



Elementi Fondamentali ANIMICI



Giovanna Bernardi

PROGETTOANIMICO.IT

GIOVANNA BERNARDI

*Questo ebook è dedicato a tutte le Anime in cammino che si
sono fatte avanti con tanto Amore nella mia vita*

ZoneRiflesse Company Srl
Via Tevere 18, 36016 -Thiene (VI)
www.ProgettoAnimico.it
P.Iva 01162460313

Indice:

Chi sono	Pag. 4
Capitolo 1: Corpo Fisico e Corpo Energetico	Pag. 13
Capitolo 2: Cos'è l'Aura	Pag. 16
Capitolo 3: I Corpi Sottili	Pag. 23
Capitolo 4: La Scintilla Divina	Pag. 26
Capitolo 5: Anima ed Ego	Pag. 29
Capitolo 6: La Re-Incarnazione e la Programmazione Prenatale (detta Piano Vitale)	Pag. 35
Capitolo 7: La Chiesa e la Reincarnazione	Pag. 59
Capitolo 8: Il karma	Pag. 63
Capitolo 9: La sofferenza come disallineamento mente-anima: Il QUI ED ORA	Pag. 67
Capitolo 10: I Chakra	Pag. 79
Capitolo 11: Angeli, Arcangeli, Spirito Santo, Maestri di Luce e Guide	Pag. 82
Capitolo 12: Quando Fede e Scienza coincidono	Pag. 94
Capitolo 13: Entrare in connessione con un'Energia Divina Superiore	Pag. 98
Capitolo 14: Cos'è una Pulizia Energetica	Pag. 104
Capitolo 15: Raccomandazioni Finali	Pag. 114
Capitolo 16: Saluti Finali	Pag. 116
Bibliografia	Pag. 118

Chi sono

Partiamo dall'inizio...



“Le righe che seguono in questa mia presentazione sono presenti anche sul mio sito. Le ho volute comunque inserire all’interno di questo ebook in quanto forse non tutti le hanno già lette e quindi mi sembrava doveroso presentarmi a tutti voi.”

Che emozione scrivere questa pagina, è da giorni che mio marito Francesco mi corre dietro per la casa con il computer aperto per catturare la mia attenzione affinché venga scritta una autobiografia completa.

Ok, ci sono, incominciamo.

Mi chiamo Giovanna Bernardi classe 1983 e sono nata in un piccolo paese in provincia di Vicenza (Zanè).

Sono grata ai miei genitori per la bella infanzia che ho potuto avere, spensierata e gioiosa, con una grande voglia di giocare con i miei amici in cortile. Gli unici rimproveri che ricevevo erano per convincermi di finire il pranzo a tavola, per me era una perdita tempo. Mia mamma mi portava spesso alla casa di riposo dove era ricoverato mio nonno e io intrattenevo le varie persone anziane con la mia gioia e solarità. Fare del bene alle persone mi ha sempre fatto stare bene!

A 13 anni scopro il mondo dello sport con l'atletica leggera, in particolare divento fortissima nella corsa campestre (con grande gioia dei miei genitori, se non altro anche perché da lì ho iniziato ad avere una fame pazzesca e non dovevano più sudare sette camicie per farmi mangiare).

Crescendo mi diploma in ragioneria e decido di iscrivermi all'Università alla facoltà di Economia del Commercio Internazionale di Verona (Sede staccata Vicenza).

Gli anni delle superiori e dell'Università hanno formato in me un pensiero prevalentemente LOGICO-RAZIONALE (ripensando al passato capisco che rispetto ad oggi c'è stato un vero e proprio salto quantico).

Subito dopo la laurea decido di provare ad entrare a lavorare in Banca. Per 10 anni lavoro presso il Banco Popolare di Verona. Sono stati anni meravigliosi anche se ero pienamente consapevole che per me era destinato dell'altro. Sapevo con forte convinzione che non sarei andata in pensione facendo quel lavoro (per quanto ne fossi innamorata).

Nel 2013 partecipo a un seminario di Alfio Bardolla a Rimini dove scopro che si può vivere di trading online. Frequento i suoi corsi e dopo poco tempo do le dimissioni in banca per prendere in mano ancor di più la mia vita basata sulle mie capacità...

Ah dimenticavo! Nel frattempo nel 2008 conosco al matrimonio della mia amica Giulia, quello che poi nel 2013 sarebbe diventato mio marito (Francesco Ciaccia).

Piccolo particolare, io di Zanè (VI) e lui di Gorizia, 220 km che ci separavano solo durante i giorni feriali... Il tempo di conoscerci meglio e la nostra vita è decollata subito in una meravigliosa storia d'Amore che ci ha donato due bellissimi bambini (Alessandro e Matilde).

Nel 2015 fondiamo assieme ZoneRiflesse Company Srl per la formazione di migliaia di massaggiatori in Italia e all'estero (mio marito è stato un insegnante delle varie tecniche di massaggio per molti anni).

Man mano che passavano gli anni decido di abbandonare anche il mondo del trading online (e anche il mondo finanziario delle crypto) per dare ascolto a quella sensazione che iniziava sempre più a farsi sentire. Mi accorgevo che se fino a qualche tempo prima la mia mente particolarmente razionale si trovava a suo agio a seguire la contabilità dell'azienda e tutti i rapporti interbancari, di colpo non mi sentivo più allineata con quel ruolo. Sul momento pensavo si trattasse solo di "stanchezza" ma poi è diventato tutto molto chiaro!

La svolta al mondo Animico-Spirituale e la scoperta delle Pulizie Energetiche

Non ricordo cosa in particolare abbia scatenato in me l'apertura al mondo Animico Spirituale, so solo che di colpo le mie letture preferite erano:

- *“Molte vite, molti Maestri”- Brian Weiss*
- *“Molte vite un solo amore”- Brian Weiss*
- *“I miracoli accadono”- Brian Weiss*
- *“Anime coraggiose” - Robert Schwartz*
- *“La medicina della nuova era” - Oscar Citro*
- *“Il potere di adesso” - Eckart Tolle*

...e poi molti altri che hanno contribuito ad aprirmi un mondo.

Man mano che davo sempre più spazio a queste tematiche, l'Universo mi incoraggiava in questo percorso facendomi incontrare "quasi per caso" persone con "doni particolari"...

Ricordo che un giorno mio marito ricevette una pulizia energetica inerente l'azienda per una problematica abbastanza ostica da risolvere. Vedere mio marito stare subito meglio nei confronti di un problema che andava avanti da mesi, mi ha lasciato a bocca aperta.

Sicuramente quell'evento mi ha toccato particolarmente, ma non avrei mai pensato che un giorno sarebbe diventata la mia missione di vita.

In quel periodo i sogni la notte diventavano sempre più intensi, ricchi di significati "mistici". Non sapevo nemmeno io se era una sorta di messaggio per me dall'Alto, oppure elucubrazione del mio cervello durante la notte.

Non diedi troppo peso a questi sogni e i messaggi iniziano ad arrivare sotto varie forme anche di giorno. Non prendermi per matta (l'ho già fatto io) ma iniziai a sentire delle voci mentre ero in macchina che guidavo, ad avvertire presenze di Luce, a vedere bagliori in varie parti della casa, a percepire vicine persone a me care che sono passate a miglior vita.

Tutto seguì un crescendo di emozioni positive che mi portarono ad approfondire il mondo delle pulizie energetiche. Iniziai a frequentare dei corsi e a studiare questi argomenti a me tanto famigliari.

Scoprii che mi veniva particolarmente facile al limite di farmi molte domande. La sensazione era di fare cose che avevo sempre fatto (forse in un'altra vita?).

Iniziai così a praticare Pulizie Energetiche praticamente a qualsiasi persona ne avesse bisogno, amici, parenti, amici degli amici. Tutti rigorosamente gratis! Era l'inizio. Stavo mettendo alla prova queste capacità apprese per vedere fino a che punto si potevano ottenere questi benefici.

A un certo punto a forza di fare, fare, fare... mi ritrovo sfinita e senza energie (avevo esagerato) e capii che farle gratis era un donare, che se fatto con una certa intensità, viene a mancare un contro-bilanciamento energetico.

Decido quindi che sarebbe diventato il mio lavoro e aprii Partita Iva in modo di poter svolgere questa mia passione fatta in modo professionale.

I clienti contentissimi continuarono di giorno in giorno ad aumentare.

Mi illudevo che forse la mia missione fosse questa, aiutare le persone in difficoltà con le mie pulizie energetiche, ma di nuovo sentivo un senso di incompletezza.

Una voce mi spingeva ad aprire Progetto Animico (un progetto dell'Anima) e ti confesso che espormi in pubblico con dei video usciva di molto dalla mia area di comfort.

Spesso lo sconforto e le mie paure umane si fanno sentire... La voglia di mollare tutto e magari continuare con i miei adorati clienti rimanendo nella mia stanzetta lavorando a distanza sarebbe stato per me l'ottimale! E invece NO. Quella voce e i continui messaggi che mi incoraggiano a dare Luce a Progetto Animico mi accompagnano ogni istante della mia vita.

Ti presento la mia famiglia



Questa foto scattata per il mio compleanno nel Novembre 2022 ad Abano Terme. Mio marito Francesco, io, Matilde intimidita dal cameriere che ha scattato la foto e Alessandro che invece vive serenamente il momento. Siamo consapevoli di essere molto uniti e fortunati. Nella nostra famiglia è normale parlare di vite precedenti, di Chakra, di Anima, Spirito, uscire dal corpo, di legge dell'Attrazione, di Vibrazioni... Quando mio marito ed io sentiamo i ragionamenti dei bambini con queste consapevolezze interiori, rimaniamo basiti con quanta naturalezza ne parlano.

Uno sguardo al futuro...

Se sei arrivato/a a leggere fino a questo punto la mia biografia, non so che idea ti sarai fatto su di me.

Forse che ho un dono particolare, forse che ero predestinata, forse che sono matta.

Va bene tutto ma adesso ti dico io che idea mi sono fatta su questa vita.

Siamo TUTTI provenienti dalla stessa Scintilla Divina. In noi (sì, anche in te che stai leggendo queste righe) abbiamo le capacità se lo vogliamo di accedere a quella parte più Spirituale ed Energetica che ci permette di fare cose meravigliose, se mosse dall'Amore per noi stessi e per il nostro prossimo.

Tutto sta nel prenderne consapevolezza e aprire questi canali che non vedono l'ora di mettersi in maggiore connessione con l'Universo e con il prossimo.

Progetto Animico nasce quindi per formare migliaia di persone come te a prendere questa consapevolezza e dare le tecniche per operare. Se alla base c'è il CUORE, e un intento di AMORE allora le tecniche funzioneranno, se questi due presupposti vengono a mancare ma c'è solo EGO, ti posso garantire che non otterrai nessun risultato.

Se avrai il piacere di affidarti ai miei percorsi ti accorgerai che tutto quello che ti ho raccontato è vero e anche tu avrai delle grandissime soddisfazioni.

Con queste ultime righe penso di averti detto tutto su di me, anche le cose più personali e so che le apprezzerai per avere una chiara idea di chi sono.

Spero di poterti conoscere di persona in uno dei miei seminari o di averti come allievo/a nei miei video-corsi.

Capitolo 1

Corpo Fisico e Corpo Energetico



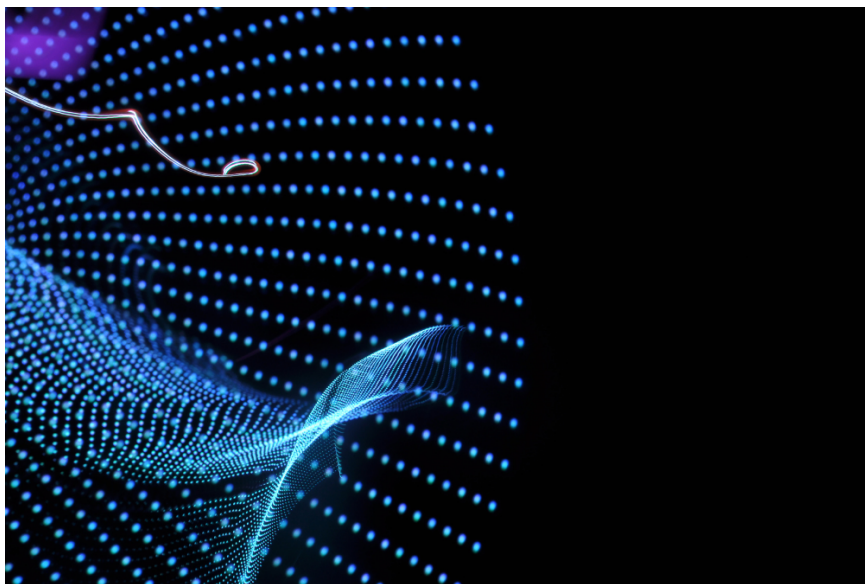
Il nostro corpo fisico ci rappresenta con i dettagli di fisionomia e corporatura che vediamo, e questa è spesso l'identità con la quale ci identifichiamo, ma non siamo solo il nostro corpo fisico, siamo ben altro e molto di più.

