divina.

Allora le immagini cesseranno di essere persecutorie, divengono pure fonti di forza e potenti alleati."

Per me il concepimento è un atto pieno di magia, è un temporale, è la luce di un lampo, nuvole che corrono veloci, capaci di assumere qualsiasi forma e poi un arcobaleno sul quale l'anima del futuro figlio può scivolare fino a raggiungere mamma e papà pronti ad accoglierlo in tutto quello che nascerà per essere.

Mi piace pensare che ogni anima, prima di nascere, abbia un progetto e una serie di esperienze più o meno forti, difficili, ma comunque importanti e fondamentali che vorrebbe fare, e, in base a quelle, scelga i genitori e la famiglia più adatti per lei.

E che prima del concepimento le anime del bimbo che si sta per incarnare e quella degli eventuali futuri genitori si parlino, in modo che ciascuno conosca gli interessi, i desideri, gli obiettivi degli altri, ma anche le qualità, le potenzialità, i limiti, quello che hanno da insegnare, e quello che vogliono imparare, fino a comporre la famiglia giusta al momento giusto.

Perché magari finché la futura madre, o il futuro padre non fanno una certa esperienza o superano una determinata paura, non possono incastrarsi perfettamente con un figlio specifico.

Sono convinta che tutto quello che ci accade, anche la cosa più brutta, e impegnativa, sia il frutto di una scelta fatta dalla nostra anima per realizzare un progetto così grande e allargato che a volte faticiamo anche solo a immaginare e che l'amore sia in grado di portarci oltre il tempo e lo spazio, e di "farci diventare" tutto ciò che vogliamo. L'amore e la fede anche in ciò che non vediamo ci permettono di aprire il nostro terzo occhio e di vedere oltre le barriere di ciò che la nostra mente ordinaria
conosce.

Namasté.

Chiara Benini

Bibliografia

Diverso e vincente, Selene Calloni Williams, Edizioni Mediterranee