La nostra quotidianità frenetica, i ritmi di vita intensi ci portano a crederci maschio-femmina, alto-basso, occhi azzurri-marroni, capelli corti-lunghi, ma questa sembra più una descrizione di scuola quando la maestra insegna ai

bambini l'autoritratto, l'auto descrizione.

Quanto sarebbe affascinante ricordarci di una persona, andando oltre, e pensando alla sua energia ?

Per esempio se chiudo gli occhi e penso alla mia amica, a mio marito, a mia moglie, a mio figlio e sento la sua energia tipica, unica al mondo, che lo caratterizza come lento-veloce, entusiasta-triste, statico-dinamico. Per iniziare a comunicare e sentire la parte più profonda di noi e degli altri.



Dal punto di vista tecnico oltre al corpo fisico ci sono altri **6 corpi**, dal più **denso** al più **sottile**. Non è mia intenzione andare sul tecnico-teorico, tuttavia, desidero e sento giusto

condividere una consapevolezza ben più ampia, una visione di respiro che ti permetta di andare oltre ciò che vedi e stare nel “Sentire”, nel “Percepire”.

Siamo un campo elettromagnetico, attorno a noi e dentro di noi. Ce lo dimentichiamo perché non lo vediamo ma saperlo, consapevolizzarlo, ci cambia la vita. Ci sono strumenti che lo testimoniano, lo misurano, persone che vedono-sentono il campo elettromagnetico, vibrazionale, in una situazione, in meditazione, connessione con il Divino anche per me è possibile. Ma ti dirò di più, tutti noi possiamo percepirle, non per soddisfare curiosità egoiche, ma per poter aumentare la nostra consapevolezza, il nostro stile di vita ed evolverci.

Capitolo 2

Cos'è l'Aura



Per dare sempre più concretezza a tutto, riflettiamo su:
Cos'è L'Aura?

L'Aura è un alone più o meno colorato, più o meno luminoso, che si sprigiona attorno al nostro corpo, un campo di forze emanato attorno ad un essere vivente.

L'Aura è fatta di diversi strati, ogni strato ha caratteristiche diverse; immaginale come radiazioni

luminose che si sovrappongono, si completano, compenetrano.

Mano a mano che ci distanziamo dal nostro corpo materiale sono sempre meno dense, più sottili e la vibrazione aumenta.

Ogni livello-strato di Aura ci riflette, racconta di noi, dei nostri traumi, della nostra parte emotiva, mentale, fisica, mi piace definirla come la nostra controparte energetica.



Non mi interessa insegnarti la tecnica, ma permettimi di farti un piccola panoramica utile per procedere con il lavoro. Tieni conto che ogni strato di Aura si intreccia uno

con l'altro, non c'è una netta distinzione di fine-inizio, ma una sovrapposizione armonica e un intreccio continuo.

L'Aura eterica è quella più vicina al nostro corpo fisico, la più densa, detta anche Aura Vitale, si trova a 1-3 cm dalla nostra superficie cutanea e rappresenta la nostra vitalità fisica, riflette la nostra parte funzionale, meccanica, le riserve energetiche del nostro organismo.

Solitamente è grigiastra-azzurrina, come il fumo di un incenso, non è assolutamente statica ma fluisce attorno a noi come un guanto.



L'Aura Astrale, detta anche Emozionale, riflette le passioni dell'individuo, l'ego, la personalità e si estende per circa 1 metro e mezzo dal corpo compresa la prima Aura.

Essa rispecchia le passioni, è in continua evoluzione e cambiamento a seconda delle nostre tempeste emotive, sconvolgimenti, si possono qui sentire-leggere gli impulsi che la nostra parte emotiva vive e sente. La sua forma rimane abbastanza simile nei contorni del corpo, i colori e le vibrazioni sono variabili in base alle emozioni che sta vivendo la persona stessa.

L'Aura Mentale, ci distanziamo sempre più dal corpo fisico e ci addentriamo nel regno della ragione, sembra un guscio che si estende fino a 1.80-2 metri dalla nostra pelle, è biancastra fino al giallo limone e rispecchia la nostra attività intellettuale, i nostri ragionamenti, i meccanismi di astrazione mentale, quelli che spesso definiamo come intelligenza in senso occidentale.



L'aura Casuale si estende fino a 2-3 metri dal nostro corpo fisico, il suo nome ci fa capire che è lo spazio dove ci rapportiamo con il mondo delle “Cause”. Di questo potremo parlarne ore ed ore, ma non è mia intenzione, la possiamo vedere come una specie di trapezio rovesciato con la base inferiore più piccola ed una sfera sopra, più ci allontaniamo dal corpo fisico e più perde la sagoma precisa dei nostri lineamenti. Essa riflette una sorta di inconscio, di bagaglio che il nostro Sè più profondo si porta dietro da esistenze precedenti, da tendenze, acquisizioni alle quali siamo chiamati a vivere per evolvere la nostra anima. Potremo introdurre qui il concetto di Karma, inteso come bagaglio che ci serve per l'evoluzione della nostra anima, senza accezioni negative, anzi, proprio

dal punto di vista spirituale, come opportunità di evoluzione.



Ancora più estesa dal nostro corpo si trova l'**Aura di Vitalità Divina** e di Spirito Divino, presente in quelle persone che fanno da ponte tra la nostra dimensione terrena ed altre dimensioni più evolute, di più ampio respiro. Questa Aura la adoro e sicuramente se avete incontrato qualcuno di particolarmente luminoso, lo sentite a pelle. È quell'energia di amore per la quale tutti siamo nati e ci evolviamo, come una ricetrasmittente cristallina che ci permette di emanare luce, le parole del nostro vocabolario sono troppo poche per descriverla.

Infine troviamo **l'Uovo Aurico**, una radianza bianca, immensa, con vibrazioni ondulatorie dorate, che si sviluppa in esseri incarnati con evoluzione e consapevolezza che va aldilà delle vibrazioni terrestri, ha la forma di un grande uovo, nella parte inferiore penetra il suolo sotto il corpo fisico e sotto la superficie, la potenza è immensa, anch'esso è in continua evoluzione.

Capitolo 3

I Corpi Sottili



Ogni Aura è la controparte energetica di un Corpo Sottile che si trova nel nostro corpo fisico, come una matryoska. **Ogni Aura è il riflesso specifico di una nostra coscienza,** un riflesso che non mente e ci aiuta a progredire.

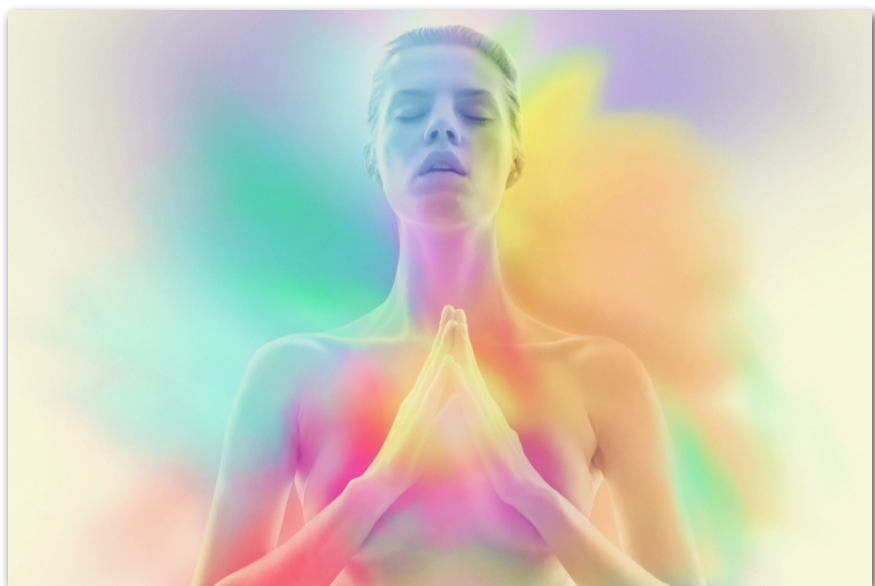
Se i vari strati di Aura sono radianza esterne che riflettono fuori dal nostro corpo fisico, **i Corpi Sottili sono all'interno del nostro corpo fisico sempre più piccoli e intimi.**

Ogni aura è la radianza, l'emanazione esterna inversamente proporzionale al corpo che lo rappresenta.

Nel dettaglio l'Aura Eterica è la controparte energetica del nostro corpo eterico, il suo soffio colorato dal quale essa deriva.

Idem l'Aura Astrale, è la controparte esterna energetica del corpo astrale che si trova dentro il nostro corpo fisico come una matryoska, non confondiamo le Aurore con i nostri corpi che sono inversamente proporzionali come dimensioni, uno dentro l'altro. Questi sono i CORPI SOTTILI, corpo eterico (o vitale), corpo astrale, corpo mentale, corpo casuale, corpo buddhico, corpo divino.

Quindi ogni strato di Aura è uno specchio di una nostra dimensione energetica.



Alcuni studiosi, da tutto ciò, hanno proprio dimostrato come la maggior parte di noi umani viviamo a livello di coscienza astrale, ossia, spesso quotidianamente agiamo e ci identifichiamo con i nostri impulsi, le nostre emozioni, ma in realtà siamo tutti chiamati a prendere le distanze da alcuni eventi della vita, riflettere e andare oltre a questa Aura Emozionale.

Capitolo 4

La Scintilla Divina



Tutta questa panoramica tecnica è servita per arrivare a capire che siamo fatti di una serie di gusci, serbatoi intimi, fino ad arrivare al nostro nucleo, che dal punto di vista spirituale è per me immensamente affascinante.

Siamo nella nostra parte più intima Scintille Divine, qui dentro è la nostra Verità. Arriviamo dal Tutto, ogni religione poi chiama il Tutto con un nome diverso per identificare un concetto, ma se andiamo oltre, oltre a qualsiasi nome e concetto, la cosa più straordinaria è

ricordare che ognuno di noi ha dentro di sé una SCINTILLA DIVINA, una fiammella di quell'unico fuoco dal quale siamo nati, staccati e soffiati come soffio-anima ed infine abitiamo questo corpo.

Vorrei condividere con voi tante informazioni e concetti, ma cerco di andare per gradi.

Siamo anime, anime immortali, abitiamo in un corpo fisico per questa vita momentaneamente.

L'anima è la nostra Essenza più profonda.

In questa vita Io, Tu, Noi, abitiamo un corpo fisico, un involucro, un mezzo necessario per vivere emozioni, la fisicità; in ogni vita sperimentiamo sesso diverso, ruoli diversi, nazionalità diversa, il tutto è finalizzato ad evolverci.

In ogni vita cerchiamo e viene chiesto alla nostra anima di evolverci, ci sarà una vita dove dovremo imparare la lezione dell'onestà e quindi vivremo occasioni che ci spingono a fare furti e a pagarne le conseguenze, a vivere le nostre zone d'ombra, manifestarle e imparare a superarle.

In un'altra vita, per esempio, dovremo imparare il non razzismo e magari capire come si sta dall'altra parte, il Karma non è una legge che punisce, ma un imparare a vivere dall'altra parte, la situazione che subiamo-viviamo per poi evolverci.



In ogni vita abbiamo delle prove per evolvere e crescere verso ciò che davvero conta l'Amore incondizionato e unico.

Capitolo 5

Anima ed Ego



Mi piacerebbe poter riflettere con te sulla differenza tra Anima ed Ego.

Immagina l'Anima come l'Essenza che, vita dopo vita, è sempre nostra, si evolve, ed impara le varie lezioni (la compassione, la generosità, l'onestà...).

L'Anima è il nostro più intimo “sentire”, ci connette con il Divino, ci ricorda chi siamo, ci chiede di essere ascoltata e sa tutto, sa cosa è meglio per la nostra evoluzione, non ci

giudica, ci guida se sappiamo ascoltarla, entrare in quello spazio intimo.

L'Anima è estrapolata dal Divino, da Dio, da quell'Unica Fonte dal quale tutti siamo generati, dove non esiste dualità.

L'Ego è la nostra personalità, la nostra mente, la parte razionale che agisce solo in base alle cose già testate e vissute.

Mentre l'anima ha intuizioni, nuove conoscenze, illuminazioni e sesto senso.



Spesso l'ego viene visto con accezione negativa, invece ci aiuta ad evolverci ed è proprio grazie all'esistenza e all'**equilibrio tra Ego e Anima** che viviamo i vari eventi e situazioni che la Vita ci presenta.

Perché soffriamo ?

Quando c'è disarmonia tra ego-mente-personalità ed anima.

Quando il corpo ci dice una cosa e il nostro "Sentire " ci dice un'altra cosa...



L'Anima grazie alla sua natura Divina sa tutto, arriva da una Fonte di consapevolezza infinita, immensa, tramite il *Soffio di Dio* (ecco lo Spirito) ci fa atterrare in un corpo e vivere in

questa dimensione terrena per sperimentare. L'ego è il mezzo tramite il quale viviamo le emozioni, impariamo, ci evolviamo con il nostro libero arbitrio seguiamo la mente o l'anima, ci evolviamo o meno.

Mi rendo conto che parlando del mondo invisibile di energia, aura, anima, ego siano concetti magari nuovi o letti con un'accezione nuova, da un punto di vista diverso. Io non voglio parlarti come un manuale, ma attraverso il mio "Sentire", le connessioni che ho avuto, dalle esperienze, dalle consapevolezze che anche io ho appreso da libri, Maestri, corsi e che ho fatto miei con la mia Energia, la mia modalità, il mio Essere e con umiltà vorrei tanto condividere con te. Conoscere questi concetti dal punto di vista mentale, risveglia anche la conoscenza che davvero ognuno di noi ha dentro di sé. L'anima, in quanto Fonte del Divino, rispecchia tante frasi di più religioni che ci insegnano, ma possiamo andare oltre ogni religione, e ciò che le accumuna è il fatto di arrivare da una Fonte unica senza spazio, senza tempo e da una Fonte di Amore.



Ti potrei provocare con alcune affermazioni che ora ti potrebbero infastidire ma poi, spero con pazienza e amore, alla fine di questo corso poter fare tue e sentirle nel tuo cuore.

Un esempio, anche il tuo peggior nemico ha dentro di Sè una *Scintilla Divina*, anche lui è una fiammella generata dello stesso fuoco, non c'è dualità bene-male, ma c'è Amore infinito.

Da quel fuoco immenso la nostra fiammella si stacca, un Soffio Divino come Spirito porta la nostra anima dentro al nostro corpo, l'anima infinitamente immensa si deve comprimere per poter stare dentro lo spazio fisico del corpo, una compressione.



Una volta capito che siamo corpo fisico, siamo Energia dentro di noi, attorno a noi, ci chiediamo chi siamo e tante risposte saranno corrette dal punto di vista scientifico, filosofico, religioso. Nel mio piccolo vorrei solo aggiungere un pezzetto che sento immensamente potente per poter ampliare la conoscenza, ma ti dirò di più, è solo un risvegliare cose che tutti già sappiamo ma ahimè quando il Soffio Divino soffia l'Anima dentro al nostro corpo e la nostra mente prende posto, ci dimentichiamo di chi siamo, i famosi Veli di Maya ci oscurano man mano che atterriamo sulla Terra e ci dimentichiamo la nostra Essenza Divina.

Capitolo 6

La Re-Incarnazione e la Programmazione Prenatale (*detta Piano Vitale*)



Esiste o credi nella Reincarnazione ?

Per rispondere a questa domanda vorrei affrontare l'argomento bene, perché ci sono tanti punti di vista da considerare: la parte scientifica, la parte religiosa-storica e il Sentire che sempre più sta emergendo in questa dimensione terrena tra di noi.

Parto raccontandoti del grande maestro, al quale sono immensamente grata per i suoi studi, il Dr. Brian Weiss.



Brian Weiss medico psichiatra e presidente del Dr. Dipartimento di Psichiatria del Mount Sinai Medical Center e docente di psichiatria all'Università di Miami, nasce come medico, scienziato di fama internazionale.

Durante la sua attività di medico aveva sempre il desiderio di aiutare chi era stato colpito da un grande dolore e manifestava determinati sintomi. Inoltre, lui stesso aveva perso un figlio e le sue ricerche lo portavano ad interrogarsi sulla morte e sulla vita, sulle paure ataviche.



Da tutto ciò con l'ipnosi regressiva aveva sempre più testimonianze, registrazioni, prove scientifiche che testimoniavano che la morte non esiste, che ritorniamo sempre continuamente a ritrovare le persone care, come anime che cambiano corpo, nazionalità, sesso, ma **ci incontriamo in continuazione vita dopo vita**. Tramite pazienti con memorie di vite precedenti, esperienze extra-corporee e pre-morte aveva ormai tantissimo materiale inconfutabile per prendere coraggio e scrivere libri, fare conferenze e vincere la paura di esporsi alla comunità scientifica ed al mondo accademico.



Ogni ipnosi regressiva testimonia l'origine di paure ataviche di traumi precedenti, come la paura di nuotare, magari derivante da una morte violenta annegando. Mano a mano che procedeva ad esporsi in conferenze, libri e trattati, sempre più colleghi confermavano il tutto.

Nelle ipnosi oltre a curare paure ataviche, poteva anche ricevere comunicazioni da Guide, Maestri di luce tramite i pazienti sotto regressione e darne prova, trovando conferma sempre più radicata degli stessi concetti canalizzati da *medium*, persone cosiddette *sensitive*.

Quindi non si tratta più di credere o non credere, ma di informarsi e vincere alcune limitazioni dettate dallo

scetticismo e dalle credenze che ci hanno inculcato da quando siamo bambini.

Molti scettici, infatti, non sono informati sull'argomento, non hanno letto libri, testi, ricerche scientifiche di testimonianze e semplicemente ignorano la materia e si affidano a paure e timori comprensibili. Io desidero solo che ognuno di noi nel proprio "sentire" possa condividere alcune conoscenze che migliorano la vita e nutrono la nostra consapevolezza più profonda.

Da tutte queste regressioni registrate e documentate si può davvero evincere l'esistenza di più e più vite che testimoniano sia vite passate documentate (verificate in maniera sbalorditiva), sia per poter avere prova che:

- 1) Esistono diversi livelli di coscienza lungo il cammino che porta a Dio, ad una coscienza superiore, possiamo chiamarli Angeli, Arcangeli, Spiriti Guida, Maestri, insomma non siamo soli quaggiù, presenze di Amore Infinito ci guidano nell'Invisibile e nel Concreto cammino terreno quotidiano.
- 2) Durante le regressioni a vite precedenti, i pazienti del Dr. Brian Weiss e dei colleghi, si intervallano racconti di Anime che si ritrovano, una volta con ruolo di mamma, poi di figlio, ecc., a racconti dei "Maestri".



Questi racconti dei “Maestri” testimoniano sempre più e coincidono con scienza-religione e racconti di *sensitivi-medium*. Per chiarire situazioni, dinamiche della nostra vita che non finisce, svelandone la vera finalità: condurci verso una Spiritualità caratterizzata dall’Amore totale.

Le varie regressioni a vite precedenti tramite l’ipnosi regressiva sono state sempre registrate dal Dr. Brian Weiss e spesso i dettagli di nomi, date, luoghi potevano essere confrontate con documenti e avere riscontro oggettivo, ad avvalorare la veridicità, davvero sorprendente.

Nelle regressioni a vite precedenti, l'intento era di poter ricordare senza dolore e lasciare andare eventi traumatici che portavano le persone in questa vita ad affrontare fobie, paure ataviche e inspiegabili senza questi strumenti. Nel mezzo delle regressioni spesso “voci fuori-campo” di Maestri venivano a portare consapevolezze molto importanti.



Cercando di riassumere i vari libri e testi potrei dire che questo è il messaggio principale: siamo qui su questa Terra per imparare delle lezioni, lezioni sull'amore, sulla pietà, sulla pazienza, sulla benevolenza, sul non pregiudizio, sulla non violenza. Lezioni che tutte le religioni cercano di impartire ma noi essere umani siamo ancora in cammino.

Per questo la nostra anima immortale si comprime, entra in questo corpo, in questo momento storico sulla Terra per vivere tramite l'ego esperienze di vita, ad ogni vita affronterà delle prove animiche per poter progredire ed elevarsi; ad ogni vita siamo chiamati ad imparare una o più lezioni ed ogni volta che le affrontiamo con compassione e con successo l'anima si espande e sempre più la Scintilla Divina brilla della sua natura originaria, per questo abbiamo bisogno di vivere più vite. Dopo aver imparato molte lezioni, l'anima si evolve e l'età animica avanza, progredisce.

Molti Santi in terra erano per questo anime evolute, che hanno completato le lezioni da apprendere e scelgono di rimanere in altre dimensioni, nel mondo dell'Invisibile e assistere noi umani oppure tornano in terra per mezzo di un corpo per aiutarci come "volontariato".

La Terra è come una grande scuola, partiamo dall'asilo, fino alle superiori, poi al Paradiso e alle varie dimensioni dell'Aldilà dove davvero torniamo nella nostra Casa, nel Tutto dal quale proveniamo.



Quindi la nostra età attuale è di tot anni come età del nostro corpo, ma l'età animica è l'età della nostra anima in base a quante vite ed evoluzioni abbiamo avuto. Un bambino di 5 anni può essere un'anima antica ed evoluta grazie alle varie vite precedenti, molto più della sua mamma di 30 anni anagrafica ma di età animica magari minore per meno vite passate.

Brian Weiss quindi spiega bene dal punto di vista scientifico e poi spirituale, tramite testimonianze dei suoi pazienti, di come lo Spirito Soffia dal Tutto la Vita, tramite l'Anima scende verso la Terra e si fa spazio in un corpo fisico, come veicolo, la personalità, ossia il nostro ego-mente, ci fanno dimenticare le vite precedenti, ci fanno

vivere le emozioni di rabbia, gioia, tristezza utilissime per evolverci ed affrontare le nostre prove animiche.

Per questo l'Anima è immortale, non muore mai, alla morte fluttua sopra il corpo fisico, si spoglia di tutti i corpi sottili che abbiamo visto prima fino a diventare sempre meno densa, a vibrare sempre più alta e inizia il Suo viaggio verso dimensioni di Luce, di Energia, verso la Fonte Divina per l'apprendimento nell'Aldilà e ritrova le sue Anime familiari.



Nelle vite successive rincontreremo le Anime della nostra famiglia, nella regressioni le persone capiscono come un attuale figlio maschio piccolo, regredendo in una delle tante vite passate, poteva essere come Anima riconosciuta ma interpretare il ruolo di moglie, di sorella, quindi una

figura diversa come parentela, amicizia, ruolo, ma l'Anima era sempre quella.



L'incontro di anime conosciute ci capita spesso a nostra insaputa, vi succede mai di conoscere una persona nuova e sentire come se l'aveste sempre conosciuta ? Quello è un incontro dove le anime senza tempo e senza spazio si riconoscono come Essenza, non come età, sesso, fisionomia.

Quindi l'Anima vita dopo vita è eterna, quando il corpo muore, si “rompe” solo il nostro involucro, la vita è eterna e ciò che davvero conta sono i rapporti basati sull'amore.

Per questo non dobbiamo identificarci con i nostri beni materiali e le nostre emozioni ma capire che l'Anima affronta delle prove tipiche stabilite per evolvere su quella zona d'ombra, su quella fragilità, su quella lezioni di vita.

Il mistico cristiano Teilhard De Chardin ci ha lasciato una grande Verità:

“Non siamo esseri umani che fanno esperienza spirituale, siamo essere spirituali che fanno un’esperienza umana”.

Ossia la nostra vera natura è Spirituale, siamo Scintille Divine, deriviamo da Dio, Dal Divino, entriamo poi in un corpo fisico, poi in un altro ancora e in un altro ancora, ma restiamo immortali, eterni come anime.

Questa consapevolezza ci dona una forza, una pace, una gioia indescrivibile.

Perché spesso ci capitano prove di vita che sempre ruotano sulla stessa tematica ?

Per esempio perdere, la paura di perdere la vita, i beni, paura del giudizio altrui, oppure situazioni di rabbia, finché non superiamo quella lezioni, le prove saranno sempre sulla stessa onda, cambiando solo scenografia.

Quando pensi di essere vittima di un Universo, incolpi te stesso, incolpi gli altri, pensi che le prove che stai affrontando siano prive di senso, dubiti di poterle affrontare.



Ora cerco di darti un altro tassello per dare una risposta a tale pensiero e capire che ognuno di noi riconosca il grande coraggio che in ogni momento della giornata testimonia con ogni espiro ed inspiro per riaffermare la volontà di accettare ed affrontare queste prove.

Ossia, come Anima tra una vita e l'altra, torniamo alla Dimensione Divina di casa, a vari livelli, per poi riabitare un

corpo, abbassare le frequenze e addensare la materia dall'invisibile al tangibile.

Prima di tornare come Anime e gruppo di Anime decidiamo le prove della nostra vita, per imparare quella specifica lezione, giocheremo vari ruoli, sono Patti Prenatali, patti sacri tra Anime, come lo definisce Robert Schawartz sono Programmazioni Prenatali.

Robert Schwartz tramite indagini, prove, test con medium, sensitivi, esperienze di pre-morte è riuscito a costruire alcuni denominatori comuni e dare prova di come prima di venire su questa terra la nostra Anima scelga le prove principali, nascita, morte ed alcune prove chiave, poi ovvio che entra in gioco il nostro libero arbitrio e scegliamo noi molte volte il bivio da prendere.



Ma ogni prova che abbiamo scelto come anime prima di nascere serve per farci evolvere, se le prove sono troppo ardue ci sono alcuni Maestri Guida che prima di firmare questo Patto Prenatale lo “sfoltiscono” per adattarlo alle nostre capacità di sopportazione non esagerate, quindi **ogni prova che è stata prevista** ha in controparte la certezza che **la nostra Anima l'ha scelta e ha tutta la forza per superarla.**

Che senso hanno le prove che ci vengono assegnate ?

Ogni vita ci chiede di fare un passaggio in più alla nostra anima, di evolverci e di imparare una certa lezione, immaginiamo la vita come un viaggio dalla mente al cuore, programiamo le varie prove per facilitare questo viaggio ed aprire il cuore. L'ego ci serve per provare emozioni, per vivere la personalità ed è utile e necessario per bilanciare l'anima.



La Programmazione Prenatale include le prove della vita principali, ma va ben oltre, noi scegliamo i nostri genitori come Anime perfette per la nostra evoluzione, ed essi scelgono noi, scegliamo le scuole, le relazioni. Ti è mai capitato di avere avuto la sensazione di incontrare una persona per la prima volta e pensare che la conosci da sempre?

Ecco, può essere proprio così, conosci magari la sua Anima, tra Anime già vi siete incontrate e vissuto vite assieme, cambiando i ruoli, il sesso, il nome e quella persona faceva parte della vostra Programmazione Prenatale. A volte il nome di un luogo, una persona, un momento ti risuonano familiari, i cosiddetti déjà-vu, spesso li colleghiamo ad una vita precedente, invece possono

anche essere proprio riconducibili alla Programmazione Prenatale.

Dalla dimensione dell'anima lassù, alla Programmazione Prenatale, il Tutto, il Soffio ci stacca una particella e con grande coraggio affrontiamo la vita terrena dimenticandoci della nostra vera origine, prima di incarnarci è come se ci mettessero i famosi veli di Maja, una amnesia auto-indotta, uno stato di oblio. Questa dimenticanza della nostra vera identità ci fa abbandonare la dimensione di origine dove luogo di pace, gioia e amore e attiriamo qui, dove non c'è solo Luce, ma a livello fisico terreno si crea la dualità luce-buio, sotto-sopra, caldo-freddo, e per questo esiste l'ego, la dualità, l'odio, per sperimentare ed evolverci. Proprio l'odio, il caos della Terra e il buio ci fanno sperimentare poi cosa davvero è l'amore.

Un'anima è una Scintilla del Divino, una fiammella di quel grande fuoco: Dio, Casa, quindi una porzione di quell'Energia si stacca, lo Spirito come un Soffio stacca una porzione di Energia di un'Anima unica , il "Tutto" e abita poi in un corpo fisico, in una personalità, in un essere umano.

Quel nucleo di Anima è immortale, mentre la personalità è un tratto temporaneo che esiste solo nel tratto di questa vita fisica.



L'anima è immensa, vasta, va oltre ogni limite tempo-spazio, si restringe per entrare in un corpo fisico e dotarsi di personalità, essenziale anch'essa per vivere ed affrontare le prove animiche. La personalità è quindi dotata di libero arbitrio, la Terra immaginala come un palcoscenico dove l'Anima riveste vari ruoli, la personalità realizza o devia la scenografia che è stata scritta prima della nascita.

Sta al nostro ego scegliere come reagire se con rabbia, amarezza, amore o compassione.

Più siamo consapevoli di queste dinamiche, di gioco di ruoli, più sarà comprensibile che le prove che ci si

presentano sono fondamentali per evolverci, sta a noi riuscire a bilanciare ego-personalità all'ascolto dell'Anima, quello spazio Sacro che sa sempre come guidarci, sa sempre cosa è meglio per la nostra evoluzione animica.

I sentimenti ci comunicano come ego-anima siano o meno in armonia e bilanciati, sentimenti di gioia, pace, entusiasmo ci indicano che stiamo agendo e pensando in equilibrio con la nostra evoluzione. Sentimenti come paura, dubbio sono anch'essi ricevitori-trasmittitori di Energia che ci indicano che ci stiamo discostando dalla nostra vera natura Divina.

L'ego, la personalità non sono da demonizzare, sono elementi utili, necessari al fine di evolverci ed affrontare nel modo migliore le prove.

La sfida più grande è saper riconoscere la nostra sofferenza come un richiamo allo spazio dell'Anima, quello spazio intimo segreto dentro di noi dove c'è risposta a tutto, dove sappiamo che tutto sta andando come deve Andare.



E' proprio attraverso l'esperienza di ciò che non siamo, degli opposti che evolviamo.

Esempio, un'anima che deve imparare la compassione e sceglie di arrivare in una famiglia particolarmente litigiosa per capire tramite l'assenza di una cosa e ne riconosce il suo valore.

Il dolore e la sofferenza nascono sempre per riallinearci ego-anima, il dolore è temporaneo ma il processo di apprendimento e la saggezza che risulta dal superare quella prova è una saggezza-consapevolezza eterna per sempre della nostra Anima.

Soffriamo quando ci identifichiamo solo ed esclusivamente con il nostro corpo, le nostre emozioni, i nostri beni materiali e non entriamo mai nello spazio della nostra natura per ricordarci che siamo Anime luminose, eterne, trascendenti.

Un esempio, una perdita finanziaria, una perdita di una parte del corpo, sono prove che ci spingono ad andare oltre la materia, oltre il dolore iniziale, grandi sofferenze che portano ad un bivio di trasformare quella prova in amore, ricordandoci la nostra natura, attivando un risveglio di amore.

Abbiamo quindi tutti una grande responsabilità di come reagire in modo positivo o meno alle prove della vita verso un sentiero di energie e di amore per guarire le nostre ferite.

Capiremo più avanti come siamo tutti interconnessi e alzando le nostre singole frequenze-vibrazioni potremo alzare le frequenze del mondo, l'interconnessione e la responsabilità.

Anche una piccola goccia può colorare un grande bicchiere di acqua, così una goccia di amore, compassione, gioia, pace può colorare un po' il mondo perché ognuno di noi è più importante di quello che pensa.



Perché anche chi decide di giocare un ruolo di carnefice è un'anima che nel nostro Piano Natale era presente ?

Un'Anima che decida di sacrificarsi e fare la parte di chi ruba, chi commette del male, ci fa entrare in quelle dinamiche di vittima-carnefici dove a volte ci piace stare e “sguazzare”, ma anche in quel ruolo di ombra c'è un'Anima di Scintilla Divina che a fatica ci viene richiesto di riconoscere. Grazie ad essa proveremo difficoltà, sofferenza e potremo con il nostro libero arbitrio scegliere che bivio intraprendere se ruolo di vittima, di dolore, di rabbia o di amore, di liberazione o di compassione.

Mi rendo conto di come sia difficile per tutti noi questa evoluzione, le mie vogliono essere solo riflessioni ma anche

grandissime consapevolezze che ci possono migliorare la vita nel vedere e vivere alcune nostre prove.

Ogni prova affrontata verso il cammino di Amore è come un'Energia di guarigione, è come far risplendere una parte di quella Scintilla Divina, verso la compassione, l'amore ci porta ad innalzare il nostro campo aurico e a far progredire la nostra Anima.



Quando ci incarniamo non siamo rimossi concretamente dalla nostra Casa eterna ma ci limita di vedere la parte non-fisica. La morte vista così è un dissolvere i veli che ci schermavano dalla nostra dimensione non-fisica.

L'Anima quando si incarna proietta una parte della sua Energia sul corpo fisico e restringe la sua attenzione a quel corpo perdendo la percezione che siamo tutt'uno e nasce il senso di separazione che abbiamo ogni giorno.



Oltre ad evolverci, ad ogni vita una scenografia in questo palcoscenico terreno e torniamo alla morte lassù che sarebbe la vera rinascita perché torniamo a Casa in uno spazio di vibrazioni d'amore. Le prove della vita per evolverci e progredire nella nostra età animica, succede spesso che dobbiamo guarire anche da ferite di vite precedenti rimaste irrisolte e così programiamo le nostre prove per bilanciare il Karma (argomento che tratterò nel capitolo 8).

Capitolo 7

La Chiesa e la Reincarnazione



Nell'antichità l'incarnazione era una credenza diffusa anche in Occidente basti pensare ad autori celebri come Platone, Pitagora, Cicerone, Virgilio e tanti altri filosofi, storici e scienziati; anche gli Esseni e i Farisei testimoniavano questa tematica.

All'interno della Chiesa alcuni illustrissimi Padri e Santi come S.Agostino, S.Girolamo, Clemente Alessandrino professavano la cosiddetta migrazione della Anime, che nel Cristianesimo originale era una tematica molto sostenuta.

Invece ora, in particolare in Occidente, questa tematica è spesso un termine tabù, un termine misterioso, quasi proibito, con un significato deviato, ciò a causa della scelta del Concilio di essere contrario e abolire alcune parti di scritture.



Non voglio addentrarmi nelle motivazioni che hanno portato la Chiesa ad abbandonare questa tematica e “oscurarla” dalle scritture ma desidero fornirvi solo alcune informazioni storiche.

Nel 553 d.C. con il Concilio di Costantinopoli l’Imperatore Bizantino Giustiniano bandì dagli insegnamenti della dottrina della Chiesa Cattolica Romana tutti i riferimenti

all'incarnazione, quindi dopo questo Concilio venne affermato che le Anime dopo la morte vanno in paradiso o inferno, portando alcuni fedeli a temere i fuochi, le fiamme dell'inferno e cercando l'indulgenza dei peccati in terra con lasciati alla Chiesa pur di salvare l'Anima.

Altre religioni invece come Induismo e Buddismo professano la salvezza dell'Anima con la sua evoluzione, vita dopo vita.

Questo ci fa pensare che non siamo vittime della nostra vita, ma co-creatori della nostra realtà, prendono così significato i déjà-vu, i sogni, le coincidenze che rispecchiano la perfezione della Fonte. Ogni incontro e ogni esperienza ha un segno preciso e compiuto che ci riporta al Tutto, vita dopo vita con messaggio di Fede, senza paura.



Sono sicura, che con queste semplici riflessioni, potrai dare spazio a nuove considerazioni senza mai entrare nel giudizio di ciò in cui una persona crede ed è stata così educata in base anche il contesto nella quale è cresciuta.

Capitolo 8

Il Karma



Non è mia intenzione parlare a lungo di questa tematica, ma solo farne un accenno dal punto di vista energetico per poter meglio inquadrare i passaggi successivi.

Il karma spesso viene pronunciato con un accezione negativa ma **non è un punizione**, non ci succedono cose brutte per punirci, il karma è come la legge di gravità, è neutrale, impersonale, è un debito cosmico, uno squilibrio energetico che chiede un bilanciamento. In ruoli diversi

proveremo energie diverse, situazioni opposte per bilanciare e crescere.

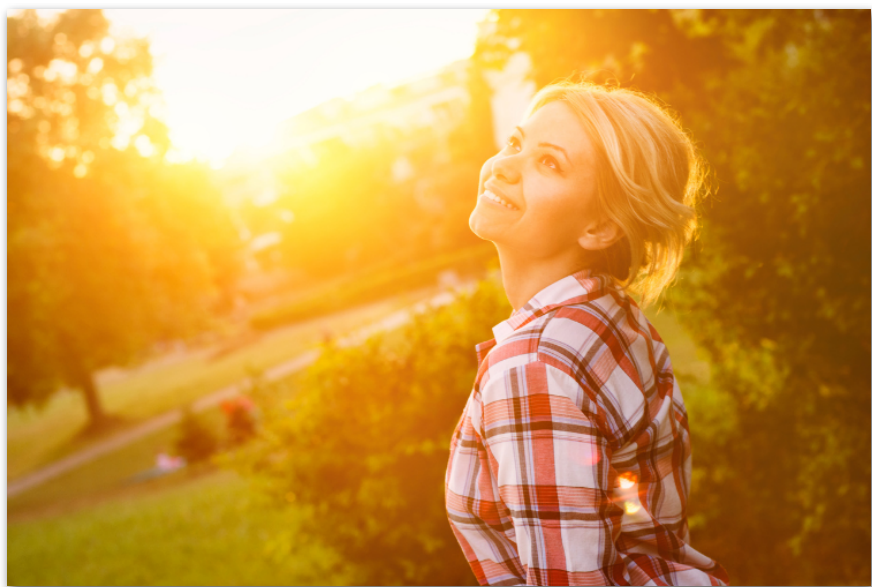
La legge di gravita è impersonale e universale, ci arrabbiamo o ci sentiamo vittime se inciampiamo ?

Lo stesso concetto mi piacerebbe poterlo traslare nel Karma, senza punizioni, senza sensi di colpa, senza sensi di vittimismo in relazione alle prove che stiamo vivendo, questa comprensione se riusciamo a capirla e proviamo a viverla ogni volta al meglio amandoci e dandoci la possibilità di comprendere, creiamo una sorta di gratitudine per ogni prova. Ed è proprio qui che l'anima si espande e ci attende la vera gioia di vivere come ricompensa immensa.



La comprensione del Karma con questa accezione ci aiuta ad andare oltre al giudizio, a capire che ad ogni prova c'è un "perché" ed è a fin di bene.

Anche nello spazio-tempo di altre dimensioni tra una vita e l'altra la nostra anima torna alla Casa, al Divino, un viaggio dal punto di vista spirituale magnifico. Quando lasciamo il corpo, l'Anima torna come Spirito anche lì approfondiamo ciò che abbiamo appreso e viviamo un'esperienza molto potente.



Sia Brian Weiss che Robert Schwartz e tanti altri ricercatori affrontano la spiritualità con molta concretezza, integrando la materia e le esperienze terrene convenendo

che solo l'Amore sia reale, che noi siamo amore. Le prove della vita ci danno proprio l'opportunità di esprimerci, conoscerci, evolverci e capire quanto siamo in grado di provare amore in tutte le sfumature: empatia, perdono, pazienza, non giudizio, coraggio, equilibrio, accettazione, fiducia, buona volontà, gratitudine, fede.

Capitolo 9

La sofferenza come disallineamento mente- anima: IL QUI ED ORA



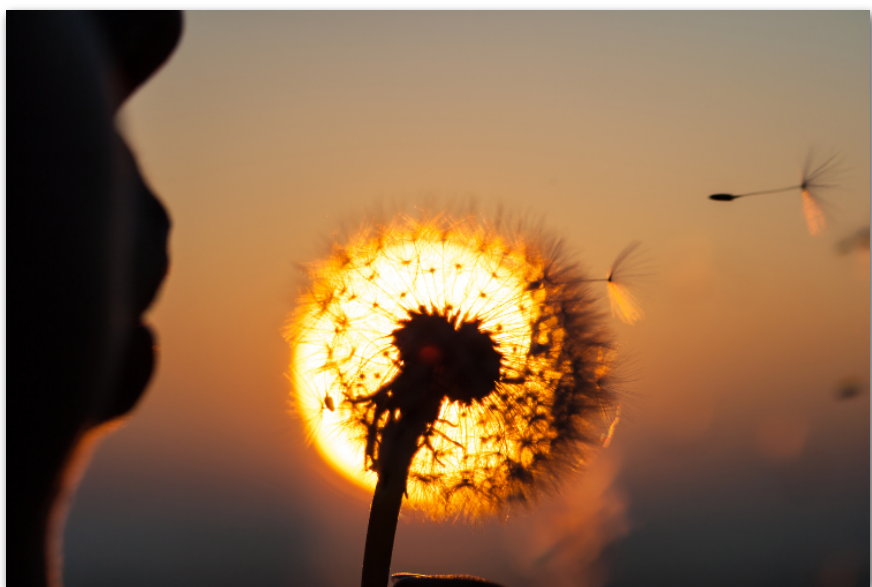
Desidero proseguire questo viaggio con te citando una frase di Eckhart Tolle:

“Sei qui per permettere al Divino scopo dell’Universo di manifestarsi. Ecco quanto sei importante!”

La sofferenza e la paura dal punto di vista Energetico sono invenzioni della nostra mente, la nostra mente fa troppo

rumore, immagina i nostri pensieri come scimmie che saltano da una liana all'altra con frenesia e velocità.

Per rompere questo schema ed accedere alla nostra vera dimensione interiore, serve proprio ricordarci che non siamo la nostra mente, questo è il più grande ostacolo all'illuminazione.



Non serve che nessuno ci insegni una verità spirituale che già non conosciamo dentro di noi. La Missione è ricordare ciò che abbiamo dimenticato: la conoscenza antica, viva e sempre nuova è già presente in ogni nostra cellula.

La mente vuole classificare, confrontare, fa rumore, ci fa ragionare, mentre l'Anima sussurra, ci dà quell'intuizione splendente, quel sesto senso che trova spazio nella parte nostra più intima.

Quando la mente è tranquilla, possiamo accedere alla nostra parte di Essere più intima e vera, quella parte di Vita Eterna, di Anima, intrinseca ad ogni forma di Vita, nella parte invisibile, indistruttibile, sempre accessibile. Non serve capirlo con la ragione ma provare a viverlo nonostante le varie prove della vita, quando la mente è tranquilla.

Per poter accedere a questa stato di Essere, a quella nostra particella Divina serve calmare quell'incessante brusio mentale per accedere alla quiete del QUI ed ORA.



Identificarsi con la mente crea uno schermo opaco, di etichette, giudizi, definizioni, convinzioni, preconetti. Usare la mente come strumento è importantissimo, nasce la malattia e la sofferenza, quando usiamo la mente prende il sopravvento sul suo utilizzatore, è la mente ad usare noi e così senza volerlo e in maniera inconsapevole ci identifichiamo con la mente e diventiamo schiavi dei pensieri, della paura.

Mi piace l'immagine di vedere con distacco i nostri pensieri, ogni pensiero come un cartello con scritto quelle credenze, quel pregiudizio, e vedere sfilare tutti i cartelli, stare ad osservare.

E' una visualizzazione creativa che cerco di fare per non lasciare che la mente mi usi, ma per essere io ad usare la mente e ogni tanto saperla spegnere, come se io osservassi una parte di me che pensa e provo così ad attivare un livello di consapevolezza superiore.



Come sarebbe vivere la giornata senza paura, paura di morire, paura del giudizio, paura di fallire, paura di... ma osservare la mente, prendere quel minimo distacco e al di là della mente vedere oltre quell'opaco la bellezza, l'amore, la creatività, la gioia e la pace.

Elevarsi sopra il pensiero, attraverso la meditazione, la preghiera, molte tecniche valide, dal punto di vista

Energetico cercare che la mente perda il potere di controllare e di identificarci con essa.

Ascoltare la nostra mente con distacco, imparzialità senza giudicarla.

Quando ci tormenta un pensiero del passato, si creano visioni distorte, andando nel passato dal punto di vista energetico si va ad alimentare blocchi vari vissuti di ferite emotive con sensi di colpa, rimorsi che creano infelicità, tristezza, si crea un risucchio di energia vitale, disperdiamo la nostra preziosa energia.

Questo pensiero involontario e compulsivo ci allontana dalla nostra vera Essenza e dalla gioia di vivere per la quale siamo nati.

Provare ad Essere nel QUI ED ORA è davvero la “cura” energetica per alzare la frequenza vibrazionale del nostro campo energetico che si riflette poi sul corpo fisico .

Mi piacerebbe condividere con Te e fare breccia in Te con un concetto molto sottile, ma potente, al quale Tolle, come maestro spirituale, sta dedicando la sua esistenza.

Essere talmente presente nel QUI, né un minuto fa, né tra un minuto, essere solo in questo istante, quella presenza totale che va oltre te stesso, inconcepibile, più grande di te, un intervallo senza la mente, senza pensare. Prova a fare una mansione quotidiana come lavarti i denti, mangiare e

creare uno spazio temporale ora, né un minuto fa, né tra un minuto e sentire lì la tua totale presenza come un intervallo di flusso mentale, si inizia a creare uno spazio dove esiste solo la pace.

*Ora, **NEL QUI ED ORA**, tutto è perfetto così come è !*



Una visualizzazione creativa ed energetica che adoro e voglio condividere con te: Immagina la tua fronte come sede della tua mente e da lì si apre un ascensore, entra dentro.

Questo ascensore dallo spazio della mente si chiude e scende fino al centro del tuo petto, contando da 10 ad 1 respira, scende e l'ascensore arriva al centro del tuo torace,

sotto il petto, nel plesso solare, arriva, si apre e si apre in questo spazio dove **senti** il tuo Sè, la tua Anima, la Tua Scintilla Divina. Respira e senti come hai interrotto il flusso mentale, si crea un intervallo di tempo e spazio dove tutto è perfetto così come è, tutto sta andando come deve andare. Questo ti permette di sorridere della voce della tua testa, dei tuoi continui pensieri, quel sano distacco che calma il tempo, lo spazio e ti permetti di contattare la tua vera natura, qui l'Energia Vitale si sprigiona.

Il dono della mente è prezioso ma diventa dannoso quando ci identifichiamo con esso, il mio personale Sentire, come se la sfida più grande sia sempre un equilibrio tra ego-mente ed anima, un equilibrista sui trampoli che sente il gusto di trovare il baricentro che permette a lui di dosare velocità, concentrazione, capire quando ci si sbilancia troppo da una parte o dall'altra.



La sofferenza nasce sempre nell'andare nel passato con sensi di colpa, giudizio di noi stessi, giudizio altrui e andare nel futuro con ansia, preoccupazione e paura. Ma NEL QUI ED ORA, in questo preciso istante tutto sta andando come deve andare.

La sfida è proprio quando abbiamo una prova e siamo in un vortice di emozioni, pensieri, ricorda la scimmia che salta da una liana all'altra, lì fermarci e ritrovare nel caos il distacco dalla mente ed entrare nello spazio dell'Anima in assenza di pensiero , sollevarsi sopra al pensiero.

Mi aiuta sempre pensare come grandi scienziati siano stati menti illuminate, geni che hanno portato valore aggiunto al

mondo e spesso hanno affermato che le loro grandi scoperte siano avvenuti in un momento di pace mentale, sbalorditivo.

In quel colpo di barlume si crea un vuoto spazio-tempo dove davvero tocchiamo con mano il concetto che spazio e tempo sono un'illusione, strumenti della Matrix.

Identificarci con la nostra mente è quindi una perdita di energia, immagina un tubo di energia che scorre veloce dentro di te, attorno di te e una piccola perdita quando crediamo di essere i nostri pensieri. La sfida quindi di diventare un osservatore silenzioso della nostra mente, quei famosi cartelli che sfilano di pensieri e trovarci a sorridere di essi, davvero questo è un passo verso la nostra Scintilla Divina che ci dona una pace immensa, proviamoci, è una sfida per tutti noi.

Un'altra perdita di energia è quando ci identificato con le nostre emozioni.

La reazione fisica della nostra mente, esempio, un pensiero ostile crea un accumulo di energia di rabbia, di paura, di preoccupazione e pensiamo che questa emozione ci difenda dal mondo esterno, invece, ahimè richiama incontri ed eventi che vibrano in quella frequenza, ci porta ad incontrare persone con rabbia latente che ci fanno da specchio, così la parte emotiva, mentale e fisica vengono

travolte, qui la sfida di staccarci non solo dalla nostra mente ma dalle nostre emozioni. Come dicevo nei capitoli precedenti, il nostro ego ci serve per evolvere, affrontare le prove animiche, ma non dobbiamo identificarci con esso. Quelle emozioni che colorano la nostra Aura Astrale, che riattivano vecchie ferite-blocchi e creano un circolo vizioso tra pensiero ed emozione.

L'emozione è come uno schema di pensiero potenziato e rafforzato con una carica energetica che diventa sempre più grande ed a volte insostenibile, vedremo poi come con le **Pulizie Energetiche**, andando a connetterci con l'Energia bloccata si possa richiamarla e mandarla in luce.



Interrompere energicamente il circolo vizioso per cui lo schema mentale diventa un riflesso emotivo, colora l'aura astrale, riattiva vecchie ferite e la frequenza energetica di quella precisa emozione che prende il sopravvento andando ad offuscare la nostra Scintilla Divina e allentandoci dalla nostra vera natura.

Quindi la personalità, l'ego, la mente sono strumenti stupendi di cui essere grati, diventano perdita di energia nel momento in cui ci identifichiamo con essi, diamo loro il potere e perdiamo il controllo della nostra consapevolezza, della natura Divina, mente ed anima si disallineano e nasce la sofferenza e la malattia

Sentire quell'istante di beatitudine il QUI ED ORA è una consapevolezza potentissima, questa consapevolezza per me è la base che mi ha portato sempre con gioia e coraggio a scoprire il mondo delle Pulizie Energetiche, perché **trovando le energie bloccate del passato si può liberarsi del vecchio, lasciare andare vecchi ancoraggi e scoprire che siamo perfetti ed integri oltre lo spazio ed il tempo, sentire quella gioia dentro per la quale siamo nati.**

Capitolo 10

I Chakra



Desidero introdurre il concetto di Chakra che ci sarà utile per capire il campo energetico di cui siamo formati.

I Chakra sono centri energetici del nostro corpo, essi hanno la funzione di ricevere e distribuire energia vitale, un corretto funzionamento di energia in entrata e in uscita permette al nostro corpo di essere in salute fisica e mentale. La parola “Chakra” in sanscrito significa “ruota, cerchio, disco” proprio perché sono plessi e punti nel nostro corpo tramite i quali l’energia entra ed esce, i

principali sono sette, ognuno di loro ha una caratteristica precisa ed è associato ad emozioni, sensazioni e funzioni mentali-spirituali.

Ci sono molte tecniche per potare equilibrio o sblocco ai vari Chakra, con l'imposizione della mani, con trattamenti sul corpo, a distanza, ecc..

Ho creato un protocollo come metodo che uso nelle Pulizie Energetiche mettendo assieme varie conoscenze, esperienze e studi, per poi farlo a mia misura andando a lavorare sia sui vari strati dell'Aura che sui vari Chakra, dove esiste un'energia bloccata c'è disarmonia e possibilità di miglioramento per liberare la nostra vera natura.



Tutti questi passaggi che abbiamo visto assieme ci stanno aiutando a comporre un puzzle di conoscenze e consapevolezze per capire che siamo fatti di un corpo fisico, visibile, tangibile e di un corpo energetico invisibile che regola le nostre sfere spirituali.

Spesso questo corpo invisibile è chiamato “**Prana**” ossia la nostra energia vitale, questa energia vitale fluisce nel nostro corpo attraverso alcuni canali energetici “nodi” (ne abbiamo più di 72.000) e i Chakra sono vortici di energia.

Ogni Chakra ha una propria funzione (*nella parte video ho fatto un approfondimento per ogni singolo chakra*), rappresenta aree e organi specifici del corpo, ha un proprio colore, un proprio elemento, un proprio suono, su questo ambito si potrebbero scrivere libri e libri con approfondimenti in verticali molto affascinanti, ma in questa sede ci tengo a dare solo un piccolo schema utile per poi proseguire per chi vuole nella parte più tecnica delle Pulizie Energetiche.

Lì ci sarà utile sentire i Chakra bloccati al fine di capire, che tipo di energia è bloccata, a che livello, a che ferita-trauma si riferisce, il periodo in cui si è formata, l'ambito, etc.. per poi richiamarla e mandarla in luce, ma non corriamo, passo passo ci avviciniamo.

Capitolo 11

Angeli, Arcangeli, Spirito Santo, Maestri di Luce e Guide



Riprendendo il discorso che siamo Scintille Divine, siamo un'estrapolazione di Dio, del Tutto, dell'Uno.

Voglio aggiungere un piccolo tassello con voi e condividere una consapevolezza che va oltre ogni religione, oltre ogni stereotipo che vede associata un'immagine umana in carne ed ossa, ma Dio con il nome che molte religioni chiamano in modo diverso, è un'Essenza di Energia pura, quell'unico Fuoco dal quale tutti noi abbiamo preso origine.

Una fiammella di quel fuoco, estrapolata crea e dona Vita alla nostra Scintilla Divina, da lì siamo partiti, piano piano l'Anima si riveste di tutti i corpi sottili di cui abbiamo parlato e scende poi per essere contenuta in un corpo tangibili, visibile sulla Terra.



Ma nella Terra non siamo soli, oltre il visibile c'è una parte di invisibile.

Partiamo dal chiederci perché è invisibile ?

Perché **vibra ad una frequenza più alta**, meno densa, quindi diventa visibile o percettibile solo da alcune persone più sensibili e con una consapevolezza più elevata. Ma sono certa che tutti tutti noi, con un percorso di crescita, con la nostra evoluzione e illuminazione abbiamo dentro

questa capacità, magari avanzando con la nostra età animica, quando l'ego per un pò lascia spazio all'Anima: in preghiera, in meditazione, in una fase di onde celebrarli Theta.

Sapere che non siamo soli in terra nel mio "Sentire" è una certezza, una certezza seppur umile molto determinata e adoro condividere queste consapevolezze perché sono strumenti, conoscenze che ci migliorano la vita.

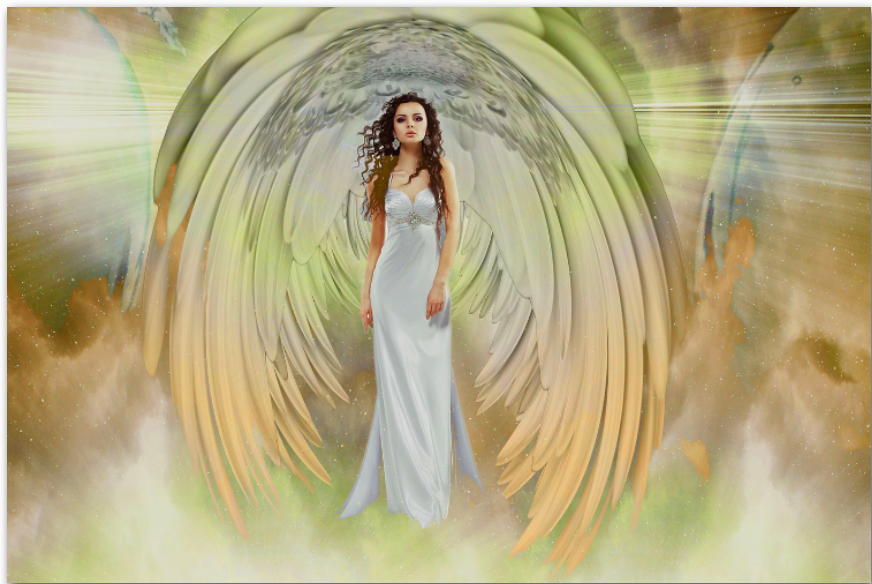
Gli Angeli sono incaricati da Dio di starci vicino dalla nostra nascita alla nostra morte, in ogni momento della nostra vita terrena, anche se non ne siamo consapevoli.

Gli Angeli hanno una frequenza vibrazionale molto elevata rispetto alle Guide, perché sono molto più vicini alla Fonte, a Dio, essi ci ispirano, ci proteggono, ci donano energia.

Non sempre ci offrono un consiglio esplicito, ci sono, ma **sta a noi delegare con una richiesta-preghiera-meditazione esplicita una delega per una nostra preoccupazione, una richiesta di aiuto.**



Gli Spiriti Guida invece nella maggior parte dei casi hanno avuto almeno una vita in terra, quindi capiscono benissimo le nostre prove, le nostre sofferenze come genere umano, essi sono a disposizione quando abbiamo bisogno di incoraggiamento, di aiuto al fine aiutarci in questo percorso di evoluzione animica. Anch'essi come gli Angeli sono sempre a disposizione **ma non interverranno mai senza il nostro permesso**, spesso però più degli Angeli cercano la nostra attenzione per indurci a chiedere il loro aiuto e smuoverci.



Le Guide possono essere Anime che tornano in forma invisibile per aiutarci e connettersi con noi, alcune arrivano proprio in un momento preciso della nostra vita quando stiamo affrontando una specifica prova che loro stesse come esseri terreni in vite passate avevano magari affrontato, ora però vivono in dimensioni meno dense, più elevate animicamente e così offrono il loro aiuto proprio in virtù delle loro esperienze terrene precedenti, magari in un compito specifico che loro stesse hanno già vissuto.

Le Guide possono anche essere parenti defunti, o persone care che dalle altre dimensioni sono stati scelti per rimanere connessi con noi, per sostenerci e guidarci. Anime con le quali abbiamo già condiviso vite precedenti che per ora rimangono in quella dimensione ma desiderano

continuare il nostro legame ed arricchirci a vicenda, con la sensibilità della preghiera spesso possiamo avvertirle proprio vicine a noi e sta a noi imparare a chiedere aiuto.

Andando nello specifico possiamo anche ricordare che i Maestri Spirituali sono tra le Guide più importanti desiderano aiutarci a percorrere e scoprire la parte di natura e crescita spirituale.

Ci sono varie Guide che possiamo nominare e classificare come i RICERCATORI, gli APRIPISTA, ma più di tutti questi Esseri invisibili e soprannaturali c'è lo Spirito Guida che viene per assisterti come il tuo Sè Superiore che ha un'illuminazione sopra ogni cosa, di una potenza meravigliosa.

Non importa quante Guide incontrerai nella tua vita, possono essere figure di Santi, di Anime di parenti defunti, arrivano da galassie e dimensioni varie, ti assistono per periodi diversi della tua vita, si manifestano in modo diverso, ma quello che è certo sono discreti e di una delicatezza immensa, non hanno mai modi prepotenti e ci chiedono una dimestichezza di vibrazioni leggere, libere e si avvicinano a noi con una impercettibilità, come una piuma delicata, non aspettarti esseri di grande rumore, è una connessione intima, profonda, delicata. **Dialoga con le Guide, chiedi loro aiuto con questa connessione di Anime**, più parli e chiedi, più vai oltre i tuoi cinque sensi del

corpo fisico, non aspettarti risposte tuonanti di apparizione di un grande Mago, ma nel tuo Spazio Intimo. Sarai guidato e sentirai, questa è Fede, affidarsi a chi invisibilmente c'è ed è a nostra disposizione. Non chiamarli e non chiedere aiuto è egoico.

Questi strumenti sono a disposizione di tutti, per me la cosa più bella è condividere con chi ha il piacere di questo “Sentire” perché ognuno di noi sia certo di non essere mai solo.



Tornando invece agli Angeli, il tuo Angelo Custode, ti consiglio di dare a lui un nome per sempre, ci sono siti che in base alla tua data di nascita ti dicono il nome, potresti affidarti a chi sa comunicare con il tuo Angelo, ma puoi

anche tu stesso dargli un nome per identificarlo, lui a differenza degli Spiriti Guida, è vicino a te 24 h al giorno , dalla nascita fino alla morte e anche dopo la morte fisica ci accompagnerà in altre dimensioni.

Per comunicare con loro serve mettere da parte la ragione, i nostri schemi mentali, le nostre resistenze e non dobbiamo convincere nessuno.

Se ognuno di noi pensasse ad alcuni momenti della nostra vita, sono certa, certissima come tutti noi possiamo dire di avere incontrato il nostro Angelo custode: ti è mai capitato di schivare un incidente per un soffio ? Ti è mai capitato di essere stato dirottato per una decisione diversa dalla logica e con il senno di poi aver capito che è stata una grande fortuna ? Non pensi che sia stato un intervento che va oltre la nostra dimensione terrena ?



Ti è mai capitato di avere un imprevisto e di trovare una persona che magicamente compare e ti risolve quella cosa, ti indica la strada giusta, ti aiuta ? Ecco anche qui gli Angeli lavorano e si materializzano dal senzatetto più disperato al cantante più famoso.

Ogni volta che viviamo una situazione così surreale sarebbe bello fermarci e ringraziare il nostro Angelo e le nostre Guide, il nostro Sè Superiore che assieme ci assistono, la nostra gratitudine è per loro nutrimento di amore. Possiamo chiamarli anche per le piccole cose, proprio da quelle prendiamo fiducia e potremo nel bisogno chiamali per le grandi prove della vita.

Gli Angeli vivono tramite le nostre esperienze, loro vicini alla frequenza di Dio, della Fonte possono guidarci, impariamo a chiamarli, chiedere aiuto, chiedere un segnale preciso e chiaro, io posso portarti vari esempi della mia vita in cui ho chiesto un segnale e sono rimasta a bocca aperta nel vedere la loro prontezza di risposta.



Chiudi gli occhi e chiama il tuo Angelo, affidati a lui e ricorda di ringraziarlo al mattino perché ha sorvegliato la notte, momento in cui il buio si fa più denso, chiamalo per un viaggio che si sieda vicino a te per proteggerti; una sera che ero un pò tesa chiamavo il mio Angelo e chiudevo gli occhi, appena ho cercato di portare la mia vibrazione a livelli più leggeri l'ho sentito vicino a me, come una piuma,

una farfalla e mi comunica in quarta dimensione, non sento, non vedo, ma come una telepatia e mi ha detto:

“ Ehi ma io ci sono sempre stato”

è come dire, *“sei tu essere umano che non mi chiami e non mi senti finché vibri di emozioni basse”!*

Potremmo stare a parlare ore ed ore di questo argomenti affascinante ma quello che desidero passare è la consapevolezza dell'invisibile che ci serve per capire come siamo energia, come poter fare-ricevere le pulizie energetiche.

Gli Arcangeli, parola dal latino composta comandare -angeli, sono coloro che coordinano gli Angeli. L'Arcangelo è un messaggero, un Angelo Divino con posizione di guida di tutti gli Angeli, coordinano le attività degli Angeli al fine che un certo progetto, compito, missione avvenga per il massimo beneficio e amore.

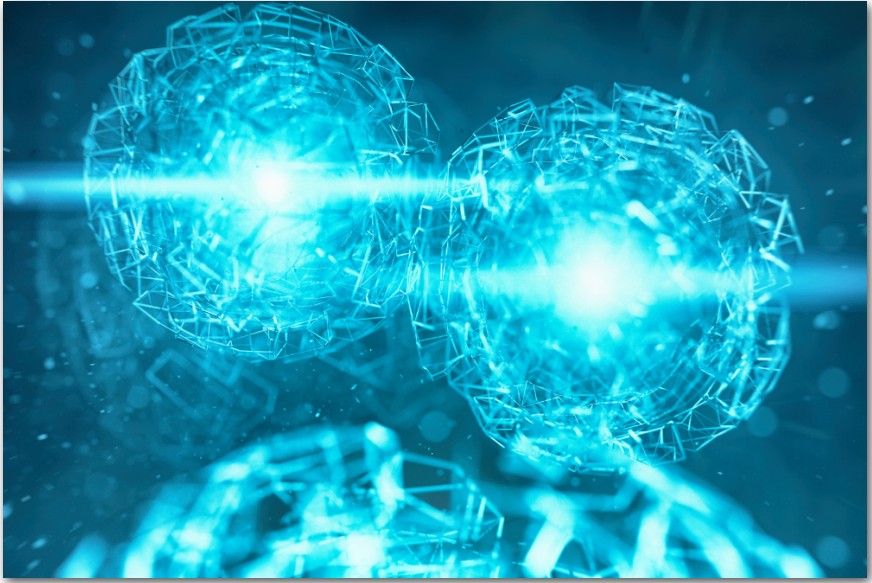


Lo Spirito Santo è utilissimo invocarlo e chiedere aiuto dal punto di vista spirituale. Oltre alle definizioni e i passi dei vari dei Libri Sacri, in parole semplici possiamo provare a dare un accenno, anche se la sua dimensione e potenza è impossibile ridurla a parole.

Nel mio “Sentire” mi piace pensare e condividere l’immagine dello Spirito Santo come il Soffio di Dio, arriva a noi per portarci la potenza Divina, non si sente come voce, ma si sente con il cuore, con pazienza e persistenza, brucia ogni impurità, brucia e protegge come il fuoco, simbolo per eccellenza dello Spirito Santo.

Capitolo 12

Quando Fede e Scienza coincidono



La nostra parte più spirituale ci consente di andare oltre ogni istituzione e di poter anche mettere assieme un'Unica verità, ci sono tratti-frasi di varie religioni, che messe a confronto, tutte ci portano ad una grande Illuminazione. Sathya Sai Baba, Buddha, Gesù, etc.. se mettiamo a confronto alcuni passi dei Libri Sacri possiamo davvero capire come ci sia una legge universale di amore e ci conferma che siamo Scintille Divine.

Sai Baba diceva:

*“Io sono Dio ma anche voi lo siete solo che non ne avete la
consapevolezza.”*

Buddha sostiene che qualunque essere umano può
“illuminarsi”.

Gesù disse che siamo fatti della stessa luce di Dio e che
qualunque essere umano può fare opere come le Sue ed
anche più grandi delle Sue.

“Voi siete Dei e farete cose più grandi di me”.

D'altra parte anche la fisica quantistica studia l'energia
primordiale dalla quale siamo nati come energia cosmica e
utilizza gli stessi aggettivi che le varie religioni utilizzano
per Dio.

Se approfondiamo tanti punti possiamo davvero trovare
concordanza tra religioni e scienza, questa cosa è
sbalorditiva, straordinaria.



Potremo proseguire con dire che Dio quale onnipresente, onnisciente e onnipotente, dal Tutto si fa vivo sulla Terra trovando forma di maschio e femmina come unione di due frequenze opposte per un percorso evolutivo. L'Anima abbassa la frequenza, si fa spazio in un corpo tangibile terreno, vive e poi tornerà a fine vita ad una frequenza vibrazionale alta presso la dimensione Divina.

La fisica quantistica parla di energia polare onnipresente, onnisciente, onnipotente, abbassa la frequenza e polare diventa polo positivo e polo negativo come energie cosmica.

Ho letto molti libri e molte conferenze dove approfondiscono questo filone e questa consapevolezza, si potrebbe approfondire ancora molto, ma quello che desidero condividere con voi è: come possiamo parlare di spiritualità, del Divino e dell'Amore come mezzo per avvicinarsi sempre più alla vibrazione della Fonte in mezzo a tutte queste prove della vita.

Capitolo 13

Entrare in connessione con un'Energia Divina Superiore



Con le pulizie energetiche chi opera è solo un mezzo, un ponte di comunicazione e connessione con un'Energia Divina Superiore.

Le forze che agiscono sono invisibili, per questo ho introdotto prima le varie tematiche di Angeli, Arcangeli, Spiriti Guida, Maestri, Spirito Santo.

Spiegare a parole la connessione Divina è riduttivo, ma ci provo: si parte con il mettere a tacere il chiacchierio della nostra mente ed entrare in quella parte dentro di noi chiamata Anima, Scintilla Divina, che deriva dal Tutto, da quella Fonte di energia primordiale dalla quale siamo stati creati, a quel livello zero dove non ci sono pensieri, parole, fatti, memorie, valori non c'è nulla e c'è il Tutto.

Quel grande fuoco dal quale ognuno di noi è partito come Fiammella, Spirito e poi Anima che attualmente abita un corpo. Sentire il silenzio della mente, entrare nella nostra parte già intima quale Scintilla Divina che a sua volta si connetta con la Fonte, una Sorgente originaria, chiamata Dio, Amore, dove non esisteva la dualità ma un Tutto.

Quindi una volta stabilita la connessione con la Sorgente Originaria, sarà proprio quella Fonte ad operare, tramite il terapeuta olistico o la persona umana che opera come “Ponte”. A questo livello si chiede che l'energia bloccata di una persona o di un luogo venga richiamata e mandata in luce.

Questa è la base anche di chi prega, chi fa meditazione, chi manda luce a distanza; ma a volte anche chi prega e fa meditazione dopo una pò lo fa per abitudine e non si ricorda della potenza, dove lo spazio e le distanze si azzerano.

A supporto di questo concetto mi piace raccontarti una storia vera, antica di come a distanza si possa agire.

Ti racconto la nascita del Metodo ho'oponopono che in maniera esemplare ti spiega come l'energia a distanza funziona ed è molto efficace.

Un terapeuta energetico il dottor Hew Len usava un metodo insolito antico di origini Hawaiane; e per un attimo vi porto alle Hawaii e ci facciamo dire il significato etimologico della parola.

Ho'o vuol dire "causa" ponopono "perfezione", quindi un metodo che serve per correggere, aggiustare.



Secondo gli antichi Hawaiani l'errore sorge da pensieri contaminati da ricordi dolorosi, questo metodo offre un modo per liberare l'energia di questi pensieri dolorosi o di questi errori che portano squilibrio e malattia.

Quindi ho'ponopono è un metodo che agisce dentro di noi, fu creato e migliorato da Mornah, consegnato poi al Dr Hew Len nel Novembre 1982

Con questa tecnica il Dr. Hew Lew, medico psicologo clinico, ha dedicato la sua vita a questi studi, dal 1983 (anno della mia nascita) insegna questo metodo aggiornato.

Ha applicato questo metodo per guarire e liberare un intero reparto di criminali malati di mente senza averli mai incontrati in una seduta. Ha quindi agito a distanza, guardando le cartelle cliniche e connettendosi con il Divino come punto zero, questo metodo in carceri di massima sicurezza, metodo presentato anche all'Onu. Quel reparto era sempre afflitto da dimissioni degli infermieri, difficoltà e grandi disgrazie, con questo metodo si sono visti veri e proprio miracoli nell'atmosfera, nella gestione e nel fluire del lavoro dei medici e pazienti.

Quindi c'è un'antica essenza, via via migliorata ed integrata, è un metodo di perdono, pentimento, trasformazione.

Parte da alcune basi:

1) Siamo tutti responsabili del nostro mondo, siamo tutt'uno, anche se la nostra percezione in terra è essere separati, purificare la parte di noi che condivide in chi ho vicino, anche chi mi irrita, ecc., dura da mandare giù. Accettare che la nostra completa responsabilità di noi e di ciò che ci circonda è accettare la gente che entra nella nostra vita e ci prendiamo piena responsabilità della nostra vita, siamo la sorgente di tutte le esperienze.



2) Ciò che appare nella nostra vita è solo proiezione di nostri problemi, di quando ci siamo allontanati dal punto

zero, inteso come Divinità, luogo dal quale tutte le benedizioni di prosperità, pace e salute nascono.

3) I nostri pensieri sono impegnati di ricordi dolorosi, persone, luoghi e cose. Una credenza, un programma di credenze, la sfida è ripulire tutti i programmi e tornare.

4) Quando fai Ho'pononopono accade che la Divinità lassù si prende il pensiero doloroso, lo neutralizza e lo purifica.

Non si neutralizza o purifica la persona, il luogo o la cosa, ma l'energia associata a questa persona, a questo luogo, a quella cosa.

Primo passo dell'ho'pononopono che ha in comune con le Pulizie Energetiche è PURIFICARE QUELL'ENERGIA .

Quell'Energia viene non solo neutralizzata ma rinasce in uno spazio completamente nuovo, nel cosiddetto vuoto.

Tutto inizia nel pensiero, il più grande guaritore è l'amore.

Quindi la connessione con il Divino vista nelle Pulizie Energetiche, come nel metodo ho'pononopono, la possibilità di un "ponte" per fare appello al Divino creatore, in quanto in ogni persona c'è una parte di divinità che è una vera estensione del Creatore.

Capitolo 14

Cos'è una Pulizia Energetica



Come abbiamo già visto siamo Scintille Divine, anime in cammino e a volte ci identifichiamo principalmente con il nostro corpo fisico, ma in realtà siamo molto di più.

La Fede fa riferimento alla parte spirituale del Divino, ma anche la fisica quantistica e la Scienza possono convogliare sul fatto che siamo un campo elettrico e magnetico al cui centro il cuore è proprio un generatore di campi elettromagnetici.

Dal cuore partono le sensazioni che coinvolgono onde, vibrazioni, creando un vero e proprio campo di energie.

La nostra energia ha una sua luce, una sua vibrazione che ci caratterizza NEL QUI ED ORA. E' la somma del nostro Essere più intimo, del nostro vissuto, delle nostre ferite e delle nostre esperienze.



Se chiudi gli occhi e pensi ad una persona in particolare (tuo papà, la tua amica, tuo figlio), oltre alla caratteristiche fisiche, senti come essa si contraddistingue da un'altra persona per la sua tipica energia. Ti invito a farlo, chiudi gli occhi, lascia andare i dettagli visibili di colore dei capelli, altezza, fisicità, ma vai oltre, oltre e senti come può essere la sua parte energetica: lenta, veloce, insicura, splendente, paurosa, calma, agitata, pacata, ecc.. questa sua energia è

in continua evoluzione e il suo campo morfico è l'emanazione del suo vero Sè.

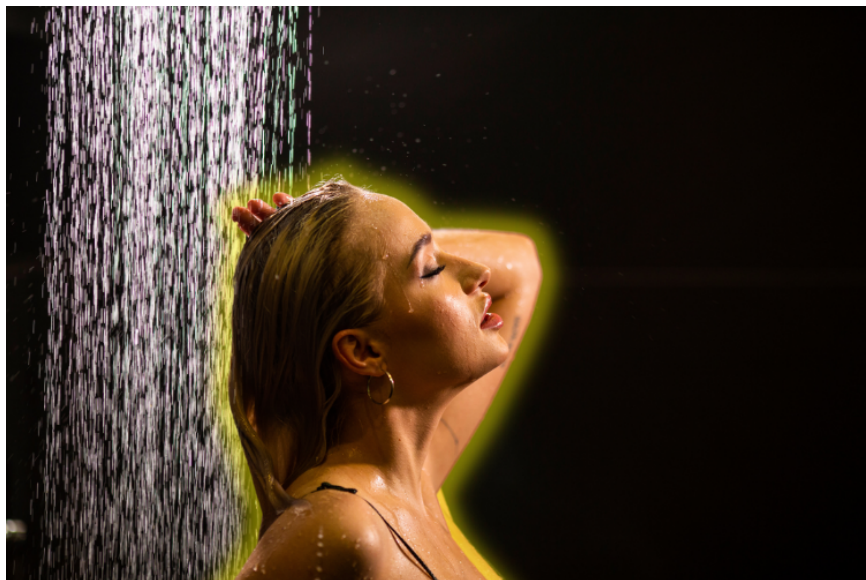
Oltre all'Energia vera e propria del suo Sè, abbiamo anche l'influenza del luogo in cui viviamo, il luogo in cui lavoriamo, le energie delle persone che frequentiamo.

Ti è mai capitato di sentire entrare in una stanza una persona che con la sua energia, la sua allegria riempie la stanza, prova a pensarci; questa è la sua energia interna che sprigiona e contagia che si avvicina. Lo stesso vale per gli ambienti, entri in un luogo e senti subito alcune sensazioni cosiddette “di pancia”, d'impatto, prova a pensare a due estremi, un luogo di festa di bambini dove la leggerezza è palpabile e un reparto di ospedale dove c'è sofferenza, un carcere dove ahimè le vibrazioni sono molto basse di dolore. Questi piccoli esempi per capire come l'energia esiste e tu stesso puoi sentirla, osservarla, percepirla.

Facciamo ora un passo oltre.

Alla sera dopo un giorno intenso di incontri, emozioni, impegni ci si fa una bella doccia calda o per i più coraggiosi una bella doccia fredda al mattino, i grandi biohackers, mitici e temerari che stimo, dicono proprio questo. Allo stesso modo in cui puliamo il nostro corpo fisico con

acqua e sapone, al pari ci farebbe bene pulire la nostra parte energetica, che ci circonda. Ricordi l'Aura, i Corpi Sottili, i Chakra, ecco ci tornano utili.



Ci sono vari livelli, vari strati e varie dimensioni di Energie, sarà mia cura cercare di raccontarti nel mio “Sentire” una semplificazione per rendere l'argomento fluido il più possibile, dando il giusto valore ad ogni concetto ma rendendo la tematica utile e concreta, seppur invisibile, ma fammi dire MERAVIGLIOSA.

Nella nostra parte energetica quindi c'è la nostra Scintilla Divina, il nostro “Sè” che poi viene comunque coinvolto da Energie di ambienti, luoghi e persone, la nostra Aura sente

e avvicina le Aure altrui, assorbe l'invisibile di dove andiamo, chi frequentiamo e delle nostre stesse emozioni, pensieri, pregiudizi e ferite.

Un esempio: ti capita mai di sentire in te un'emozione particolarmente accentuata che solitamente non fa parte di te, esempio la rabbia. Come una piccola palla di neve, prende sempre più forma e ti travolge, il Plesso Solare (il punto sotto il petto, al centro dello sterno) si contrae. Forse un evento, una persona, una ferita ha preso posto nella tua parte energetica ex novo, o magari ancora di più è andata a riattivare un vecchio trauma (immagina una macchiolina grigia in uno dei tuoi strati di aura) che si attiva, si alimenta.

Fermati e pensa dal punto di vista energetico, respira, concentrati, magari fai l'esercizio dell'ascensore dalla mente all'Anima e prova a chiederti: ma questa rabbia, mi identifico con essa e la sto richiamando sempre più, è mia ? Da dove arriva ? Come si è attivata o ri-attivata? Ecco immaginala come questa macchiolina grigia da pulire che va ad intaccare la tua vera essenza.

Chi è più sensibile, empatico e attento si accorge subito, ma in realtà ci tocca tutti, fa parte di questa scenografia, di questa esperienza terrena, del nostro ego e ci serve per evolverci.

Quindi ogni ferita ed ogni blocco emotivo non elaborato ha una controparte energetica che in termini terreni, va a sporcare la nostra vibrazione, la nostra vera natura di splendere, disallinea mente ed Anima e ci fa soffrire.

Per entrare sempre più nel vivo dell'argomento: come faccio a connettermi con l'Energia altrui ?

Innanzitutto, un punto estremamente importante e fondamentale, mi connetto solo ed esclusivamente a distanza con una persona che me lo richiede, che vuole aiuto e che mi autorizza e lo desidera.

All'inizio ti verrà dal cuore spontaneo offrire il tuo aiuto a tutti, quando senti e vedi disarmonia; per il tuo buon cuore, il tuo entusiasmo ti potrebbe portare a fare la "crocerossina", ma va ponderata. Serve l'autorizzazione, la volontà, la richiesta di aiuto, il crederci ed il fidarsi in quanto entrano in gioco il karma, le varie prove animiche che ognuno di noi deve affrontare, **non va pulita l'Energia di una persona che non ce lo richiede.**



Inoltre, sempre precisare che è un ambito solo ed esclusivamente Energetico, non sconfiniamo mai in campo medico, psicologico o terapeutico.

Entrare nelle Energie altrui è come entrare in un tempio sacro, mai farlo per curiosità, per dimostrare qualcosa, altrimenti subentra il nostro ego e sarebbe come avere le chiavi di casa di una persona ed entrare a sua insaputa, serve etica ma soprattutto l'intenzione e l'attenzione al nostro cuore, senza mai giudizio o critica.

Mi centro, controllo che non ci siano interferenze (ti spiegherò nel dettaglio come fare all'interno del video-corso [Pulizie Energetiche 1° livello](#)) e qui attraverso varie tecniche annullo la mia parte mentale di Giovanna e mi

connetto con le Forze Spirituali più elevate. Le tecniche sono varie: preghiere, meditazione, radioestesia spirituale, sono solo strumenti e **noi siamo solo ponti**, un tramite, seppure prezioso ma umile al servizio della luce, le forze Spiritual superiori sono Angeli, Arcangeli, Spirito Santo, Maestri di Luce, Guide.

La cosa più importante è aver fatto un percorso proprio, rimanere umili, restare nel campo solo ed esclusivamente energetico, avere l'intenzione e l'attenzione al **cuore**, non significa essere perfetti, Santi, Illuminati ma al meglio avere conoscenze, consapevolezza, non giudizio e Amore.



In connessione andrò a testare le Energie sul piano fisico, mentale, emotivo, su ogni singolo Chakra, Aura e Corpi Sottili.

Ad ogni piano sento se c'è un'energia bloccata, la individuo con nomi e caratteristiche che ti spiegherò passo passo, cerco se questo blocco deriva da una ferita, da un trauma, in che epoca si è creato, in che ambito e richiamandolo chiedo alle Forze Spirituali Superiori di ritirarla e mandarla in luce (*risolvendo così il problema-conflitto*).

Non mi interessa fare il detective, indovinare per ottenere un “effetto wow”, ma il più possibile sentire col cuore senza la mia parte mentale, ma con il Dono del “Sentire” per alleggerire la persona, l'effetto davvero di dare sollievo da ansia, traumi e liberare vecchie energie apre un mondo di gioia a chi riceve a distanza.



Ti spiegherò nel dettaglio perché preferisco lavorare a distanza e non ricevere le persone in presenza fisica. Ti posso anticipare che in parte è dovuto al non voler avere l'influenza del pensiero di chi riceve il trattamento di pulizia energetica. Per chi avrà il piacere di approfondire queste tematiche all'interno del [corso Pulizie Energetiche 1° livello](#) ti dirò anche come poi mi confronto con chi riceve la consulenza in base al protocollo **Progetto Animico**.

Capitolo 15

Raccomandazioni finali



In questo ebook desidero condividere con te tante informazioni che ho letto, studiato, appreso in corso ma in particolare dal mio “Sentire”, mi rendo conto che alcune persone potrebbero avere idee diverse o sentire per la prima volta alcune tematiche e dover “digerire” alcune sfumature, accoglile con umiltà ed affetto.

Ogni lavoro energetico richiede una totale etica, non si interviene mai sul libero arbitrio, né il tuo, né su quello degli altri. Ogni “Sentire” e sensibilità personale non lavora su

situazioni illusorie o di “magia” in accezione negativa ma su una visione quantistica.

Nelle pulizie energetiche o nei trattamenti energetici in generale non si interviene mai per modificare il corso degli eventi a proprio piacimento, nemmeno per avvicinare o allontanare persone, ma solo pulire e alleggerire il canale energetico affinché si crei una situazione di equilibrio.

In nessun modo si sconfina in ambito medico, psicologico, psicoterapeutico, sono metodi di supporto alla vita quotidiana che donano armonia al benessere generale della persona.

Non si eseguono trattamenti energetici senza il consenso della persona interessata e non si va nel “Sentire” per indagare per ego o curiosità, l'Energia di ognuno è un tempio Sacro, è come avere le chiavi di casa altrui ed entrare senza il suo permesso.

La “Magia” intesa come gioia e stupore, meraviglia della luce che ognuno ha dentro e che può splendere ha solo una grande regola: agire sempre in connessione con una persona o luogo in primis avendo l'INTENZIONE e l'ATTENZIONE al CUORE.

Capitolo 16

Saluti finali



Un ringraziamento immenso a te che sei entrato in questo spazio intimo e personale di *Progetto Animico*, a te che hai fatto questo viaggio assieme a me verso una scoperta in continua evoluzione.

Siamo Anime individuali ma arriviamo tutte dalla stessa Fonte e li torneremo.

Ringrazio chi mi ha sostenuto in questa coraggiosa avventura e nel mio intimo hanno uno spazio speciale.

Ringrazio tutte le Anime con le quali mi sono connessa in questi anni e con le quali ho percorso un pezzetto di viaggio assieme in questa giostra chiamata Vita.

Ti saluto con l'augurio che questa Vita terrena sia come un giro in giostra da vivere con amore, leggerezza e gioia per affrontare le salite e le discese, per re-incontrarci sempre e non lasciarsi mai!

Giovanna Bernardi

Bibliografia



- *“Le vesti di Luce”* - Anna Givaudan e Daniel Neurosi
- *“Molte vite, molti maestri”* - Brian Weiss
- *“Anime Coraggiose”* - Robert Schwartz
- *“Il potere di Adesso”* - Eckhart Tolle
- *“La Medicina della Nuova Era”* - Oscar Angel Citro
- *“Zero Limits”* - Joe Vitale

....Tutto il resto è farina del mio sacco.

Fine



*Siamo tutti Anime in cammino,
Grazie di aver condiviso con me parte di questo
viaggio.*

Giovanna Bernardi

ISBN 978-88-86837-59-0



9 788886 837590